

# 重庆市人民政府办公厅关于 印发重庆市家庭教育指导大纲的通知

渝府办发〔2017〕129号

各区县（自治县）人民政府，市政府各部门，有关单位：

《重庆市家庭教育指导大纲》已经市政府同意，现印发给你们，请认真贯彻执行。

重庆市人民政府办公厅

2017年8月18日

（此件公开发布）

## 重庆市家庭教育指导大纲

为全面贯彻实施《重庆市家庭教育促进条例》（以下简称《条例》），提高重庆市家庭教育总体水平，促进未成年人全面健康成长，增进家庭幸福、社会和谐，根据《中华人民共和国教育法》《中华人民共和国未成年人保护法》《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》等法律法规，以及《全国家庭教育指导大纲》精神，结合本市实际，特制定《重庆市家庭教育指导大纲》（以下简称《大纲》）。

## 一、适用范围

《大纲》是新婚夫妇、孕妇以及18岁以下儿童的父母或其他监护人（以下统称家长）进行家庭教育的指南。政府有关职能部门、群众团体、各级各类学校、家庭教育指导机构、村（居）民委员会等组织开展家庭教育指导适用本《大纲》。

## 二、目标任务

《大纲》旨在推进家庭教育知识的宣传和普及，指导和帮助家长树立正确的育儿观念，明确家庭教育的主要内容，掌握科学的教育方法，提升自身素质和能力，提高家庭教育质量；落实立德树人的根本任务，培养儿童优良品质和健康人格，注重家教家风，优化家庭教育的社会环境，促进家长和子女共同成长；完善家庭教育工作的长效机制，提高家庭教育指导水平和实效。

## 三、指导原则

### （一）儿童为本，科学引导。

家庭教育要遵循儿童身心发展规律，把握好成长的关键期。尊重和热爱儿童，根据儿童个性特点和兴趣，因材施教，开发潜能。树立科学的家庭教育观，掌握科学的家庭教育知识和正确的教育方法，促进儿童快乐成长。

### （二）严慈相济，理性施爱。

家长要关注和满足儿童生活、情感需求，陪伴成长。坚持正面教育，多给予儿童赏识、鼓励和宽容。严爱有度，做到情感与理智相结合。

### （三）言传身教，榜样示范。

家长要自觉提高修养，言教与身教相结合，为儿童树立榜样。帮助儿童养成良好的行为习惯，培养健康的兴趣爱好，树立正确的世界观、人生观、价值观。

### （四）注重家风，立德树人。

弘扬中华优秀传统文化，传承良好的家教和家风，加强思想品德教育和法纪教育，营造温馨、和睦、民主的家庭氛围，建立民主平等的亲子关系，引导儿童养成强健的体魄、良好的品德、健全的人格。

### （五）依法治教，全面培养。

家长依法承担家庭教育义务，履行家庭教育职责。重视家庭教育与学校教育、社会教育的一致性，形成教育合力。对儿童进行身心健康、生活技能、行为习惯、家庭美德、社会公德以及法治等教育，促进儿童全面发展，培养合格公民。

#### 四、家庭教育指导

##### （一）新婚期及孕期的家庭教育指导。

计划怀孕的夫妇应认识到父母是儿童的首任老师，夫妻和睦是良好家风和家教的基础。该阶段家庭教育的主要任务是传承优良家风，营造幸福家庭；学习孕育知识，做好孕期保健，做好父母角色准备。

##### 1. 指导重点及实施建议。

###### （1）传承弘扬优良家风，建设文明幸福家庭。

家庭是人生第一所学校，幸福家庭是美满生活和儿童健康成长的基础。夫妻要转变心态，进入夫妻角色，弘扬传统美德，形成具有时代精神的良好家风。树立家庭发展目标，共享权利，共担责任，共创幸福家庭。建构平等、和谐、融洽的夫妻关系与代际关系，营造互尊互爱、平等相待、融洽和睦的家庭环境。

###### （2）做好父母角色准备，迎接新生命。

父母在身心、物质与环境方面做好孕育健康胎儿的准备，树立优生优育、男女平等的生育观。夫妻共商生育计划，科学选择受孕年龄及时间，鼓励自然分娩。认识到父母应承担的责任，树立教养儿童的自信心，主动从专业机构（平台）学习相关孕育知识。鼓励二孩生育，做好全面准备。

###### （3）关爱孕产妇，营造良好家庭环境。

孕产妇身体易疲劳、情绪易波动，需要家人关爱。孕产妇要接受其身心变化，注意饮食营养，适度锻炼身体，学会自我心理调适，争取自然分娩。家人尤其是丈夫应多承担家务，确保孕产妇的居住环境和饮食安全，多陪伴与关爱孕产妇，安抚孕产妇情绪。

##### 2. 常见问题及解决策略。

###### （1）妊娠无计划，不重视孕前及孕期检查。

个别夫妇妊娠无计划，造成意外怀孕后随意或被动人工流产，增加了并发症的可能性且影响生育能力。个别夫妇不重视孕前孕期检查，无法及时发现家族遗传病、药物、酒精、环境毒害物等因素影响，从而造成不良妊娠。新婚夫妇应主动学习两性生活、避孕、

怀孕及意外怀孕处理等知识，科学避孕、计划怀孕，避免意外怀孕对女性身心、胎儿乃至家庭造成伤害。怀孕前3—6个月到专业医疗机构接受孕前检查、风险评估、优生指导等服务；怀孕3个月内到医疗机构建立档案；定期产检，及早发现高危妊娠、孕期合并症和并发症，及时了解胎儿生长发育情况，保证孕妇、胎儿健康和平安分娩。有遗传病、先天畸形者等，待治愈或者降低不良妊娠风险后再受孕。

## （2）家庭关注重心转移，产妇出现产后抑郁。

个别产妇可能出现产后抑郁倾向，情绪持续低落、悲伤、沮丧、烦躁；可能出现厌食、暴饮暴食、失眠、焦虑等症状。家人尤其是丈夫要多陪伴、关爱产妇，关注产妇情绪变化，一旦出现抑郁倾向，及时向专业机构寻求心理疏导和干预，必要时接受药物治疗。多帮助和指导产妇积极调整身心状态，照料新生儿。

## （二）0—3岁年龄段儿童的家庭教育指导。

0—3岁为婴幼儿期，是儿童身心迅速发育时期，也是自我意识和探究意识的萌发期。家庭教育的主要任务是科学喂养，发展基本动作，保护好奇心，培养初步的语言与交往能力，建立良好的亲子关系，做好进入幼儿园准备。

### 1. 身心发展特点。

（1）身体发展。到36个月时，平均身高男孩为97.26厘米，女孩为96.28厘米；平均体重男孩为14.73公斤，女孩为14.22公斤。大脑快速发育，3岁时脑重达到成人的75%。

（2）动作发展。动作发展自上而下、由躯干向四肢，由抬头、翻身、坐、爬、站，到走、跑、跳等。（3）语言发展。1—3岁是语言理解的关键期，2—3岁是口头语言表达的关键期。（4）自我意识。9—12个月婴儿开始萌发自我意识，15—24个月婴幼儿具有初步的自我意识，意识到自己与他人的不同。（5）人际交往。喜欢用自己的身体探索周围世界，有与人沟通交往的愿望。0—1岁主要是建立亲子依恋关系；1岁以后，表现出与同伴交往的愿望。

### 2. 指导重点及实施建议。

#### （1）母乳喂养，重视常见疾病的家庭护理。

母乳喂养有利于婴儿身心健康发展及安全依恋建立。提倡纯母乳喂养不低于6个月，6个月后及时添加辅食。不具备母乳喂养条件的家庭，要科学合理地给婴儿补充营养和调配膳食。重视常见疾病的家庭护理。按时预防接种，定期到专业医疗机构进行儿童保健，监测婴幼儿生长发育状况，及时干预。婴幼儿常见病有上呼吸道感染、小儿肺炎、营养性和缺铁性贫血、腹泻、佝偻病等。家长要掌握常见病知识和家庭护理方法，以预防为主、治病为辅，加强病后护理，安抚儿童情绪。

## （2）父母陪伴，发展安全依恋。

0—3岁是儿童发展安全依恋的关键期。父母与子女建立依恋关系既是婴幼儿发展信任感必不可少的条件，也会影响到其成年后融洽人际关系和为人父母责任感的建立。父母的陪伴、爱护、情绪回应是影响安全依恋建立的重要因素。0—6个月婴儿需要有稳定的抚养者或看护人。父母及看护者要掌握沟通技巧，注意自我情绪管理，关注孩子情绪变化，给予其鼓励和支持，经常对婴幼儿微笑及肢体爱抚，为婴幼儿良好的同伴交往奠定基础，促进其社会性发展。

## （3）注重感知训练，促进儿童动作协调发展。

家长要为婴幼儿创设安全、卫生、有趣的活动环境，激发其活动兴趣，萌发孩子初步的自我保护意识。充分调动婴幼儿的眼、耳、鼻、舌等感官，通过看、听、摸、尝、闻等方式，获得初步的感知经验；发展爬行、翻滚、走、跑、跳、攀等动作，进行抓取物品、串珠等精细动作练习，增进动作的协调性和灵活性。

## （4）重视口语发展，培养早期阅读兴趣。

婴幼儿期是语言发展的关键期。家长要创设丰富的语言环境，使儿童能够多玩、多听、多看、多操作，并注意倾听与积极回应，以身示范，做到发音清晰、词汇丰富、语句完整、用语文明。扩大婴幼儿活动范围，利用日常生活情境，运用多种方法鼓励孩子积极表达。家长要创设适宜的阅读环境，提供丰富的阅读材料，增添简单有趣的图画书、绘本等；每天在固定时段采取游戏法等多种方式与孩子进行亲子共读。

## （5）亲近自然，鼓励探索。

带领婴幼儿走进自然，每天进行不低于2小时的户外活动，让孩子在大自然中感受阳光、空气、水，选择安全的场地和适宜的时间对孩子进行三浴（阳光浴、空气浴、水浴）锻炼。探索是儿童想象、思维、创造力发展的途径。家长充分利用安全的自然环境，提供丰富的活动材料，激发婴幼儿的探索意识和创造性，与孩子共玩、共讲，满足孩子的探索欲望。

## （6）示范引导，培养基本的日常生活习惯。

婴幼儿日常生活习惯包含饮食、睡眠、排便、卫生等方面，是婴幼儿身体正常发育的保证和入园适应的前提。饮食方面，从添加辅食开始，注意食物的均衡与丰富；8个月后的婴儿，鼓励自主进食，以养成不挑食的习惯。睡眠方面，创设安静、舒适的睡眠环境，减少睡前活动，培养按时入睡、自动入睡的习惯，养成午睡习惯，保证充足的睡眠时间。卫生方面，训练10个月以后的婴幼儿养成自主排便意识和定时排便习惯，以及良好的洗漱

和卫生习惯。初步的生活自理能力方面，鼓励1岁半以后的婴幼儿自主穿脱衣服鞋袜，整理玩具和生活物品。

### 3. 常见问题及解决策略。

#### (1) 祖辈代养，角色缺位。

部分0—3岁婴幼儿主要由祖辈照看，父母缺位尤其父亲缺位严重。隔代教养存在育儿观念不一致、溺爱或打骂行为，不利于良好亲子关系与儿童良好性格的形成。父母应认识到养育孩子是自身的责任，学习掌握科学的教养理念和方法，与祖辈多沟通协商，与儿童多互动。

#### (2) 过度干预或娇纵，错误对待“第一反抗期”。

婴幼儿2岁左右进入“第一反抗期”，说“不”是其成长的重要标志，表现出调皮、任性、爱顶嘴。部分家长可能采取警告、呵斥、责打或一味迁就等方式。家长要理解与征询孩子的意见，尊重孩子的合理要求和物权意识，不轻易干涉或强迫分享；面对孩子的不合理要求，采取温和而坚定的拒绝或冷处理。

#### (3) 过度开发智力，忽视情感和社会性发展。

为了“不让孩子输在起跑线上”，部分家长将知识储备等同智力发展，过分注重单纯记忆和操作式学习，忽视婴幼儿的情感和社会性发展。家长应提供丰富的环境和材料，关注婴幼儿的心理需求，正确认识玩耍与游戏是婴幼儿学习和建立自我认知的主要方式，鼓励及陪伴孩子观察、阅读、游戏，通过丰富的感官刺激促进智力发展。建立良好的亲子关系，鼓励和支持孩子建立良好的同伴关系，分享快乐情绪，正确处理同伴矛盾，合理宣泄负面情绪，学习初步的交往技能与规则。

### (三) 3—6岁年龄段儿童的家庭教育指导。

3—6岁的儿童处于身心发展和性格形成的关键期。这一阶段家庭教育的主要任务是坚持保育和教育并重的理念，促进幼儿身体健康发展，培养稳定的情绪情感、良好的个性品质和行为习惯；形成初步的自我保护意识，激发幼儿求知欲，做好幼小教育衔接准备。

#### 1. 身心发展特点。

(1) 身体发展。身高、体重、脑机能获得长足发展；骨骼和肌肉更为强健，但容易变形；精细动作、手眼协调和动作控制能力快速发展。(2) 思维发展。由直觉行动思维向具体形象思维发展，能初步认识和评价自己，但较难从他人的角度看待问题。(3) 语言发展。4岁的幼儿发音基本正确，词汇量迅速增加，能与他人自由交谈，基本掌握当地语言；

能够阅读图画书。（4）社会性发展。喜爱与同伴游戏，同伴关系不稳定；规则意识增强；逐步理解性别角色差异。（5）道德情感。能初步理解道德规则，表现出同情、关心、友好、分享、合作、捐助等亲社会行为；情绪波动大，易受环境影响。（6）个性发展。幼儿阶段是个性发展的关键时期，形成了初步的个性倾向。

## 2. 指导重点及实施建议。

### （1）缓解入园焦虑，帮助幼儿尽快适应幼儿园生活。

面对幼儿入园问题，家长通过正面引导和积极情感交流，疏导孩子表现出的焦虑、害怕、厌恶甚至反抗等不良情绪。入园前，引导孩子熟悉幼儿园环境，参加幼儿园亲子班活动或同伴活动。入园后，家庭成员的态度要一致，稳定幼儿情绪，坚持遵守幼儿园作息制度；尊重和配合幼儿教师工作，积极参与幼儿园活动。

### （2）均衡膳食，培养良好的饮食习惯。

营养对幼儿身体生长、机能发育、体质增强具有重要影响。家长通过育儿书籍、网络、电视等媒体，获取科学的营养知识。结合幼儿特点，注重膳食多样化和营养搭配，建立健康的食物喜好。家长要营造愉快、文明的用餐环境，教会幼儿正确使用餐具，养成独立进餐、定时进餐和不挑食等习惯。

### （3）发展基本动作，培养体育锻炼的兴趣。

家长要坚持锻炼与保护相结合的原则，培养幼儿主动避让危险的安全意识和自我保护能力。支持幼儿参加跑跳、钻爬、攀登、投掷等活动，发展动作的协调性、平衡性和灵活性。加强体育锻炼，确保每天至少2小时的户外活动，教会幼儿正确使用器材和设施，通过跳绳、拍球等游戏，培养体育活动兴趣和运动能力。

### （4）培养生活自理能力，建立热爱劳动的情感。

家长要为幼儿提供生活自理的基本条件和锻炼机会，在日常生活中培养幼儿自我服务的基本能力，增强幼儿的独立性和自信心，帮助适应幼儿园集体生活。采用游戏、奖励等方法，支持和鼓励幼儿参加力所能及的家务劳动，建立热爱劳动的情感。

### （5）培养规则意识，养成初步的抗挫折能力。

规则意识是幼儿社会性发展的重要组成部分，3岁左右是儿童规则意识萌发和规则行为初步形成的重要时期。在日常教育中，家长要以身作则，帮助孩子理解和接受生活、学习中的规则；提供践行规则的机会，以表扬为主，延迟满足孩子的部分合理需求，培养和

强化幼儿初步的责任意识和自我约束能力。创设具有挫折情节的教育情境，安抚和疏导幼儿的挫折感，积极暗示和鼓励其面对困难，养成初步的抗挫折能力。

#### （6）开展文明礼仪教育，发展初步的社会交往能力。

家长要以身作则，教幼儿正确使用礼貌用语，孝敬长辈、尊重家人、关心同伴，帮助幼儿养成低声说话等文明习惯。家长要为孩子创造与同伴游戏和交往的机会，鼓励孩子主动与人交往合作，引导和帮助孩子学会基本的交往技能，增强交往的自信心，培养幼儿热情友好、文明谦让等社会认可的行为方式。

#### （7）保护好奇心，培养初步的探究能力。

游戏是幼儿的基本活动和基本学习方式，家长要充分利用幼儿园、家庭和社区游戏资源，寓教于乐，通过角色游戏、结构游戏、体育游戏等活动，激发幼儿的好奇心和求知欲，培养幼儿的合作能力和探究能力。带领幼儿走进大自然，引导幼儿观察季节变化与动植物、人们生活的关系，为幼儿提供探究工具，支持孩子自主探索和解决问题，培养孩子初步的探究能力。

#### （8）进行安全教育，培养自我保护能力。

意外伤害会严重影响儿童的健康成长。家长对幼儿的安全教育包括游戏安全、交通安全和饮食安全等方面。家长要加强监管幼儿安全的意识，掌握食物中毒、烫伤、溺水等突发事件的急救措施，尽量消除居室和周边环境中的不安全因素，增强对游戏材料、饮水设备、家用电器、尖锐物品、水池鱼塘等的安全管理和防护。结合日常生活情境，教给幼儿自我保护的安全常识和基本的自我保护技能，尤其要重视交通安全和初步的性安全教育。

#### （9）做好幼小教育衔接准备，适应小学生活。

小学阶段教育主要以课堂学习为主，家长要创设良好的学习环境，激发幼儿入学兴趣，培养孩子守时、守纪、合群等良好社会行为。在入学前半年，依据小学作息时间适度调整幼儿生活作息规律，开展阅读、绘画、手工等活动，对孩子进行10—15分钟的注意力练习，培养幼儿基本的阅读技能和学习能力。

### 3. 常见问题及解决策略。

#### （1）不重视亲子游戏，幼儿过早过多接触电子产品。

个别家长把电子产品作为幼儿的玩具，滥用电子媒体对幼儿进行智力开发，严重影响幼儿身心健康发展。家长要多陪伴幼儿，开展适宜的家庭娱乐活动或亲子阅读活动。合

理利用社区资源，创造幼儿与同伴交往和游戏的机会，寓教于乐。家长要合理使用电子产品，正确引导幼儿使用电视、手机、平板电脑等，严格控制时间和选择内容。

## （2）强调特长培养，忽视全面启蒙。

个别家长让幼儿参加各种特长训练，既占用孩子自由玩耍和休息时间，让孩子产生厌恶和恐惧学习的情绪，又忽视了幼儿运动、认知、社会性、艺术审美等方面协调发展。幼儿4岁后出现某种能力发展倾向，家长要在尊重孩子意愿的基础上，依据幼儿的兴趣和年龄特点，综合考虑师资水平与学习环境因素，理性选择兴趣班。

## （3）教育一致性差，亲职教育缺乏。

部分家庭成员的教育观念、态度、方法不一致，父母教育意识淡薄，致使孩子社会性发展不足。家庭成员间沟通协商，建立可行的家规，共同遵守执行。父母要端正养育态度，主动学习家教知识，多陪伴和关怀孩子，尤其是父亲要深刻认识自身对儿童成长的独特影响力，履行亲职责任。引导祖辈接受家庭教育新观念，掌握家庭教育新方法，科学抚养儿童。

## （四）6—12岁年龄段儿童的家庭教育指导。

6—12岁的儿童身高、体重平稳增长，大脑和神经系统发育均衡，从具体形象思维向抽象逻辑思维发展，情绪情感外显。这一阶段家庭教育的主要任务是增强体质，培养良好的生活、学习习惯，加强品德教育，开始青春期教育，普及法律常识。

### 1. 身心发展特点。

（1）大脑发展。6岁儿童脑重是成人的90%，12岁时接近成人水平。（2）身体变化。多数儿童在10岁左右进入青春期早期，女孩出现月经，男孩有遗精体验。（3）思维发展。10岁左右，儿童逐步从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡。（4）社会性发展。懂得体谅和关心他人，渴望友情，社会交往能力增强。（5）道德发展。道德认识、情感和意志都稳步提高，逐步通过道德认识来调节道德行为。

### 2. 指导重点及实施建议。

#### （1）引导儿童珍爱生命，加强人身安全教育。

引导儿童认识生命的来源和探究生命的奇妙，珍爱自己和他人生命，远离危险，帮助伙伴；培养儿童积极乐观的品格、安全意识和自我保护能力。结合日常生活事例，加强家庭的燃气、电器使用和饮食等方面的安全教育，懂得拨打急救电话。教给儿童防范意外事故的知识和方法，掌握交通事故、溺水、性侵和自然灾害等发生时的自救技能。

## （2）形成良好生活习惯，培养自我管理能力。

与儿童共同制定生活计划，引导儿童科学合理地分配和使用时间，养成按时起床、睡觉、进餐等良好生活习惯。支持儿童在生活中学会自我管理和自我服务，参加力所能及的家务劳动，尊重劳动成果，养成勤俭节约和自强不息的意识。

## （3）培养良好学习习惯，掌握正确学习方法。

营造愉悦的家庭学习氛围，利用周围资源激发儿童学习兴趣，培养儿童主动学习意识和自信心。家校配合，帮助儿童拟定学习计划，科学合理安排学习、娱乐、锻炼时间，引导儿童掌握正确的学习方法，学会预习、复习、查资料，坚持每天至少半小时的课外阅读，养成良好的学习习惯。

## （4）引导正确使用电子产品，开展网络安全教育。

家长要以身作则，引导儿童合理使用手机、电脑等信息工具，与儿童共同制定电子产品的使用规则。培养儿童的信息安全意识，提升儿童分辨信息能力和自控能力，主动远离不良网络信息。

## （5）关注心理健康，开始青春前期教育。

家长要建立良好的亲子关系，关心儿童的想法和心事，多陪伴、多倾听、多鼓励，保护儿童自尊心，引导儿童形成积极的情感和乐观开朗的性格。家长要树立健康的性教育观，引导儿童正确面对青春前期的身体和心理变化，掌握月经或遗精等基本的性生理卫生知识，学会自我保护。鼓励儿童与异性正常交往，处理好与异性的关系，形成健康的性别文化。

## （6）言传身教，加强品德法纪教育。

家长榜样示范，构建和睦民主的家庭氛围，引导儿童尊老爱幼、感恩他人、文明有礼、诚信友善、责任担当。对儿童进行基础的行为规则和法律常识教育，引导儿童自觉遵守学校规章制度、公共秩序和社会公德，培育儿童的国家观念和法治意识。结合日常生活，引导儿童感受美、欣赏美，逐步树立真善美的价值观。

### 3. 常见问题及解决策略。

#### （1）家长忽视教育责任，缺乏家校合作意识。

少数家长基本不关注儿童的学习、交友、心理状态等情况，不主动联系老师，很少参加学校活动。家长要树立责任意识，扮演好自己的角色，多陪伴儿童，关注儿童的生产和学习状况，用巧妙引导代替训斥打骂。主动和老师沟通协商，促进家校共育。

## （2）家长过度关注学业成绩，拔苗助长。

有的家长担心儿童输在起跑线上，过度关注儿童学业成绩和特长培养，高强度、高难度学习占用儿童玩耍和休息时间，影响儿童健康成长。家长要遵循儿童身心发展规律，保障儿童的玩耍时间和活动量，督促儿童参加体育锻炼；注重培养儿童的学习习惯和兴趣爱好，合理安排学习任务，劳逸结合，给予儿童成长的时间和空间。

## （3）儿童缺乏时间管理意识，做事效率低。

儿童缺乏时间观念，做事拖延，不能按时完成学习任务，影响正常的生活作息。家长要正确对待儿童的拖延行为，与儿童共同制定学习和生活计划，合理安排学习任务，帮助儿童掌握必要的生活技能。严以律己、以身作则，引导儿童树立正确的时间观念，帮助儿童学会自我管理时间。

## （五）12—15岁年龄段儿童的家庭教育指导。

12—15岁是儿童生长发育的第二个高峰期、心理发展的矛盾期、社会发展的过渡期，人生观、价值观和世界观正在形成。此阶段家庭教育的主要任务是解决儿童青春期的困扰，引导儿童正确处理人际关系，了解必要的道德规范与法律常识，培养守法意识和公民意识。

### 1. 身心发展特点。

（1）身体发展。生理上发生“突变”，第二性征凸显，各项指标接近或达到成人标准。（2）性心理发展。萌发了性意识，易引起性焦虑和对性的好奇、探索等心理或行为。（3）认知与情感。抽象逻辑思维和逻辑记忆占主导地位；自负与自卑交织，情感不完全外显，情绪易冲动。（4）人际交往。交往范围扩大，希望得到同辈认同；既憧憬与异性交往又显不安，渴望独立又依赖父母。

### 2. 指导重点及实施建议。

#### （1）做好小升初的过渡，适应初中生活。

儿童社交面扩大，同辈影响增加；学习科目增多，难度增大，学习时间增加；社会实践、社团活动增多。家长要帮助儿童在交往能力、自主学习能力、实践与合作能力等方面做好准备。初中入学前3个月，家长与儿童共同分析初中阶段环境新变化，引导儿童保持

积极的心态，在日常生活中针对性地培养儿童的自主管理能力，调整学习策略，增强自信。入学后，鼓励和帮助儿童迅速融入新环境；加强家校合作，关注儿童的学习生活情况，与教师协同指导儿童掌握学习策略。

## （2）关注身心变化，开展青春期教育。

儿童身心发展不平衡，性机能趋于成熟，出现青春期叛逆。家长要加倍关心与爱护儿童，注重营养和锻炼有机结合，注意用眼卫生，保证必要的睡眠和休息。倾听儿童心声，保护儿童隐私，与儿童理性沟通，引导儿童悦纳自身生理变化，针对性别差异，开展性生理卫生知识和青春期疾病预防教育。鼓励儿童参加社团活动，引导儿童掌握自我调适方法。控制家庭环境对儿童的性刺激，开展性道德观念教育，加强异性交往情感疏导和性心理辅导，引导儿童合理宣泄情绪。

## （3）加强生命教育，增强抗挫能力。

儿童的自我意识和独立人格觉醒，引导儿童探究生命意义和正确面对挫折是该阶段的重点之一。家长健康的人格和生活方式，是儿童认识生命独特性和不可逆转性的基础。培养儿童珍爱生命、保护生命的意识，掌握正当防卫、紧急避险、求助施助策略；正确应对校园暴力，维护自身权益。丰富儿童生活阅历，使儿童感受生命美好，陪伴和指导儿童直面挫折，共商对策，体验成功与挫折，提升儿童生命质量。

## （4）培养良好的学习品质，提升自主学习能力。

良好的学习品质包括好奇心与学习兴趣、动机、态度、方法，对儿童适应学校生活、取得学业成就具有重要影响。家长要正确对待儿童的学业成绩，与教师协商指导儿童科学制定学习目标，掌握不同学科的学习方法；利用生活资源，激发儿童学习好奇心，增强儿童内部学习动机和兴趣，养成主动学习的习惯；根据学习实际，提供独立判断独自解决问题的情境，引导儿童自我反思与评价，基本形成个性化学习品格。

## （5）学会客观的自我评价，初步形成职业规划意识。

客观的自我评价和适宜的职业规划对义务教育阶段后分流发挥重要作用。家长要引导儿童客观看待他人的评价，主动学习他人和自我反思，树立正确的成才观和自食其力的生活观。帮助儿童了解各类职业的基本要求及发展趋势，综合分析自身学业水平、特长优势、兴趣爱好和学习能力，规划符合儿童从业意向的职业理想。

## （6）重视思想道德教育，强化守法意识。

思想道德教育有助于儿童正确处理自我与他人、社会的关系，增强法纪意识，做合格公民。家长身体力行，教育儿童勤俭自强，共同承担家务劳动、珍惜劳动成果；注重自

身修养，加强社会公德教育，鼓励儿童参加志愿者等公益活动，自觉抵制不文明行为，引导儿童做明礼诚信、团结友善、关心国家的公民。引导儿童通过书籍、电视、互联网和法治实践等方式，体悟法纪精神，并学习运用法律维护自身合法权益。

### （7）准确定位家长角色，营造民主的家庭文化。

家庭文化是家庭物质文化和精神文化的总和，主要体现在家庭成员的生活价值取向、兴趣爱好、相处方式、邻里关系中。家长要躬行实践，传承良好家风，树立和坚持忠诚、责任、亲情、学习的家庭理念，培育家庭成员之间尊老爱幼、平等和谐、健康文明的民主家庭文化。家长要了解儿童内心世界，尊重儿童独立性，理解与信任儿童，保护隐私。注重亲子互动，增强父母角色意识，用正确行为、思想、方法引导儿童，与儿童探讨、分享学习和生活，共同参与家庭事务决策，以培养儿童良好的思想品德、行为习惯和个性。

## 3. 常见问题及解决策略。

### （1）青春期叛逆，亲子关系紧张。

进入青春期，儿童可能出现过度关注自我和排斥他人意见，对父母不信任等叛逆行为。家长要采取合理的方式缓解亲子关系，帮助儿童平稳度过青春期。要认识到青春期叛逆是儿童从童年向成年过渡的正常现象，理性控制情绪和自我反省，避免激化亲子矛盾。尊重儿童独处的情感需要，给予儿童足够的宽容和个人空间，提供合理的宣泄途径。建立平等对话的亲子关系，关心儿童的学习生活与成长烦恼，采用有重点、讲技巧的多元化沟通方式，培育共同话题，减少代沟，与儿童共同成长。

### （2）呈现厌学情绪，容易沉迷网络。

儿童对待学业态度消极，出现迟到、逃课等现象；沉迷网络游戏，易受到网络暴力等负面文化的影响。家长要采用理性方式与儿童沟通，倾听儿童心声，建立合理期望；与老师探究厌学原因，寻求专业帮助，缓解儿童厌学情绪，帮助儿童建立学习自信。家校配合，普及网络安全法律常识，与儿童共同协商网络使用规则，引导儿童明确上网用途，合理安排上网时间，加强网络自我防范和保护意识。家长要让儿童感受到家庭温暖，避免儿童通过网络获得畸形情感补偿；丰富儿童课余爱好，获得成功乐趣。

### （3）容易意气用事，校园暴力滋生。

儿童情绪不稳定，做事缺乏理性，盲目崇拜偶像；存在言语羞辱、欺负弱小，甚至打架斗殴等校园暴力问题。学校、家庭、社区要联动，培养儿童的法治意识和安全意识，构建平安健康的成长环境。家长言传身教，采用理性平和的方式解决冲突；了解儿童的日

常表现与交友情况，帮助儿童正确应对校园暴力，掌握自助与施助的有效方法，维护合法权益。

#### （六）15—18岁阶段儿童的家庭教育指导。

15—18岁儿童的身心和社会性发展趋于成熟，人生观、价值观和世界观初步形成，其核心是对人生价值的思考。认知结构逐渐完整，情绪情感以内隐、自制为主。这个阶段家庭教育的主要任务是帮助儿童适应高中生活，正确应对学业压力；指导儿童合理规划人生，养成责任担当意识和独立自主能力；引导儿童与异性友好交往；发展初步理财能力；强化法治意识，增强法治观念。

##### 1. 身心发展特点。

（1）身体发展。各项生理机能指标接近或达到成人水平。（2）性意识。性生理发育和性意识进一步发展，对异性的敏感性和兴趣增加。（3）认知发展。观察力、记忆力、想象力和创新力日趋完善，抽象逻辑思维占优势地位。（4）自我意识与情感。自我意识增强，分析能力和评价能力提高；情感上以内隐、自制为主，自尊与自卑并存。（5）社会交往。乐于参与社会活动，具备基本的社会责任意识和较强的人际交往能力。

##### 2. 指导重点及实施建议。

###### （1）适度关注儿童需要，与儿童共同适应高中生活。

高中是儿童人生的重要转折点，家长的理解与陪伴是帮助儿童应对学习压力、升学就业、自我发展与人际交往等挑战的保障。家长要加强家校合作，引导儿童明确学习目的，关注儿童身体成长，合理安排膳食，督促儿童进行体育锻炼，以良好的心态主动适应高中新生活。营造温馨和谐、安静舒适的学习环境；指导儿童科学用脑、优化学习方法，提高学习效率。及时了解儿童的学习表现、思想动态和人际交往情况，支持儿童发展兴趣爱好和尝试创新。

###### （2）指导合理规划人生目标，正确应对学业压力。

高中阶段是儿童理想信念确立的关键期。家长要对儿童抱有合理期望，关注儿童的学习情绪和进步，帮助儿童调整心态，舒缓焦虑情绪。引导儿童不把成绩作为衡量人生价值的唯一标准，注重能力和谐发展，根据自身兴趣和国家社会发展需要确立人生目标。引导儿童通过多种渠道，深入了解招生政策和就业信息，指导儿童合理填报高考志愿。

###### （3）开展适宜的两性教育，引导儿童与异性得体交往。

高中儿童与异性交往的兴趣增强，渴望了解异性，适宜的两性教育可以减轻儿童的心理和行为困扰。家长要引导儿童正确认识性器官的发育和成熟，利用日常生活对儿童普及必要的生理卫生知识，掌握性传播疾病，尤其是艾滋病的预防知识等。指导儿童树立正确的婚恋观和性伦理观，学会区分友情和爱情，与异性正常交往。

(4) 帮助儿童理解生命意义，培养责任担当。

高中阶段是儿童形成人生观、世界观、价值观的重要时期，儿童开始思考生命的价值，家长要给予儿童更多自由，引导儿童将自己的职业理想与国家和社会的需要结合，合理规划职业生涯，勇于创新，成就自我。家长要鼓励儿童感受生活美好，激发生命潜力，引导儿童参与公益活动等社会实践，养成服务他人的态度和回馈社会的责任。培养儿童积极乐观的生活态度，敢于接受命运挑战，直面人生挫折，提高保持自身健康、丰富精神生活的能力。

(5) 支持儿童全面参与家庭决策，提高独立自主能力。

高中阶段儿童具备较强的自我意识，渴望独立，希望平等参与家庭事务。家长要营造平等对话的家庭氛围，鼓励儿童表达对理想家庭生活的期待，支持儿童全面参与家庭重大事务决策，拥有知情权、参与权和发言权，共同分担家庭责任和义务。对于儿童自身事务，家长要引导儿童自主决定和勇于承担责任。

(6) 引导儿童正确消费，培养初步理财能力。

引导儿童应具备正确的消费观，知晓家庭收支情况，学会计划开支，不攀比、不盲从，合理消费。培养儿童财产安全意识，教会儿童防范金融和电信诈骗策略，正确使用金融工具。培养儿童初步理财能力，指导儿童了解基金等基本金融知识和移动支付等基本金融手段，给予儿童自主支配零花钱的权利。

(7) 重视社会公德与法治教育，引导儿童做合格公民。

高中阶段是儿童形成正确价值观的关键时期，要引导儿童积极参与社会实践活动，养成良好道德品行；了解宪法和法律所规定的公民基本权利与义务，树立权利与义务相统一的观念；引导儿童了解世界动态，关注国家的政治、经济、文化、科技等发展趋势，做爱国、敬业、诚信、友善的好公民。

### 3. 常见问题及解决策略。

(1) 负面网络文化影响，不良社会群体干扰。

高中阶段儿童自控力不强，部分儿童易受到网络游戏、网络暴力等不良网络文化影响，盲目模仿抽烟、酗酒、盗窃、打架斗殴、吸毒等不良行为。学校、家庭、社会要共建文明健康的社会环境，支持儿童参加有益的社会实践活动，丰富儿童课余生活。家长以身作则，引导儿童了解负面网络文化的危害，与儿童协商上网规则并相互监督，增强儿童自我防范意识和自我保护能力。帮助儿童树立正确是非观，观察儿童异常表现，及时干预，培养儿童自觉抵御负面网络文化侵蚀的能力。

## （2）焦虑情绪倾向明显，社会适应不良。

高中阶段儿童因学业压力过大，易出现注意力不集中、浮躁、悲伤、无助等负面情绪倾向，严重影响正常学习和社会生活。家长要树立科学的成才观，加强亲子交流，关注儿童的情感需要和社会性发展，注重能力的协调发展。家长、教师、儿童共同协商学业规划，诊断学习问题并及时干预，引导儿童形成个性化的学习风格。家长通过寻求专业指导，掌握辨识、干预儿童异常情绪和行为的有效策略，缓解儿童的焦虑情绪，提高儿童的自我认知能力，引导儿童主动适应社会。

## （七）特殊儿童的家庭教育指导。

特殊儿童是指与正常儿童有显著差异的儿童，包括残疾儿童、问题儿童和超常儿童。家长要科学认识特殊儿童，寻求学校、专业机构和社会支持，坚持“早发现、早诊断、早干预”原则，提高特殊儿童的生活自理能力和社会适应力。

### 1. 残疾儿童的家庭教育指导。

#### （1）残疾儿童特点。

**听力障碍儿童：**听不到或听不清周围声音；不会说话或发音不清楚，语言词汇量较少、理解能力差；喜欢和聋人交往。

**肢体障碍儿童：**指四肢残缺或四肢、躯干麻痹、畸形的儿童，尤其是脑瘫儿童伴随姿势控制、说话不清晰等问题。

**视力障碍儿童：**包括盲童和低视力儿童。低视力儿童的最佳矫正视力为0.05—0.3间，盲童为0.05以下或视野半径小于10度。其触听觉敏感，空间感和社会适应能力差。

**智力障碍儿童：**智商分数低于70分以下，社会适应能力低；注意范围狭窄，持续时间短，注意力不集中；记忆、学习、语言运用能力低。

**言语和语言障碍儿童：**言语障碍儿童存在构音异常、嗓音异常和口吃现象；语言障碍儿童表现为语言发展迟缓；存在社会交往障碍等心理问题。

## （2）残疾儿童家庭教育实施建议。

家长要调整心态，坚持“三早”原则（早发现、早诊断、早干预），引导儿童正确认识自身障碍，树立乐观的精神。寻求专业帮助，掌握正确应对身体障碍和训练相关技能的策略，增进缺陷补偿，重视潜能开发。明确儿童各阶段发展目标，加强家庭、学校、社区与专业机构的合作，通过融合教育等方式提高儿童的社会交往、沟通能力和生活技能，增强社会适应能力。

## 2. 问题儿童的家庭教育指导。

### （1）问题儿童特点。

自闭症儿童：存在社会沟通和交往缺陷，难以主动和他人交往；表现出行为重复、兴趣狭窄、感觉反应与情绪异常。

情绪行为障碍儿童：难以建立良好的人际关系，主要包括情绪障碍和行为障碍。情绪障碍儿童长期心境不愉快；行为障碍儿童存在说谎、打架、破坏财物等不良行为。

### （2）问题儿童家庭教育实施建议。

家长要正视儿童存在的问题，坚持“三早”原则，构建良好的家庭环境；加强家校合作与沟通，寻求专业机构帮助，采用行为分析、示范、游戏等方法实施训练，减少儿童自卑感和焦虑情绪，发展儿童的语言、自我控制、社会交往和沟通能力。

## 3. 超常儿童的家庭教育指导。

### （1）超常儿童特点。

超常儿童是指智力明显超过同龄普通儿童或在某一方面有特殊才能的儿童。超常儿童有较强的求知欲、广泛而强烈的兴趣，较敏锐的观察力，集中的注意力和较强的记忆力，有一定的探索精神和顽强意志，有独特的思维能力和丰富的想象力。超常儿童也可能存在追求完美、社交障碍等倾向。

### （2）超常儿童家庭教育实施建议。

家长要营造和谐的学习型家庭环境，科学评价儿童取得的成就，引导儿童合理评价自己，挖掘儿童潜能。关注儿童非智力因素培养，鼓励儿童与其他儿童平等交往，提高儿童社会适应性。

### （八）特殊家庭的家庭教育指导。

特殊家庭是指单亲、离异、重组家庭，服刑人员家庭，流动儿童家庭，农村留守儿童家庭，以及遭遇重大变故家庭中的一种或多种情形的家庭形式。在这些家庭中，家长要注重家庭亲情和教育，加强家庭功能建设，采取针对性教育方法，并及时寻求专业帮助和社会支持。

### 1. 单亲、离异和重组家庭的教育指导。

#### (1) 单亲、离异和重组家庭的家庭教育指导重点任务。

在家庭教育过程中要处理好各方关系，双方多协调沟通，保障对方的教育权利。

#### (2) 单亲、离异和重组家庭的家庭教育指导实施建议。

家长要稳定自身情绪，营造稳定安全的家庭环境，构建良好亲子关系，建立家庭安全感。保障非监护方探视和教育儿童的权利，在儿童心中树立父母的良好形象，帮助儿童树立正确的婚姻观、家庭观和性别观，塑造健全人格。重组家庭要注重加强家庭成员间交流沟通、理解与接受，建立和睦家庭关系。家长和教师鼓励儿童正常的人际交往，合力保护儿童隐私，引导儿童学会自我保护，预防家庭内性侵害发生。

### 2. 服刑人员家庭的教育指导。

#### (1) 服刑人员家庭的家庭教育指导重点任务。

监护人及社会力量引导儿童正确面对父（母）服刑的现状，服刑父母通过恰当方式履行父母教育职责。

#### (2) 服刑人员家庭教育指导实施建议。

监护人要处理好与家庭亲属的关系，与学校、社区紧密联系，保护儿童隐私。加强儿童情感支持，培养积极人生态度，正视困难；寻求专业帮助，留意儿童异常行为和情绪，避免儿童受到歧视或欺凌。加强儿童法治教育，带领儿童定期探视服刑父母，满足儿童情感需求，引导儿童遵纪守法。服刑人员要与儿童保持密切联系，积极改造，早日回归家庭。

### 3. 流动儿童家庭的教育指导。

#### (1) 流动儿童家庭的家庭教育指导重点任务。

家长要引导儿童尽快适应新环境，建立良好的人际关系，增强儿童安全感。

#### (2) 流动儿童家庭的家庭教育指导实施建议。

家长要提升自身素养，正视自身教育职责，建立融洽的亲子关系，帮助儿童解决问题，增强儿童安全感。与学校加强联系，关注儿童行为表现与人际交往，引导儿童适应新环境，提升儿童归属感。

#### 4. 农村留守儿童家庭的教育指导。

##### (1) 农村留守儿童家庭的家庭教育指导重点任务。

家长或监护人履行监护职责，保障儿童人身安全，注重儿童情感需求、心理健康和道德品行教育。

##### (2) 农村留守儿童家庭的家庭教育指导实施建议。

监护人要明确监护职责，为儿童特别是女童提供安全的生活环境，加强儿童安全教育，培养儿童自我保护意识和自救能力。父母、其他监护人要密切亲情联结，与儿童积极沟通交流，并与学校密切配合，满足儿童发展需要。

#### 5. 家庭重大变故背景下的家庭教育。

##### (1) 家庭重大变故背景下的家庭教育指导重点任务。

家长要积极调适自身情绪，寻求社会支持；引导儿童直面事实，安抚儿童情绪，帮助儿童心理重建。

##### (2) 家庭重大变故背景下的家庭教育指导实施建议。

家长要与儿童共同面对家庭变故，合理利用家庭、学校和社会资源，安抚儿童情绪，减轻儿童的恐惧感、孤独感；合理评估家庭财产及人员的受创程度，减少不良因素对儿童的影响；创造条件培养儿童自立自强意识和感恩意识，促进儿童健全人格发展，提升儿童适应社会的能力。对于孤儿，采用收养、助养等多种途径，促进孤儿回归家庭，重获家庭温暖。

## 五、保障措施

### (一) 加强组织领导，完善工作机制。

建立由市妇女儿童工作委员会统筹，市妇联、市教委牵头，有关部门共同参与推进的工作协调机制，加强对《大纲》贯彻落实工作的组织领导。有关单位要将家庭教育工作列入重要议事日程和工作评估、专项督查体系，完善工作机制。加强部门合作和协作，形成工作合力，制定切实可行的实施计划，依法组织开展宣传、培训、督导、评估。各区县（自治县，以下简称区县）要根据《大纲》要求，做好本行政区域的家庭教育工作。

## （二）加大经费投入，构建家庭教育指导网络。

加大政府保障力度，落实经费投入。各区县要将家庭教育指导工作依法列入国民经济和社会发展规划，加大对家庭教育指导工作的财政投入，将家庭教育指导经费纳入地方财政预算。积极拓展经费来源渠道，形成政府主导、社会力量支持补充的家庭教育指导工作财政保障机制。构建家庭、学校、社会“三位一体”的家庭教育指导网络。

## （三）抓好队伍建设，提高家庭教育指导水平。

实施家庭教育提升工程，建设专、兼职相结合，具备专业指导能力的家庭教育指导队伍。制定家庭教育人才培养规划，巩固和完善市、区县两级家庭教育讲师团，培育专业指导服务机构，科学系统培训家庭教育指导队伍，提升从业人员素质。加强家庭教育学科研究，做好家庭教育课题的规划、管理、研究和指导，建立实践、研究、培训于一体的家庭教育实训基地，提高家庭教育指导的针对性、实效性。

## （四）推进均衡发展，注重社会宣传和示范引领。

推动家庭教育指导工作协调均衡发展，各有关部门要相互配合，依托城乡社区公共服务设施、城乡社区教育机构等平台阵地，建成适应城乡统筹发展、满足家长和儿童需求的家庭教育指导服务体系，推动将家庭教育指导服务纳入城乡社区公共服务体系。均衡家庭教育资源配置，建立特殊困境儿童家庭发现机制和家庭教育救助机制，实施分类保障。加强宣传引领，完善激励机制，构建立体化宣传教育服务平台，推进家庭教育知识全面普及，推动《条例》和《大纲》的全面贯彻实施。