

帮高三家长排忧解难的八句真言 PDF转换可能丢失图片或格式，  
建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/177/2021\\_2022\\_\\_E5\\_B8\\_AE\\_E9\\_AB\\_98\\_E4\\_B8\\_89\\_E5\\_c65\\_177399.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/177/2021_2022__E5_B8_AE_E9_AB_98_E4_B8_89_E5_c65_177399.htm) 学生高考成绩的成绩与外部环境的影响不无关系。而对高考生影响最大的外部因素莫过于家庭的环境。家长在高三一年中应该充当为学生排忧解难、做好后勤保障的角色，但是如果指导失误，也可能起到相反的作用。在发挥自己的作用时，家长们要注意八个方面的问题。

一忌如临大敌。进入高三后，家长身上表现出的“考试焦虑症”，不仅会直接感染学生，而且会使家长自己失去冷静。所以家长们必须首先保证自己情绪的稳定，注意用自己的积极乐观去冲淡孩子心中的紧张不安。

二忌唠叨不休。不要整天把高考挂在嘴边，更不要用“要为父母争口气”等言语刺激孩子。过分的叮嘱只会对孩子的生理和心理造成不良影响，家长不要过多地干涉孩子的行为，要给他们一个比较宽松的复习环境。

三忌照管过度。过分的关照会给孩子更大的压力，对学生精神上的关心和物质上的关照都要适度。

四忌期望过高。要了解孩子的实际水平，不要给孩子过高的预期。家长要做孩子制定高考目标的指导者。

五忌盲目攀比。不要对孩子说其他学生学习如何好如何勤奋的言语，这样反而会增加孩子的逆反心理，而要多进行纵向的比较，努力发现孩子每时每刻的进步，同时帮助孩子分析自身的长处和缺陷，以达到扬长避短、鼓舞士气的效果。

六忌反差太大。家庭环境或氛围的改变不宜过大，衣食住行都保持原样未尝不可，可以让孩子适当地看看电视、听听音乐或逛逛街。

七忌威逼利诱。不要用一些奖赏来调动孩子的积极性，这不

仅不能起到激励作用，反而可能导致孩子心理失衡。八忌家教无度。不要不惜血本请名师做家教、开小灶，这样不仅挤占了孩子自由消化复习内容的时间，而且有揠苗助长之嫌  
100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问  
[www.100test.com](http://www.100test.com)