

家庭是高中生价值观养成教育的基地

成长密码 1：积极的价值观是青少年发展的内部资源

促进青少年发展的种种因素可以统称为发展资源，发展资源包括外部资源和内部资源。外部资源代表了能够促进青少年健康发展的环境特征，主要指成人通过加强联系以及提供机会使青少年获得积极的发展经验，例如家庭、学校和社区的支持、重视、规范、期待等。内部资源代表了青少年个体具有的引导其行为的价值标准、胜任特征和技能等，包括投身于学习、积极价值观、社会能力和自我肯定。其中，投身于学习综合了促进学业成功的个人信念、价值观和技能，包括学校归属感、参与学习活动并期望获得成功等。积极价值观代表亲社会的价值观念和个人的品格，如诚信、友善、有责任感等。这些价值观念和品格反映了社会大众的价值标准，接近当今科技发达社会的核心价值观念。拥有这些价值观的青少年形成与外部的和谐关系，能够更好地适应社会，为他们未来的成长和幸福的生活奠定坚实的基础。

成长密码 2：父母对孩子核心价值观的影响最大

孩子的价值观是在家庭中萌芽的，孩子小时候主要是接受父母的价值观。进入高中，随着思维认知的发展，孩子开始意识到一些价值的内在矛盾和父母观念的局限性，尝试形成自己的选择和判断。在这一阶段，孩子尽管受同龄人影响较大，也容易受到社会环境中其他因素的影响，但对于其核心价值观的形成，父母的影响始终是最重要的。

没有核心价值观的家庭难以培养出有核心价值观的孩子，家风就是家庭的核心价值观的体现，通过家庭成员接人待物、为人处事、生活方式、道德行为等方面的特点表现出来，是一种特定的家庭文化，具有强大的育人功能。家风的形成，无关家庭贫富，亦无关父母文化程度，而多源自父母言行的熏陶。“地好土肥苞谷大，人有知识本领强”表达知识的价值，“雁当排头雁，人要站在前”鼓励孩子敢为人先，“不做不说”强调践行诺言，这些朴素的家训都来自农民父母，影响了一代又一代人。

在新的时代背景下，家风建设还需要与时俱进，社会主义核心价值观就是构

建新时代家风的价值源泉。

成长密码 3：高中是价值观初步形成的关键期

高中是社会化的关键阶段，也是价值观初步形成的关键期。高中的孩子已经从政治教学中认识到社会发展规律与价值选择之间的关系，亟需通过实践养成促进价值观内化。

因为思维的发展及其限制，高中的孩子能够看到事物的多个方面，因此在面对问题时常常会对该使用哪一种角度和标准感到困惑，在一段时间内他们可能坚信任何事物都是相对的：撒谎未必不好，婚前发生性关系不一定是品行不好……这个时候正确的价值观能为他们的行为导航。

高中的孩子开始切实地面对人生道路的选择，“择己所爱，择己所长，择世所需”，把兴趣、能力和价值观结合起来是较为理想的生涯规划。目前我国互联网黑灰产业（攻击网站、盗取账号、恶意注册、虚假认证等）从业人员估计有40万，多为17~21岁的男性。他们或仅仅凭着兴趣和能力，或仅仅为了眼前的利益而游走在法律的边缘地带，偏离了社会主流的价值观，人生的小船随时可能驶入漩涡中。

高中孩子面对自我探索和发展的压力，常常处于理想与现实交织的矛盾之中，急剧的社会变迁、泥沙俱下的网络空间使他们身处价值观日趋多元化环境中，内外因素交互影响，给他们带来极大的冲击。

家庭教育是充满生活特色的情感感化和实践陶养，能有效促进价值观实现由知到行的转化。

成长密码 4：诚信是孩子未来的立身之本

诚信是中华民族的传统美德，自古以来就被视为立身之本，“君子养心，莫善于诚”“人言而无信，不知其可也”。现在，诚信被称为公民的“第二身份证”，是社会主义核心价值观之一，充分体现了诚信对个人和社会发展的价值。

对于心理发育还不成熟的高中生，诚信的心理健康价值也不容忽视。不诚信行为背后的需要往往存在矛盾和冲突，例如既想取得好成绩又不想努力；不诚信行为还常常与不合理的需要有关，例如想占有和使用别人遗失在食堂的饭卡。这

些需要本身就是心理失衡的表现，如果用不诚信的行为暂时得到了心理满足，可能会陷入更大的心理危机中：怕被揭穿的恐慌、逃避问题的焦虑、自欺欺人的纠结，都会给青少年带来沉重的精神负担，影响身心健康。

当这一代中学生步入社会时，良好的信誉记录将成为他们生存发展的保障。伴随着市场经济的迅猛发展，中国渐次步入信用经济时代，这是人类生活、消费市场发展的必然环节。到 2020 年，我国将基本建成社会信用体系，建立健全信用信息系统和守信激励失信惩戒机制，特别是联合惩戒机制，让守信者处处受益，失信者处处受限。未来，不讲诚信的人确实没有立足之地。

为父母支招 1：高度重视孩子的价值观培养

面对升学的压力，父母往往对高中孩子的成绩关注度更高。大多数孩子会按照父母的期望和要求去认真学习，但如果他内心没有对知识、奋斗的价值稳定认可，主动学习的持续性不足，学习表现也容易出现波动。孩子如果从内心里认可“知识就是力量”“功夫不负有心人”等观念，他就能够调动全部身心投入学习，主动探寻适合自己的学习方法、不断反思改进，形成有效的努力，而且能够在暂时受挫的情况下，坚持不放弃。经过反复的实践检验和反思，孩子认可并坚定地确信了这种观念，就会将其作为一种生活方式反复实践履行。人的价值观一旦形成，便是相对稳定持久的，能够推动个体的持续发展。在达到升学等阶段性的目标或脱离父母后，孩子仍旧会继续努力向前，而不会像有的孩子升入大学之后就失去方向。

一个人的正常成长，包括生理、认知、情感、精神、道德、社会等几个方面的发展，学习成绩只是认知中的一小部分，而价值观对这些方面的发展都有着重要的激励和导向作用。父母重视孩子的价值观培养是对孩子的未来负责。

为父母支招 2：建设良好的家风

良好的家风就是健康的家庭核心价值观。家风建设需以传统文化为根，吸收现代文明元素的养分，不断生长。“以和为贵”“恭俭尊让”，家庭中必须有尊重，才会有健康的核心价值观。在新时期，亲子双方需要共同体会和培育多元的尊重理念与尊重关系，孩子要懂得尊重师长，父母也应该尊重孩子的个体人格和个性

成长需要，让孩子成长为他自己。父母以升学为理由代劳本应由孩子去体验和承担的一切，以爱的名义左右孩子的一切发展，在家庭中难以形成和谐的人际关系，也不会形成良好的家风。

现代社会是规则社会，家庭文化中还需要融合公平、正义、民主、法治、平等现代文明要素，通过家庭成员的日常互动，渗透相关理念，让家庭成为传授现代价值规则的起点。

无论内涵如何变化，家风不变的是传承方式。传承家风，身体力行是最有效方式。无论家庭教育的形式如何，其不变的宗旨是教导爱，让孩子学会常怀感恩与虔敬之心，感恩天地赠予，爱护自然万物，友善待人接物，用文明、和谐的价值观念滋养青少年的心灵，成为其人生的指南。

为父母支招 3：做正能量的父母

父母要关注孩子的思想、行为动向和交友状况，有时候需要直接给孩子立规矩设底线，例如不能撒谎、异性交往需要保持的界限等；有时候可以通过生活中的案例，帮助孩子明辨是非，知道一些灰色行为可能给自己带来的后果。

除了说理，父母要注意在日常生活中给孩子传递正能量。有的父母本身消极悲观，总是盯着阳光下的阴影，或抱怨人活得太累，或者把社会描得一团黑，把他人看作陷阱，这些不全面不客观的评价对成年人来说，可能仅仅是一种宣泄，却会影响孩子正在形成的人生观，让孩子对前途和未来备感渺茫。现在还有一些父母总是抱怨中国的教育制度糟糕，这样的抱怨会让孩子怀疑学习的价值，甚至成为孩子放弃学习的理由。我们不能否认目前高中应试教育的弊端，但如同没有完美的人一样，没有一种教育制度是完美的。从积极的一面来看，中国的基础教育扎实有利于日后的深造，考试多对孩子的抗挫折能力也是一种锻炼，从积极的角度引导，对孩子学习态度和积极心态的养成更有帮助。

正能量来自于父母本身的价值观，能够客观看待社会发展充满曲折但总体向上的规律，对生活和社会抱有积极乐观的态度，并不断地追求自我的成长。有的父母会注意把好的一面展现给孩子，但高中的孩子已经有相当的洞察能力，如果父母没有解决自己的价值观问题，言不由衷，不仅扭曲自己，也会让孩子更加迷惑。

为父母支招 4：父母要担负诚信教育的主要责任

首先，父母要注重诚信的自我修养，以身作则。有的父母受“失信成本低”“老实人吃亏”等错误观念的影响，疏于自我约束，在工作中为了偷懒而弄虚作假，在生活中处处占小便宜耍小聪明，从超市里拿免费的购物袋回家当垃圾袋、把共享单车上锁占为己有。在父母的影响下，孩子可能也会在学习和生活中投机取巧，影响成长。

其次，在诚信方面，父母应该对孩子有明确的行为规范要求，例如独立完成作业不抄袭、借别人的东西及时归还、不占用别人和集体物品、拿家里的钱需要通过父母同意、不能模仿父母或老师签名请假等，对孩子的不诚信行为必须予以批评，并施以相应的惩戒措施，不能有包庇行为。

此外，父母要减少对孩子过高的期望和不合理的要求，接纳孩子的特点。一些父母不顾孩子的能力和特点，在学习成绩上只提要求看结果，孩子就有可能采取作弊或欺骗手段哄骗父母；还有一些父母控制欲望太强，即便对高中生，也分分钟想知道孩子的行踪和思想，不给孩子任何空间，渴望独立的孩子可能就会用撒谎应对父母的管束。

原载《这样爱你刚刚好，我的高中孩子》湖南教育出版社 2018 年 1 月出版（有修改）

作者：张旭东

中国青少年研究中心少年儿童研究所供稿