

根基家庭教育

习惯与品格 培育手册

40 Ways to Teach Your Child Values

38个权威指导方法 随用随查

[美]保罗·刘易斯 Paul Lewis 著

孙云端 译

畅销20年的品格教育经典

深受百万父母好评的实用指南

江西人民出版社

如何帮助孩子处理压力和战胜忧郁？

如何教导孩子学习理财？

孩子如何和异性朋友成功交往？

如何做到整齐干净？

如何帮助孩子克服失败恐惧症？

如何建立孩子的自尊和自信？

如何激发孩子的创造力？

如何培养勇敢的孩子？

如何帮助孩子克服电视的诱惑？

习惯与品格 培育手册

在本书中，保罗指出了为人父母者容易忽略的六大真相：

真相一：孩子最终会做出自己的选择

真相二：教育孩子什么时候都不会太晚

真相三：父母榜样的力量是无穷的

真相四：你不是孤军奋战

真相五：你和配偶的婚姻质量远胜过其他“绝佳”教子技巧

真相六：孩子比父母更容易饶恕和淡忘

ISBN 7-210-03382-3



9 787210 033820 >

ISBN 7-210-03382-3/G · 639

定价：20.00元



习惯与品格 培育手册

40 Ways to Teach Your Child Values

38个权威指导方法 随用随查

[美]保罗·刘易斯 Paul Lewis 著

孙云端 译

江西人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

习惯与品格培育手册 / (美)刘易斯著; 孙云端译.

—南昌:江西人民出版社, 2006. 8

ISBN 7-210-03382-3

I. 习... II. ①刘... ②孙... III. 家庭教育: 儿童教育—方法 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 062169 号

38 Ways To Teach Your Child Values, Chinese - Simplified

Copyright © 1985 by Paul Lewis

本书由美国 Tyndale 出版社授权在中国内地出版发行

习惯与品格培育手册

[美]刘易斯 著

孙云端 译

江西人民出版社出版发行

北京振宏福利印刷厂印刷 新华书店经销

2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷

开本: 880 × 1160 毫米 1/32 印张: 7.5

字数: 138 千 印数: 1 - 22000 册

ISBN 7-210-03382-3/G·639 定价: 20.00 元

江西人民出版社 地址: 南昌市三经路 47 号附 1 号
邮政编码: 330006 传真: 6898827 电话: 6898893(发行部)

E-mail: jxpgh@tom.com web@jxpgh.com

(赣人版图书凡属印刷、装订错误, 请随时向承印厂调换)



保罗·刘易斯是美国家

庭教育学院（Family University）的校长和创始人，他还著有《优秀父亲的5大习惯》和《30天建立和睦家庭》等教育经典，他和妻子莱斯莉现居住在美国圣地亚哥，他们共有5个子女。



根基家庭教育系列

图书还包括：

《六A的力量》

《倾力之爱》

《模范爸爸》

《相爱的秘密》

《为什么真爱需要等待》

责任编辑：王醴韵

装帧设计：



大象装帧设计工作室
010-84803033 小朱



怎样使用这本书？

你现在手里拿着的，不是一本寻常的关于子女教育的书。除非你知道如何有效地使用它，否则，可能会越看越感觉灰心气馁。

这本书被设计得更像一本手册——一本浓缩的、易于快速查阅的教子指南。无论你的孩子是在牙牙学语，还是小学生或青少年，本书精选的38种最重要的技能、态度和价值观，可以积极地帮助你的孩子迈向成熟和健康的人生。

本书每一章的篇幅都很精练，你可以在5分钟之内读完。因此，建议你把它放到手边，随时查阅。很多你与孩子之间需要有人指引的地方，你都可以在其中找到答案。

本书每一章都提炼了你作为父母应该了解的基本原则和做法，以帮助你引导孩子逐步建立他们成长所需的重要技能和观念。因此，作为父母，如果一次通读多篇

的话，很容易因为书中涉及太多的原则和做法而导致消化不良，从而带来挫折感，所以建议你每次最多只读两三篇。很少有父母——不管他们是多么优秀——可以一次集中看三章以上的内容，即使你觉得事在人为，你仍需要注意到孩子的接受能力和他们的感受。

因此，最好是按下面的方法使用本书：

第一，浏览本书的目录，挑出2~3项：你的孩子目前正面临的情况，或即将发生的情况，或是作为父母，你比较关心的问题，首先阅读这些章节。

第二，阅读时要一笔在手，以做批注。重要的原则都特别标注了出来，你可以勾注你需要的建议，圈出最有用的条目。这些建议因人而易，适合不同的亲子关系类型，也因脾气性格不同而异。选择时要明智地选择最自然、最适宜的。

第三，本书附录里的“成长记录”表格，可以用来评估孩子成长的步伐——需要改进的，发展较好的，等等。每一个项目的后面都附有“父母笔记”，可以写下你的读后感和行动计划。

第四，在开始之前，你还要明白做父母的六大真相：

●真相一：孩子最终会做出自己的选择。

“教养孩童，使他走当行的道，就是到老他也不偏

离。”^① 这是上帝对你给予孩子教育的承诺。你的教育不要成为他的枷锁，孩子最终会行使自己的权利。当孩子渐渐走向成熟，孩子很可能令父母失望，你们又常常意见不合。但是，胜利乃在于尊重孩子个性和自由，并且你多给予关怀，注意教育和沟通方式，常常祈祷，如此带来的双赢的喜悦将远胜于失望。

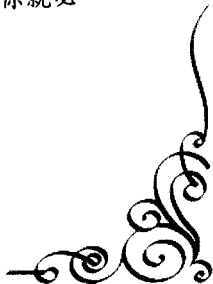
重要的是你作为父母，你的自我形象是建立在从上帝而来的个人尊严和人格之上的。即使孩子对父母言听计从，那也未必是个成功的父母。孩子应该有自己的独立意志。

●真相二：如果你现在觉得很失败，那么，从现在开始还为时不晚。这就是上帝恩典的奇妙：即使是最糟糕的罪人，也能在上帝的宽恕下重新开始。当然，能避免一些令为人父母烦心之处，那是最好。不过，即使是长年累积的根源问题，也要相信对于上帝没有难成之事。因此，要永不言放弃。

●真相三：榜样的力量是无穷的。

如果父母说的是一套，做的又是另一套，这样只会使我们背负更重的精神负担，甚至会导致我们精神分裂。要记住，如果希望孩子铭记你教诲的真理，你必须说到做到，言传身教。

① 引自《圣经·旧约》中的《箴言》第22章6节。



●真相四：你不是孤身奋战。

孩子渐渐长大，一路上总会有其他成年人，凭借他们的天赋、影响力和特殊的位置，能与孩子很好地沟通，教导真理，助父母一臂之力。不要把这样的人视为威胁，要用心观察，创造条件让孩子和你尊敬的人相处，积极地向这样的人表示，你希望孩子从他们身上学习到优秀品质，并鼓励他们这样去影响孩子。请充分利用每一次这样的机会吧。

●真相五：幸福美满的婚姻远胜过使用任何“绝佳”的技巧去教导你的孩子。

孩子的安全感源于父母的美好婚姻关系，这不单单是你对他的爱即能提供得了的。孩子终有一天会建立自己的婚姻和家庭，而所有你留下的好榜样，如携手以共，白头到老，真心相待，相敬如宾，共渡生活难关等爱情见证，会增强孩子对自己的婚姻和家庭的信心。当然，上帝的恩慈能弥补过错，但避免婚姻的创伤，对孩子更好。

●真相六：孩子比父母更容易饶恕和忘却。

父母和子女之间难免积存一些负面的经历。如果孩子知道你最大的愿望就是做个好父母，你们的关系就能经受住很多考验，而不至不可救药。在每个可能造成伤害的事件中，学习以最快和最恳切的态度向你的孩子说一声“对不起”。



根基亲子共读俱乐部

根基教育机构以帮助父母“培养孩子品格，打好人生根基”为使命，让孩子的品格“向下扎根，向上结果”，成为陪伴孩子一生的礼物和祝福。

在创办《根基》杂志、举办各样亲子教育的培训课程中，根基教育机构深深感受到：

不卫生的食物影响孩子肠胃一时，

不健康的思想毒害孩子心灵一生。

因此，我们成立了“根基亲子俱乐部”，以俱乐部会员购书的方式，旨在为家长和孩子推荐一批优秀读物——全部由我们的亲子教育专家团队精心筛选。图书的题材不仅涉及儿童读物，还包括亲子、婚姻和其他相关读物。

根基亲子俱乐部，希望做父母的帮手，孩子心灵的保护者。

选择加入根基亲子俱乐部的三大理由：

1. 选书理念的独特性

秉承根基教育机构以爱为根基的品格教育理念，我们选择和推荐的图书标准是：图书要播下爱的种子，收获品格的果实。

2. 评选专家的专业性和爱心

我们的评选专家团队由《根基》杂志的编辑和幼教专家组成，他们大部分为人父母，他们选择的图书就是给自己、给孩子看的图书。

3. 享有多种优惠折扣

除购书享有优惠折扣外，会员还可以优惠享受由根基教育机构组织的各样活动和培训项目。

您可以通过《根基》杂志、俱乐部介绍单张、网站等多种方式注册加入我们的俱乐部。欲了解更多信息，请登陆网站：<http://www.rootedu.com>



引言 怎样使用这本书? (1)

第一部分 技巧应用

- 01. 给孩子零用钱的方法——怎样教孩子理财 (3)
- 02. 做决定——怎样帮助孩子具有判断力 (9)
- 03. 时间管理——你的孩子知道怎样利用时间吗 (15)
- 04. 建立友情——教孩子学习与人际交往的艺术 (21)
- 05. 帮助孩子处理内疚感 (27)
- 06. 你的孩子善解人意吗 (33)
- 07. 教孩子了解家庭财务和经济状况 (39)
- 08. 家庭里如何提出批评和接受批评 (45)
- 09. 你的孩子会处理压力吗 (51)
- 10. 如何教孩子认识死亡 (57)
- 11. 孩子会和异性朋友成功交往吗 (62)
- 12. 孩子可以做到整齐干净 (68)

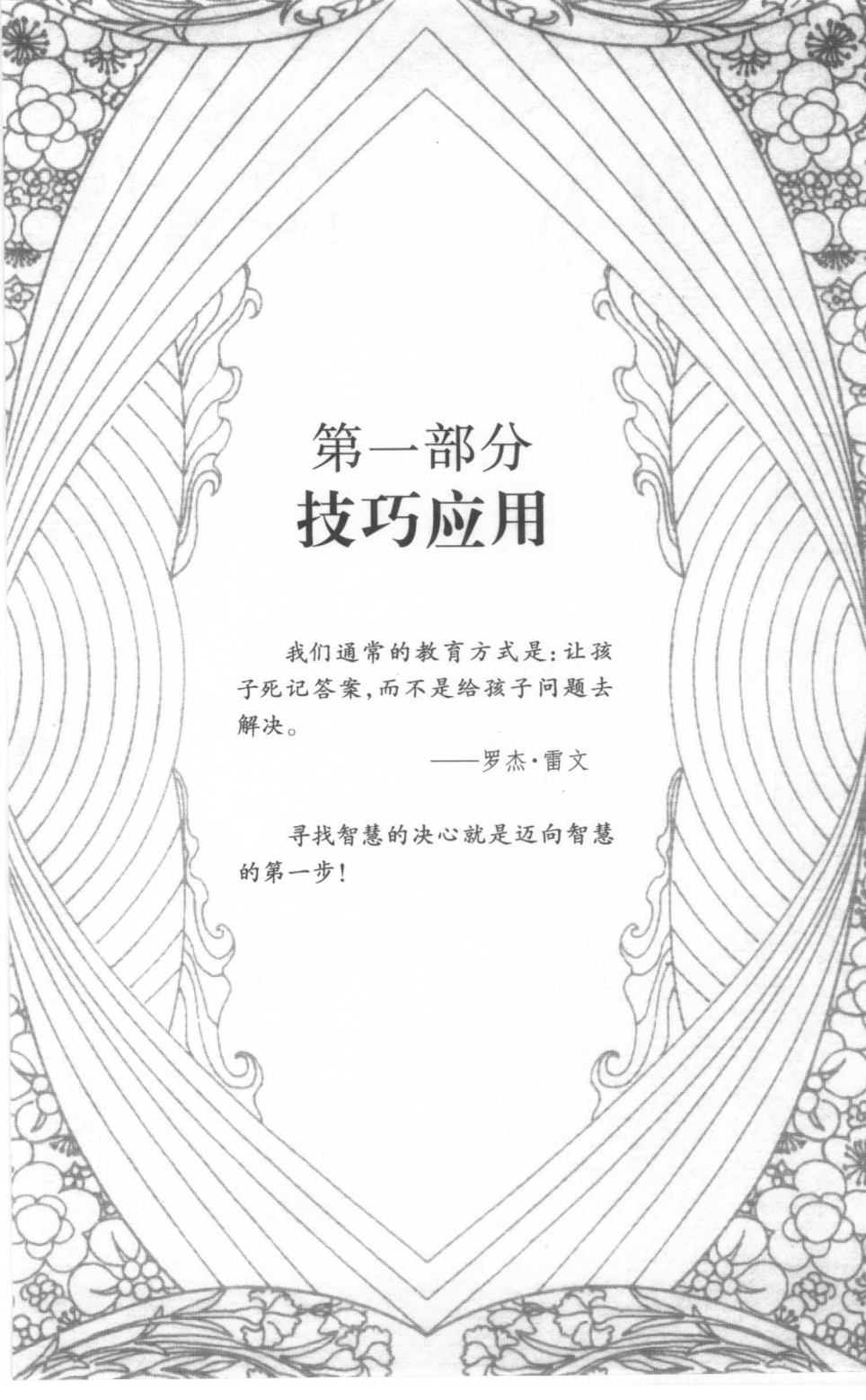
第二部分 态度表现

- 13. 告诉孩子成功的真正含义 (77)
- 14. 通过做家务来塑造孩子品格 (83)
- 15. 你的孩子有失败恐惧症吗 (88)

- 16. 教孩子发现自我肯定的伟大力量 (93)
- 17. 教导孩子有一颗感恩的心 (99)
- 18. 孩子的创造力从哪里来 (105)
- 19. 赋予孩子一种“能行”的无畏精神 (111)
- 20. 怎样唤醒孩子的服侍心 (117)
- 21. 与孩子相处欢笑很重要 (122)
- 22. 帮助孩子战胜忧郁 (127)
- 23. 教导孩子“坚持就是胜利” (133)
- 24. 给孩子树立权威的正面观点 (138)
- 25. 你的孩子崇尚简单吗 (144)

第三部分 价值观

- 26. “诚信”该怎样教育 (151)
- 27. 孩子能克服电视的诱惑吗 (156)
- 28. 孩子对性知识知多少 (162)
- 29. 孩子需要了解自己的权利 (168)
- 30. 家庭传统和节庆值得保持 (173)
- 31. 如何教育孩子爱惜和管理物品 (179)
- 32. 孩子知道自己的“根”吗 (185)
- 33. 你的孩子理解隐私权吗 (191)
- 34. 如何培养勇敢的孩子 (196)
- 35. 你的孩子喜欢艺术吗 (202)
- 36. 关注孩子的健康 (207)
- 37. 教导孩子认知能力 (212)
- 38. 教孩子珍惜家庭和亲情 (218)
- 附录 成长记录 (224)



第一部分 技巧应用

我们通常的教育方式是：让孩子死记答案，而不是给孩子问题去解决。

——罗杰·雷文

寻找智慧的决心就是迈向智慧的第一步！

01

给孩子零用钱的方法

——怎样教孩子理财

教孩子从小做一个“钱财的好管家”，掌握管理财物的智慧，是父母必须做的事情。最好的办法之一就是给孩子一笔零用钱，训练孩子自己管理自己的“账户”。

零用钱该怎么给？

大多数父母并不是按时、正规地发给孩子零用钱，而是不规律地、无计划地给钱，孩子要钱的时间就是给钱的时间，不是有求必应，就是一口回绝。因为孩子总是要钱，父母要时刻思考孩子的要求是否合理，自己能否承担，等等。这不是教孩子做“钱财好管家”的办法。

方法之一，不定期地发给孩子一笔零用钱。但这里也有问题，比如最佳的给孩子零用钱的方式是什么？有些父母在孩子完成家务活以后发钱，如同发工资。有的父母发放定额的零用钱，但是有条件：如果孩子不完成任务或是调皮捣蛋，就以克扣零用钱作为惩罚。这种做