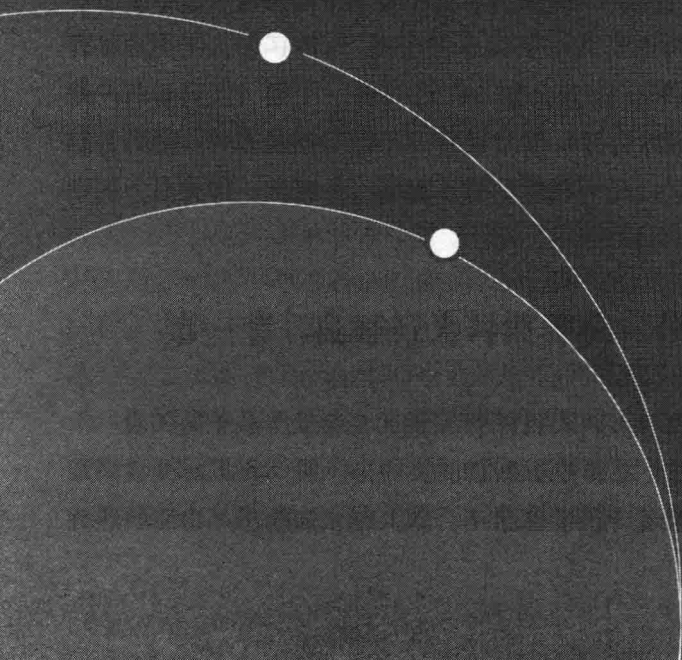


第一编

三“足”鼎立：亲子良好 行为习惯研究概论

思想引导行为，行为养成习惯，习惯造就性格，性格决定命运。

—— [美] 约·凯恩斯



第一章

应运而生：亲子良好行为习惯研究的背景

人类对于幸福的追求与向往，对于幸福的探索与研究，如同人类历史一般漫长。对于孩子而言，什么才是幸福？是送给孩子的金色芭比娃娃和限量版变形金刚？是孩子衣柜里的那数不尽的美丽服饰？是生活中的有求必应、无尽满足？是不计金钱的各种兴趣班学习？噢，我想，此刻正在读此本书的您，或是坚决地摇头，或是犹豫着点头又摇头，或是茫然地无所适从，或是欲极力辩驳而欲言又止。其实，现代社会的中国大多数家长对于孩子的幸福非常重视，也会查阅各种资料，听无数讲座。只是，工作的繁琐让我们家长中的大多数，心有余而力不足。琳琅满目的书籍资料和商家宣传的噱头，让很多家长殚精竭虑，而我们的孩子，也精疲力竭。甚然，因为一知半解，或根本不懂得科学育儿的方法，酿成种种悲剧，令人痛惜。古罗马著名哲学家爱比克泰德一言道出了幸福的真谛，他说：“是否真有幸福并非取决于天性，而是取决于人的习惯。”孩子的心灵是一片沃土，播下一种好思想，就会收获一种好行为；播下一种好行为，就会收获一种好习惯；播下一种好习惯，就会收获一种好性格；播下一种好性格，就会收获一种好命运。为了孩子的幸福，让我们一同携手，去播下好习惯的种子。

第一节 良好行为习惯养成：孩子幸福的基石

你的孩子是不是总会无缘无故的打人骂人？到了该吃饭的时候孩子却哭着闹着要玩飞机？到了该睡觉的时候却嚷着肚子饿了，要吃各种零食？总是有各种理由不愿意去上幼儿园，不愿意学习？如果你的孩子曾经或现在正经历

历着这些事情，亲爱的家长们，请你引起高度重视。我们常把孩子的教育挂在嘴边，却对孩子的不良行为习惯或纵容、或沉默、或无奈。比如，孩子在该吃饭的时候却要玩游戏，于是就全家围着转来喂饭，只因为怕孩子饿着。久而久之，在孩子的概念中，就会形成“吃饭的时候应该玩游戏”这样的错误认知。幼儿期形成不良的行为习惯，不仅危害孩子的身心健康，影响着孩子的社会化过程，还是现在社会出现青少年违法犯罪、精神疾病、学习成绩差、厌学退学等的重要原因。

我国是个文明古国，对于良好行为习惯养成的认识可谓源远流长。古代伟大的教育家孔子曾说过：“少年若天性，习惯成自然”，习惯一旦养成，一切都将成为顺其自然的事情，这对我们后世的教育有着重要的指导意义。我国近代著名儿童教育家陈鹤琴先生在其教育著作《教育思想》中明确指出：“人类的动作十之八九是习惯，而这种习惯又大部分是在幼年养成的，所以，幼年时代，应当特别注重习惯的养成。”他还说：“习惯养得好终生受其福，习惯养得不好则终身受其害。”养成良好的行为习惯必须从小抓起。现代著名教育家叶圣陶先生也说过：“什么是教育，简单一句话，就是要养成良好的习惯。”无论是家庭教育、幼儿园教育还是社会教育都应该明晰这一点，在幼儿阶段，养成良好的行为习惯甚于学习知识本身，它是一个人独立于社会的坚实基础，是孩子幸福的基石。幼儿时期，孩子的自主意识已经开始得到发展，具备一定的独立活动能力，是学习和培养良好习惯的关键阶段。为深入贯彻《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》和《国务院关于当前发展学前教育的若干意见》，指导幼儿园和家庭实施科学保育和教育，促进幼儿身心全面和谐发展，中国教育部发布了《3~6岁儿童学习与发展指南》（以下简称《指南》），在其对幼儿良好行为习惯的养成也有了明确的论述。

不仅在我国，国外对于良好习惯养成的重要性也非常有见地。英国著名教育家培根认为，习惯是一种顽强而巨大的力量，可以主宰人的一生，人从幼年起就应该通过教育培养一种良好的习惯。俄国著名教育家乌申斯基有句名言：“良好的行为习惯是人在某种神经系统中存放的道德资本，这种资本不断增值，而人在其整个一生中享受着它的利息。”1988年，当75位诺贝尔奖得主在巴黎聚会之时，记者问其中的一位获奖者：“请问您在哪所大学学到您认为最重要的东西？”当记者准备拿起笔详细记录接下来可能会听到的

各种名牌大学时，这位科学家竟然平静地只说了三个字：“幼儿园。”记者继续追问：“在幼儿园学到什么？”这位科学家微笑着说：“学到把自己的东西分一半给小伙伴；不是自己的东西不要拿；东西要放整齐，吃饭前要洗手；做错事要表示歉意；午饭后要休息；要仔细观察大自然。”如果正在读此书的你有一种拨开云雾见月明的豁然开朗，恭喜你，你已经意识到幼儿时期养成良好的习惯对个体一生发展的重要意义。

第二节 理论基础：孩子良好行为习惯培养的重要支撑

亲子教育——行为习惯研究的提出与开展，不仅是基于目前许多家长对于孩子良好行为习惯养成的重要性缺少认知、在培养方法上缺少指导、在行为上缺少榜样、家园缺少合作、社会缺少支持而导致亲子教育中出现的困难状态，以及家长、幼儿园、社会有着改变这种现状的强烈愿望，它更有着强大而深厚的理论基础。

一、社会学习理论

社会学习理论创始人、美国著名心理学家班杜拉认为，幼儿行为习惯的形成与其他行为一样，主要是后天习得的，都是社会学习的产物，是可以通过模仿榜样和观察模式而习得。在社会学习理论看来，环境和行为之间是双向作用关系，即环境可以影响行为，相反行为也会影响环境。环境有潜在和实际之分，潜在环境对每个人而言都是一样的，但实际环境却因人而异，它是由个体本身的行为创造出来的。此外，班杜拉将人类后天复杂行为的习得分为两种不同的模式：直接经验与间接经验，其中间接经验是人类行为习得的主要模式，是通过示范、观察和模仿获得的。通过观察和模仿别人的行为可以学习和获得新的行为方式，并且通过观察行为受到的赞赏和惩罚还可以使人的行为得到强化。由此看来，培养幼儿良好的行为习惯，需创设良好的家庭环境，营造和谐的家庭教育氛围，树立家长的示范榜样作用。

二、行为主义学习理论

以斯金纳为主要代表的行为主义理论认为人类的思维是与外界环境相互

作用的结果，即形成“刺激-反应”的联结。行为主义者认为，学习是刺激与反应之间的联结，行为是学习者对环境刺激所做出的反应。他们把环境看成是刺激，把伴而随之的有机体行为看作是反应，认为所有行为都是习得的。行为主义学习理论应用在家庭实践上，就是要求家长为孩子创设一种环境，尽可能在最大程度上强化孩子的合适行为，消除不合适行为。从此理论可以得到启示：我们通过家长学校的家教指导加强幼儿园、家庭彼此之间的联系，形成正向的互动环境，促进幼儿的发展。同时还认为这一强化理论对于我们如何培养幼儿良好习惯有很大的启发，要培养幼儿养成良好行为习惯的教育，要从行为训练入手。

三、家庭教育学理论

赵忠心教授认为家庭教育是最早期的教育，是一切教育的基础。学校教育和社会教育都是在家庭教育基础上进行的。他提出了家庭教育辩证法，论证了“家庭教育的优势与劣势”“独生子女家庭教育的长处与短处”，论述了“爱而不娇”“严而有格”“该管则管，该放则放，管放结合”“发展特长和全面发展”“言教和身教”“说服教育和实践锻炼”“遇物则诲”“掌握分寸”“选择教育机会”等家庭教育策略与方法，为解决家庭教育问题提供了科学理性的指导。由此启示我们：家庭教育对人的一生影响深刻，而父母是儿童的亲人，和子女接触的时间最多，父母的一言一行、一举一动时时刻刻在潜移默化地影响着儿童。家庭教育在幼儿心灵上起着决定性作用，幼儿的可塑性最大，最容易接受教育。

四、全面发展理论

我国的教育方针，要求培养一代为社会主义现代化服务的德智体美全面发展，具有创新精神和实践能力的新型人才。教育规律揭示，人的成长发展表现为身体和心理两方面，人的心理发展是知情意的统一，相应产生知追求真、意追求善、情追求美三种价值追求，而与这三种追求相对应的是科学、道德、艺术三个领域，通过科学追求真，通过道德追求善，通过艺术追求美。对孩子来说，三种心理需求，三种价值追求，要通过科学、道德、艺术三种活动来实现和满足，即对孩子进行智育、德育和美育，还有保障这些活动的体育。在孩子的成长发展过程中，德智体美是不可分割的，正如专家说的

“木桶原理”，一桶水的容量取决于木桶全部木板的长度，一块短板对于木桶有决定性的影响，一个孩子某方面素质的缺乏，有时会极大地影响他的成长和成才。有人将孩子比喻为一棵树，他各方面的素质和能力好像树的枝和叶，枝繁叶茂的树木才能茁壮成长，素质全面的孩子才能走向成人和成才之路，如果孩子不能全面发展，学习成绩再优秀的孩子也很难有美好的未来。由此我们启示：培养孩子良好的行为习惯不仅仅只停留在他存在的问题行为方面，而是从孩子的全面发展考量，从生活习惯、人际交往习惯、学习习惯各方面着手，促进孩子健全人格的发展。

五、协同教育理论

德国著名心理学家哈肯（Hanken）认为，根据协同教育理念，学校教育系统、家庭教育系统、社会教育系统所构成的三大教育系统中各系统应发挥各自的组织能力，在一定条件下形成合作、互补的协同效应，从而使青少年的整体教育达到最优化的教育效果。由此理论，可以得到启示：儿童发展的生态环境由若干相互嵌套在一起的系统组成，这一些系统从微观到中观再到宏观，与儿童发生直接或间接的联系。家庭、学校是与儿童关系最密切的微观系统，而家庭是儿童生活的第一个社会环境，是儿童成长过程中重要的教育环境。在孩子良好行为习惯培养方面，只单方面依靠家长或幼儿园是不可能实现的，需要幼儿园、家庭、社会（社区）建立统一立场，紧密合作，共同携手，促进孩子良好行为习惯的培养。

六、养成教育理论

养成教育的核心意义就是培养孩子养成良好习惯的教育，从行为训练入手，综合多种教育方法，全面提高幼儿的素质，从而达到其最终的目的——形成良好的习惯。养成教育既包括正确行为的指导，也包括良好习惯的培养，如培养良好的做人习惯、做事习惯、学习习惯、生活习惯、思维习惯等，为我们的课题研究起到了良好的借鉴作用。

第三节 残酷现实：孩子行为习惯问题频发

孩子是一个家庭的未来和希望，我们做父母、做家长的总是竭尽自己的全力，希望孩子在成长、奋斗的途中走得顺畅、快乐。但似乎现实总是与理想有距离，孩子的表现总会让家长大跌眼镜。在幼儿园里，有的孩子会无缘无故地打人、骂人；有的孩子会将玩具、餐具砸到地上且乐此不疲；有的孩子不喜欢午睡；有的孩子在学习活动中总会有各种不好的行为来影响他人的学习。

幼儿期是形成行为习惯的关键时期，幼儿教育如何抓住这一有利时机，及时培养幼儿良好行为习惯是素质教育的重要内容。因此，重视对幼儿行为习惯的培养，既是我国优秀的教育传统，也是新时期对幼儿教育提出的一种现实要求。本课题的研究者们为了更好地了解目前幼儿在行为习惯培养方面的现状，课题研究组根据著名学者苏爱萍的理论观点，从“生活习惯”“学习习惯”“人际交往习惯（道德习惯）”三个方面 60 余项内容出发，在幼儿园小班、中班和大班各随机抽取了 100 名孩子，其中男女各 50 名，进行了前测研究，问卷回收率 100%，有效问卷率 100%（详见表 1-1）。

表 1-1 亲子良好行为习惯培养研究调查说明

样本	取样方法	样本数量		测试内容			测试方法	
		男	女	生活卫生习惯	人际交往习惯	学习习惯	前测	后测
小班	随机	50	50	23 项	23 项	12 项	是	是
中班	随机	50	50	25 项	23 项	12 项	是	是
大班	随机	50	50	25 项	23 项	12 项	是	是

通过对前测的数据进行科学分析我们发现，幼儿在行为习惯培养方面存在以下问题：

一、不同环境表现方面：家园表现相差甚远

根据调查发现，同样的行为习惯方面，幼儿在园的表现和在家的表现相差甚远。例如，部分幼儿在园可以根据教师的要求自己独立吃饭，但在家中

却总会看见父母或祖辈跟在身后跑着喂饭；在园内午睡起来，会自己穿衣服，在家中却出现家长不给穿衣服，幼儿就躺在床上不起来的现象；在园教师的“小帮手”会主动帮老师准备活动材料，游戏中使用的玩具也会在游戏结束后有序放回原处，但在家中却成为了那个“衣来伸手、饭来张口”的“小小少爷”“小公主”；在园可以安静地坐下来画画，在家中却没待几分钟就开始东摸摸西摸摸，一会儿要吃这个，一会儿要玩那个。从调查数据分析（详见表1-2）显示：不同的年龄阶段、不同的性别在习惯培养的综合表现方面都存在“在家”表现与“在园”表现不一致的情况，其中在园表现略优于在家表现，但总体水平都普遍处于“差”至“一般”的中间水平。

表1-2 亲子行为习惯表现在园前测与在家前测综合结果对比

年龄阶段	小班	中班	大班
在家	5.19	5.63	5.68
在园	5.40	5.88	6.01
结果	在家：差 在园：差	在家：差 在园：差	在家：差 在园：一般
结果对比	在家 < 在园	在家 < 在园	在家 < 在园
评分标准说明：			
0（含）~6分（不含）：差		6（含）~8分（不含）：一般	
8（含）~9分（不含）：良好		9（含）~10分（含）：优秀	

二、不同年龄阶段具体行为习惯方面：小班和中、大班在生活卫生习惯方面差异显著；中班与大班在人际交往和学习习惯方面普遍较差

随着社会经济的发展，家庭环境较父辈和祖辈而言已经非常优越了。问卷调查数据统计分析得知，小班幼儿在生活卫生习惯方面的表现明显差于中、大班幼儿。中、大班幼儿生活卫生习惯培养在洗漱、保持自身清洁、保护五官、科学睡眠等方面表现良好，但挑食、偏食、爱吃零食、喂饭、东西乱扔等不良生活卫生习惯问题屡见不鲜，孩子的自理能力在溺爱的环境下逐渐退化。

在与同伴、老师及家长的相处中，中、大班幼儿经常会表现出没有礼貌、

不关心他人、不关心集体、纪律和规则意识不强等现象，尤其是在碰到意见不一致的情况下，攻击性行为频率上升。此外，“说谎”、不爱护公物、欺凌弱小等不良行为习惯频发。在活动和组织学习过程中，注意力不集中、不独立思考问题、对图书不感兴趣、观察事物粗心、缺少耐心等是幼儿学习习惯培养中的难题。根据调查数据分析（详见表 1-3）显示：小班、中班、大班在园的综合表现均优于在家综合表现；从具体行为习惯表现来看，生活卫生习惯小班比中班、大班差，小班处于“差”的水平，中班和大班处于“一般”水平，且大班优于中班。这与孩子身心水平的逐渐发展有密切关系；人际交往习惯和学习习惯在不同的年龄阶段均处在“差”的水平，中班略高于小班，大班略高于中班。

表 1-3 亲子具体行为习惯方面在园前测与在家前测结果对比

年龄阶段	测试环境	生活卫生习惯	人际交往习惯	学习习惯
小班	在家	5.19	5.21	5.05
	在园	5.57	5.42	5.21
中班	在家	6.44	5.26	5.18
	在园	6.62	5.56	5.46
大班	在家	6.54	5.26	5.23
	在园	6.76	5.69	5.56
结果	在家 < 在园	小班：差 中班：一般 大班：一般	小班：差 中班：差 大班：差	小班：差 中班：差 大班：差
结果分析	在家 < 在园	小班 < 中班 中班 < 大班	小班 < 中班 中班 < 大班	小班 < 中班 中班 < 大班

三、同一阶段不同性别表现：女孩普遍优于男孩

根据调查数据分析（详见表 1-4）显示：在不同的年龄阶段，生活习惯方面女孩优于男孩、人际交往习惯方面女孩优于男孩、学习习惯方面女孩优于男孩；且女孩的综合表现普遍优于男孩；同一年龄阶段在家和在园的数据对比，女孩的综合表现普遍优于男孩。这与中国传统思想“男孩穷养、女孩富养”有密切关系，中国家长倾向于女孩的标签为“文静、温柔”，男孩的

标签为“霸气、力量”，因此对女孩的关注会多于男孩。

表 1-4 亲子行为习惯不同性别表现在家前测和在园前测对比

基本信息		生活卫生习惯		人际交往习惯		学习习惯		综合成绩	
阶段	环境	男	女	男	女	男	女	男	女
小班	在家	5.08	5.30	5.06	5.23	5.20	5.50	5.13	5.34
	在园	5.46	5.67	5.18	5.43	5.57	5.71	5.40	5.61
中班	在家	6.34	6.53	5.33	5.19	5.09	5.27	5.59	5.66
	在园	6.43	6.81	5.56	5.56	5.27	5.65	5.75	6.01
大班	在家	6.42	6.65	5.17	5.35	5.13	5.38	5.57	5.80
	在园	6.65	6.86	5.48	5.90	5.37	5.80	5.83	6.05
结果	\	\		\		\		小班：男 < 女 中班：男 < 女 大班：男 < 女	

第四节 透析现实：亲子良好行为习惯培养的前提

一、主观因素：孩子消极的“自我意识”

孩子在成长的过程中，之所以会出现一些不良的行为习惯问题，从主观因素方面来看最主要的原因是孩子自我意识的觉醒和发展。瑞士著名儿童心理学专家皮亚杰曾提出“认知发展四阶段论”，其中，孩子在2~7岁（学前教育阶段）处于前运算阶段，在该阶段最大的认知表现就是“以自我为中心”。孩子一旦有了自我意识，就会非常坚持自己的立场，甚至在行为上出现所谓的“与家长、老师对着干”的“恼人”表现。这时候家长与老师应积极看待这一现象，这是孩子自我意志形成的表现。

但自我意识也有积极和消极之分，家长与老师应慎重对待。孩子之所以会在行为表现上出现一些问题，在一定程度上是源于孩子已经形成了不良的、甚至是错误的自我意识。那为何会出现这些“错误”的自我意识呢？答案是：家庭教育环境和幼儿园教育环境的影响。孩子认为“我骂他就是因为

抢了我的玩具”，这或许是在家庭中父母之间的互动方式便是如此。因此，孩子出现消极的自我意识，我们还需要从家庭、幼儿园、社会中寻找答案。

二、客观因素：三“足”不稳

我们经常听到家长或者老师说“这宝贝天生聪明”“这小家伙生来怪脾气”。他们常常把幼儿的个性、智力、行为习惯等方面的突出差异归因于先天，而对于一些形成原因不明又难以纠正的不良行为习惯称之为“秉性难移”。正如一位家长所言：“从来没教他这样，他怎么会这么怪僻呢？”言下之意，是认为孩子的行为是先天就有的。果真如此吗？

幼儿心理学家认为：遗传与生理的成熟是影响幼儿心理发展的客观条件，而环境与教育则是影响幼儿心理发展的决定性因素。综观幼儿的各种不良行为表现，并不是在入园后才形成的，而是在他们来园前就与社会环境、家庭环境、家长的抚养教育方式等方面有着直接关系。

（一）第一足：家庭教育的严重失衡

随着社会的发展，经济的进步，教育理念的更新，越来越多人开始关注并重视家庭教育，知道良好行为习惯的养成对孩子人生发展的重要意义。然而当梦想照进现实，我们发现在孩子行为习惯养成方面，家庭教育的质量并不理想。究其原因，不难得知，这与家庭的结构、家庭教养方式、家长本身的教育理念和文化素质、家庭的经济条件等有着密切的关联。现在，很多孩子都是独生子女，是家中的“小皇帝”“小祖宗”，这些孩子不仅承载着自己的梦想，还承担着整个家庭的梦想，甚至成为家长实现自己理想的“牺牲品”。由于几千年传统观念及当今社会竞争异常激烈的影响，大多数的家长都有“望子成龙”“望女成凤”的思想，于是很多家长盲目地希望孩子有一技之长，能一鸣惊人，不管孩子愿不愿意，不管多么高昂的培训费，让自己的孩子开始变得“忙碌”而紧张，不仅忽视了孩子们的正当需求，更不愿让孩子去干能干的事，去克服能克服的困难。即便是同一个家庭的成员，家长之间的教育理念也会出现不一致。例如，如果孩子在幼儿园出现问题，教师就会找家长反映实际情况，如果是孩子爸爸，爸爸回到家就此事简单批评一下，让孩子下次改正就好；如果是孩子妈妈，孩子回家就免不了要受皮肉之苦或者是妈妈的“喋喋不休”，于是孩子总结出来可以从爸爸那里得到“好处”。久而久之，孩子在家长面前说不一样的话，在老师面前和在家长面前

也说不一样的话，“说谎”的坏习惯就这样形成了。

父母的教养方法不当，造成子女养成了骄横、任性、贪图享乐、唯我至上等不良习性，甚至孤僻、冷漠。在有的家长看来，家长的任务无非就是让孩子吃好、穿好、不生病，教育与培养是幼儿园老师的事，不然交那么多学费干嘛？有的家长对孩子的衣食及身体保健舍得投资，从小穿名牌服饰的现象屡见不鲜，却对孩子的心理健康置若罔闻。重健康知识灌输，轻行为习惯培养；重饮食营养摄入，轻情感需要的满足；重成人包办代替，轻幼儿独立性培养。独生子女现象，造成对孩子溺爱非常普遍。如有一个小女孩的裙子被别人摆了一下，她冲上去抓别人的脸，老师刚要准备和她谈谈，她就大声哭着说：“我爸爸知道你批评我，会心疼的。”老师告知此事后，家长不但没有引起重视，反而一笑了之。

此外，家庭结构的不同，也在孩子的行为习惯培养方面留下了很大的隐患。“留守儿童”“单亲家庭”“隔代教养”这样的家庭结构让祖辈们对自己的孙辈过度溺爱，小心翼翼，使孩子在家中“衣来伸手、饭来张口”，非常任性；单亲家庭的放任教养方式，也对孩子造成严重的负面效应，对孩子未来的学习、工作甚至婚姻家庭都有着不可估量的影响。此外，现代社会基本都是双薪家庭，即父母均有自己的职业或事业，这些家长中不乏一些在工作岗位上表现优异，甚至能够统领全局指挥千军万马的人，可是在家里却教育不好自己的孩子，对待孩子的学习问题、行为问题，他们往往束手无策，一筹莫展，《变形记》这档综艺节目的走红就是最直接的证明；有的家长自己本身是教育工作者，但面对自己孩子的问题却万般无奈，致使类似“老师都教不好自己的孩子”这样的流言为大家熟知；有的家长本身文化修养不够，试图在孩子身上圆自己的“大学梦、事业梦”，为了不让孩子输在起跑线上，滥施压力，甚至不择手段，酿成不良后果。总之，部分家长并没有充分认识到孩子在学前教育阶段培养良好习惯的重要性，是孩子形成不良行为习惯的最直接原因。

（二）第二足：幼儿园家庭教育指导的缺失

《幼儿园工作规程》明确指出：“幼儿园可采取多种形式，指导家长正确了解幼儿园保育和教育的内容、方法。”显然，幼儿园虽然是培育幼儿的专门机构，但其职能不单纯是在幼儿园对幼儿进行教育，同时也应担负起家教指导的任务，主动与幼儿家长配合，帮助家长形成正确的教育理念，创设良

好的家庭教育环境，并用合适的教育行为去引导孩子，促进幼儿的健康成长。但是在很多幼儿园，家园合作、家庭教育指导都只是流于形式，虽然设立了家园联系手册、家园亲子活动等形式多样的合作，但更多时候只是应付教育部门的检查、或者是变相收取费用、或是简单机械的应付任务，对于家庭教育实质性的指导少之又少。对于孩子家庭中的表现，幼儿园跟踪的密度不够，这样一来，家长的育儿问题得不到解决，幼儿园老师又抱怨孩子的家庭教育问题多多，不良合作关系下，最终的受害者是孩子，孩子的认知容易出现混乱，不知道要听谁的，不知道该如何去做，导致幼儿容易养成不良行为习惯。

（三）第三足：社会不良风气的潜移默化

随着时代的进步，市场经济的推进与发展，人民生活有了极大的改善。但在物欲的强烈驱使下，社会风气不容乐观。行贿受贿、钱权交易、贪污腐败、诚信缺失、道德滑坡等现象层出不穷，种种不劳而获的事例让学生认识不到学习知识的重要性。与此同时，受多元文化的影响，社会上滋生出一系列关于享乐主义、拜金主义、机会主义等思想，导致人际关系紧张、人情淡漠、缺乏同情心、责任感和助人为乐的社会风尚，潜移默化间，对孩子的心灵和良好习惯的培养带来负能量。此外，我们不难发现，随着生活环境越来越优越，一方面给孩子的学习提供了更便利的条件和更加丰厚的资源，但同时，也在无形之中让孩子的学习空间越来越小。慢慢地，孩子逐渐以手机、电脑、Ipad 为玩具，性格变得孤僻不合群。有的父母因为工作忙、压力大且又要忙于应付学习，与孩子分离的时间较长，对孩子的身心发展产生了较大的负面影响。在这种家庭环境和社会环境背景下，不少孩子便逐渐养成了任性、固执、依赖、挑食、胆小、多动不安、好斗等不良行为习惯，使孩子身心的健康发展和道德面貌的形成受到了不可忽略的影响。

第二章

有效干预：亲子良好行为习惯研究设计指导

亲子教育-行为习惯研究是指在幼儿教师的指导下，以提高家园共育的质量和促进幼儿良好行为习惯的培养为主要目标，从家长口述幼儿在家行为习惯方面表现的真实案例为出发点，继而在幼儿教育专家分析问题、提出建议的基础上，家长改变方式使得孩子行为得以改变并养成良好行为习惯的教育过程。这是家庭教育与幼儿园教育的重要补充。

第一节 亲子良好行为习惯研究的意义

一、丰富和完善幼儿园教育和家庭教育理论

“家庭是制造人类性格的工厂”，作为孩子第一任老师的父母，他们的教育理念、行为方式、互动频率等对孩子的影响往往将持续一生。亲子教育已经成为社会关注的焦点，对家庭教育的重视程度也大幅度提高。本课题研究根据对亲子行为习惯培养的情况调查，结合《3~6岁儿童学习与发展指南》的目标，我们经过梳理，针对亲子生活卫生习惯、人际交往习惯、学习习惯开展亲子教育活动。首先教师开展的相关主题习惯的教育活动，通过游戏、谈话、儿歌、故事等形式引导孩子养成好习惯；其次，在生活情境中我们积极关注孩子的行为习惯的养成；再次是通过家长学校开展相应主题习惯的授课活动，结合孩子该习惯养成的具体事例和相关经验，尤其是我们将每个习惯编撰成非常浅显而顺口的教育指导建议，家长通过念读能够关注幼儿行为习惯养成的方方面面，还起到提醒家长自己也要养成好习惯的双重作用；最

后是在亲子活动中来验证亲子行为习惯的养成情况。本课题研究是以行动研究为方法，以活动案例为形式，通过幼儿园对家庭教育的指导、配合幼儿教育活动、家长学校培训、亲子活动体验，对近 60 种孩子常见的行为习惯进行实践研究，最后确立了幼儿园亲子行为习惯培养的内容体系，有助于丰富和完善幼儿园教育和家庭教育的理论。

二、为父母和幼儿教育者提供教育建议，预防和减少幼儿的不良行为习惯

在行动研究过程中，课题小组通过对孩子在每个阶段存在的问题作出共性分析，让父母和幼儿教育者能够正确认识孩子在成长过程中的表现，了解孩子行为问题产生的原因，以科学的方法帮助孩子进行不良行为习惯的预防或矫正，帮助孩子建立良好的行为习惯。

三、促进孩子人格的健全发展

正确合理的起始教育，要比教育的矫正工作容易得多，幼儿期应该形成的良好习惯，主要包括生活习惯、人际交往习惯和学习习惯三方面稳固的、自动化的行为。这时候形成的行为习惯无论是好还是坏，都有很大的惯性力量，都会在大脑中建立起根深蒂固的印象，会自觉地表现出来。良好的行为习惯，比如说作息定时、独立进餐、安静就寝、早晚刷牙、饭前便后先洗手、讲卫生、爱整洁等，可以保护幼儿娇嫩的器官，保障幼儿的健康成长。良好的品德习惯，如文明礼貌、友爱同伴、诚实勇敢、爱集体、守纪律等，可以发展幼儿活泼的性格，适应集体生活，有利于孩子社会行为和良好人际关系的培养。良好的认知学习习惯，如观察敏锐、注意集中、勤思考、爱提问、坐姿和站姿正确，爱护玩具和图书等，可以激发幼儿的好奇心和求知欲，启迪思维与想象，提高学习效率。这些习惯的养成有助于帮助孩子建立健全的人格，促进孩子身心全面和谐发展。

第二节 中坚力量：三“足”鼎立，共促好行为

教育一个孩子不只是一个家庭的事情，更不只是一所学校和幼儿园的事情，而是家庭、学校甚至是全社会的事情。孩子是否养成良好的行为习惯，

关乎孩子本身的发展，关乎一个家庭的和谐稳定，关乎一个国家的未来。在孩子良好行为习惯的培养上，家庭、幼儿园和社会要建立起紧密的合作，以“三足鼎立”之势，共促好行为。

一、亲子教育是良好行为习惯养成的根基

当一个新生命降临到一个家庭时，它以其特有的灵性悄然改变着家庭的一切。一个可爱的宝宝不仅是父母爱情的结晶，更是上天赐予一个家庭最宝贵的财富。作为孩子第一任教师的家长，作为孩子人生中第一所学校的家庭，其教育的质量和效果关乎孩子一生的发展。在很多优秀成功人士的采访稿中我们不难寻得踪迹：一个人的品质和能力与其在孩童时代是否养成良好的行为习惯有着直接且非常重要的关系。中国教育学会副会长兼家庭教育专业委员会理事长朱永新在接受未来网记者采访时说：“家庭教育在一定程度上的重要性甚至超过了学校教育，父母应该给孩子良好的家庭教育，在一定程度上，有什么样的家庭就有什么样的孩子，有什么样的家庭教育就有什么样的儿童。”父母是孩子的第一面镜子，也是非常重要的一面镜子，孩子的行为习惯在很大程度上就是父母行为习惯的模仿与再现。正如著名教育家马卡连柯所说：“父母是孩子最直接的榜样。”家庭教育的方式具有多元化的特点，但公认且从科学上论证的，最好的家庭教育方式就是通过亲子教育。亲子教育更多的是以平等的交流、以言传身教的方式来进行。良好亲密的亲子关系有助于促进孩子的认知发展、情感发展和社会性发展，让孩子变得自信、勇敢。孩子良好行为习惯的培养必须建立在良好亲子关系的平台之上，亲子教育是孩子良好行为习惯培养的根基。因此，在本课题中，我们重点是从亲子教育出发，通过与家长之间的互动来帮助孩子培养好习惯。

二、幼儿园教育是良好行为习惯养成的助力器

曾经有一个家长说：“在对孩子的教育中，老师和家长就像土壤，而孩子就像种子，需要我们共同培育。”这是一个多么生动的比喻啊！教育的最终目的是为了让孩子收获幸福。之前我们说过，孩子幸福的基石是良好行为习惯的养成。在培养幼儿良好的行为习惯方面，幼儿园教育有着不可替代的关键作用。

行为习惯最初的表现是行为技能。只有通过反复练习不断被重复的行为