

《我的事业是父亲》作者蔡笑晚
“中国当代早教之父”冯德全倾情推荐

爸爸家教革命丛书



爸爸的**习惯**革命

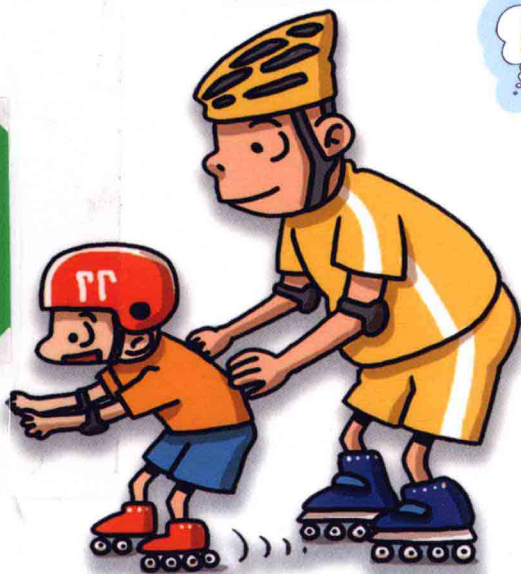
——亲亲我的宝贝

[韩]权五珍 / 著

张丽姣 / 译 金钟 赵善姬 / 审



习惯左右人生
去掉坏习惯
带出好孩子



爸爸家教革命丛书

[韩] 权五珍著

爸爸的 习惯革命——亲亲我的宝贝

张丽姣 译

金钟 赵善姬 审校

广西科学技术出版社

爸爸家教革命丛书

[韩] 权五珍著

爸爸的 习惯革命——亲亲我的宝贝

张丽姣 译

金钟 赵善姬 审校

广西科学技术出版社

著作权合同登记号: 桂图登字: 20-2009-066

Father's Habit Revolution for the child's future

Text Copyright © 2006 by KWON O-jin (权五珍)

Illustration Copyright © 2006 by PARK Sang-joon (朴相俊)

ALL rights reserved

Chinese (Simplified) Translation copyright © Guangxi Science & Technology Publishing House, 2009

Published by arrangement with Woongjin Think Big Co., Ltd through Eric Yang Agency, Korea

图书在版编目 (CIP) 数据

爸爸的习惯革命: 亲亲我的宝贝 / (韩) 权五珍著; 张丽姣译. — 南宁: 广西科学技术出版社, 2009. 12

ISBN 978-7-80763-413-3

I. 爸… II. ①权… ②张… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第 183391号

BABA DE XIGUAN GEMING——QINQIN WO DE BAOBEI

爸爸的习惯革命——亲亲我的宝贝

作者: [韩]权五珍
译者: 张丽姣
责任编辑: 梁式明 谢源虹
责任印制: 韦文印

装帧设计: 潘爱清
责任校对: 曾高兴
责任审读: 张桂宜

出版人: 何 醒
社 址: 广西南宁市东葛路66号
电 话: 010-85800696 (北京)
传 真: 010-85894367 (北京)
网 址: <http://www.gxkjs.com>
经 销: 全国各地新华书店
印 刷: 中国农业出版社印刷厂
地 址: 北京市通州区北苑南路16号
开 本: 880mm×1240mm 1/32
字 数: 60千字 印张: 6
版 次: 2009年12月第1版
印 次: 2009年12月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-80763-413-3/G·117
定 价: 24.80元

出版发行: 广西科学技术出版社
邮政编码: 530022
0771-5845660 (南宁)
0771-5878485 (南宁)
在线阅读: <http://www.gxkjs.com>

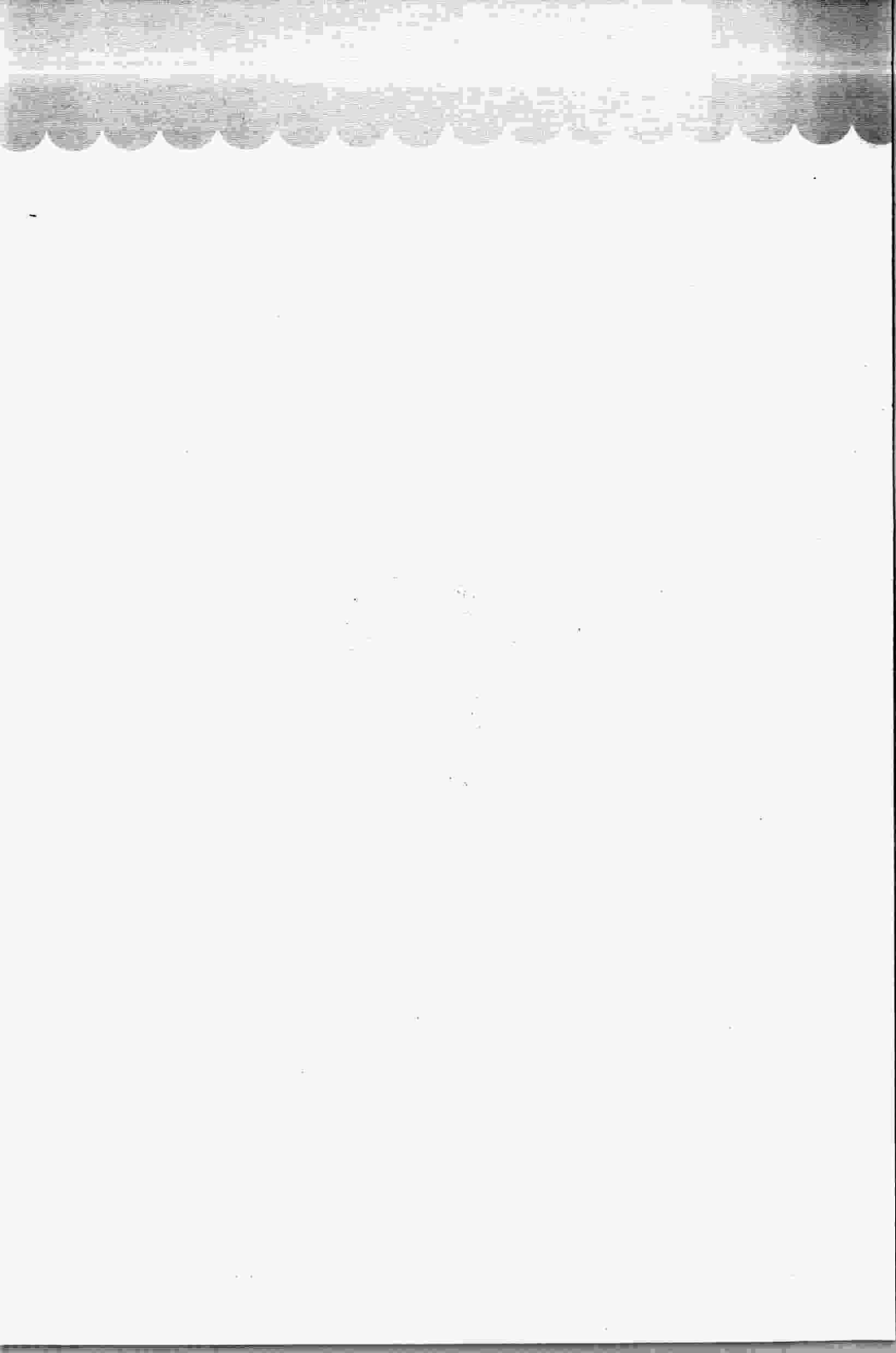
邮政编码: 101149

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

服务电话: 010—85893722 85800696 团购电话: 010—85808860-801/802





目录

序言 · 11

爸爸转变1分，孩子就会转变10分

第一章

爸爸对孩子的偏见 · 16

- 偏见1.** 孩子知道什么——不认可孩子人格的单边主义型爸爸 · 20
- 偏见2.** 按我说的做——认为孩子小，无视孩子意见的光杆司令型爸爸 · 22
- 偏见3.** 孩子自己会长大的——把教育孩子的义务全部交给妻子的寄宿生型爸爸 · 24
- 偏见4.** PC禁止，TV禁止——只让孩子努力学习的绝对学习型爸爸 · 26
- 偏见5.** 多去补习班就会有出息——无视孩子的痛苦一味投资型爸爸 · 28
- 偏见6.** 多给零花钱的爸爸——富裕里的贫穷，金钱万能主义型爸爸 · 30
- 偏见7.** 从小送去留学就会有出息——无视人性教育的孤雁型爸爸 · 32
- 偏见8.** 不管是足球，还是篮球，私人教育最好——私人教育信奉者无馅的馒头型爸爸 · 34
- 偏见9.** 只要说就给买——不拒绝孩子要求的Yes型爸爸 · 36
- 偏见10.** 以后找个时间陪孩子玩就行——今天的事情要拖到明天的言行不一型爸爸 · 38



第二章

爸爸改变孩子习惯的秘诀 · 40

为使孩子产生自觉意识，爸爸要培养孩子的好习惯 · 42

1. 利用环境激发动机 · 43
2. 利用从众心理激发动机 · 45
3. 利用游戏激发动机 · 47
4. 利用约定激发动机 · 49
5. 利用生存本能激发动机 · 51
6. 利用离别激发动机 · 53
7. 把不可能变为可能激发动机 · 55
8. 激发动机的副作用 · 57
9. 研讨会游戏 · 59



为孩子怀有远大理想，爸爸要培养孩子的好习惯 · 62

1. 把客厅变成图书室 · 63
2. 去书店买书 · 65
3. 一起去看电影 · 67
4. 去图书馆 · 69
5. 去旅行 · 71
6. 检验理想 · 73
7. 备忘录习惯 · 75
8. 树立挑战意识 · 77



为孩子积极向上，爸爸要培养孩子的好习惯 · 80

1. 先后顺序表 · 81
2. 集中30分钟 · 83
3. 5个月日历 · 85
4. 在阳台上做个玩具库 · 87
5. 家庭野游 · 89
6. 时间法则 · 91

为孩子富有责任感，爸爸要培养孩子的好习惯 · 94

1. 怎样给子女零用钱 · 95
 - (1) 零用钱的意义 · 95
 - (2) 零用钱的数额 · 97
 - (3) 赚取额外零用钱 · 98
 - (4) 储蓄和守财奴 · 99

2. 规定孩子的义务 · 100

(1) 做饭前准备的帮手 · 101

(2) 刷锅洗碗 · 102

(3) 整理鞋子 · 104

(4) 大清扫 · 105

(5) 烹饪 · 106

(6) 跑腿 · 108

(7) 写检讨 · 110



为使孩子遵守原则，爸爸要培养孩子的好习惯 · 112

1. 把电视撤掉或是搬到厨房，严格控制观看时间 · 113

2. 规定电脑使用时间，把电脑放到客厅里 · 115

3. 规定入睡时间 · 117

4. 延长30分钟代用券 · 119

5. 约定 · 121

6. 自由时间 · 123

第三章

爸爸改变孩子习惯20关 · 126

第1关 身高表 · 128

第2关 把中国地图、世界地图、星座图贴到墙上 · 129

第3关 教孩子吹口哨 · 130

第4关 在子女房间里多挂些相框 · 131

- 第5关 制定家训 · 132
- 第6关 一起雕刻家训 · 133
- 第7关 教孩子骑自行车（荡秋千） · 134
- 第8关 在客厅里放上相册，整理照片 · 135
- 第9关 培育洋葱或甘薯 · 136
- 第10关 1秒钟称赞 · 137
- 第11关 告诫的话躺下来说 · 138
- 第12关 孩子生日时种树 · 139
- 第13关 了解周围可以玩的地方 · 140
- 第14关 亲戚家祭祀或生日时去串门 · 141
- 第15关 寻找子女关心的领域 · 142
- 第16关 跟子女的朋友聊天 · 143
- 第17关 给孩子买好吃的东西，打探其内心 · 144
- 第18关 在周末前定好周末玩耍的内容 · 145
- 第19关 在家里或车上准备照相机 · 146
- 第20关 一个月跟孩子做一次饭 · 147



第四章

爸爸改变孩子习惯的原则 · 148

1. 爸爸应该常挂于心的7种家教密码 · 150
 - (1) 皮格马利翁效应 · 150
 - (2) 青蛙心曲 · 152
 - (3) 吉柯博士与海德先生 · 154

- (4) 管鲍之交 · 156
- (5) 蜗牛的脚步 · 158
- (6) 哈姆雷特的选择 · 160
- (7) 蜘蛛王策略 · 162

2. 爸爸应该知道的7种原则 · 164

- (1) 牧羊人论 · 164
- (2) 百人百色论 · 166
- (3) 种子论 · 168
- (4) 水珠论 · 170
- (5) 旗帜论 · 172
- (6) 驾驶论 · 174
- (7) 挖井论 · 176

结束语 · 178

暑假里熟记的1800个汉字



附录

爸爸改变子女习惯的技术 · 182

- * 跟青春期的子女相处的方法 · 183
- * 陪孩子玩的10种益处 · 185
- * 等待孩子心灵的爸爸 · 187
- * 孟母的教育技巧 · 189
- * 4、9法则 · 191

序言

爸爸转变1分，孩子就会转变10分

朝鲜曾经有个笑话。西洋的传教士每天乐此不疲地奔走于贵族大人之间，积极地宣传新式体操如何对健康有益。有个贵族大人回到家，对家里的长工说：“你替我去做体操吧，听说做体操对身体很好。”

100年后的今天，那时的情景再次重现。现在的家庭形态是，妈妈是个碎嘴子，爸爸是个赚钱的机器，孩子是个学习的机器人。一个屋檐下的三口人就按这样的形态分化着，进化着。其中最累的是孩子，几乎所有的时间都被功课蚕食了。学校里学的科目是基本的，甚至连足球、篮球等等都要进行补习。篮球、足球、棒球等等都要进行课外补习的话，那究竟要孩子们玩什么呢？那么有趣的游戏为什么要让老师代替，并且还要付钱？有的爸爸为了丰富孩子的经历，慷慨解囊找课外补习，事实上，他们是不懂得与孩子玩的令人遗憾的爸爸。他们就像那位贵族大人一样，对好的事物视而不见。

当今的社会，爸爸妈妈和孩子都很累。相对于爸爸来说妈妈更累一些。爸爸只要赚钱回来就行，而妈妈则像足球里的Multi Player一样，任务在逐渐增加。特别是双职工夫妇，妈妈既是职业人，又

是妻子，既是清洁工，又要到处收集有关子女课外补习的信息，还要学会对孩子的唠叨功夫。与此相反，对于孩子来说，爸爸往往却是好人。因为爸爸很少见到孩子，即使遇到要斥责孩子的事情，也像旁观者或外人似的默不作声。因为他们觉得自己本来称赞孩子的机会就少，不想给孩子留下坏印象。这样一来，养育子女就全成了妈妈的责任。

我们活着的理由是什么？当然是为了追求幸福。那么，为营造幸福的家庭，我们应该怎样做呢？爸爸应当针对孩子把自己的习惯稍微改变一下，爸爸在子女养育方面要再积极些。孩子像白纸一样纯洁。《圣经》说，只有孩子的心容易进天堂。据说圣哲大师在孩子们到来时，也省略了要向佛祖叩拜的3000个躬，抽出宝贵时间陪孩子。

父亲的能力是了不起的。他们在韩国修改直接选举制的宪法和文人政府诞生、经济危机等历史剧变时期度过了青春，通过激烈竞争进入工作岗位，认真地生活着。步入社会，就要以诚信为本，具备区分部分和整体的能力。如果是经营者，就要有撼动人心的力量。因而，父亲已经在以适者生存为主调的政治、经济、社会、文化等各领域具备了卓越的才能。现在，将这能力的1%投资给孩子吧，那样孩子会随之改变10%。

首先，请向孩子伸出手，那样孩子就会有回应，开始改变。不是从爸爸的角度，而是站在孩子的立场上，一起做喜欢做的事情。然后，进入孩子的内心。那里可能有未来的领导人，有诺贝尔奖获

得者，有畅销书作家……了解孩子的内心，越是深入，就越会感到奇妙。如同泥里的珍珠，有时会有与表面截然不同的模样，有时会像挖到宝藏，为能发现完全意想不到的潜质和才能而惊喜。就算是珍珠，不串起来也没



用。才能再多，如果不被发现、培养，孩子也可能迈入自己不愿意的人生。因为孩子自身很难发现并培养自己的才能，可以发现孩子潜在才能的人是爸爸，能够成为孩子成长动力、激活孩子人生的胜任者也是爸爸。

把成为成功的家长作为目标吧。不被家人认可的成功，不算是成功。即使不被其他人认可，但被家人认可的父亲，被孩子认可的父亲，无疑也是取得巨大成功的父亲。

本书是继《爸爸的亲子游戏书》之后的第二本书。作者本人养育着两个孩子，以自身经历为基础，把在家庭和聚会活动中的所见所感，以及实践结果归纳起来写成了本书。可能多少有些主观，但可以自豪地说，客观内容会更多些。任何事情都不可能一次就达到完美，需要通过失误和错误来逐渐更新，不断完善。“留下跟爸爸的回忆”活动已经开展6年了，在这期间所获取的知识、跟爸爸们的研讨交流、跟妈妈们的电话沟通等等，都对我编写这本书帮助很大。

以给孩子积累更多经验为出发点，我们开始了家人问答聚会活

动“留下跟爸爸的回忆”。我一直怀有这样的信念：各种经历是认识新世界的机会，会使人生更加成熟。因此，我们以“爸爸必须参与，妈妈选择参与”为口号，要求爸爸必须一起参加活动。

6年间，跟爸爸们进行了许多交流，也对他们做了许多观察。通过夜晚举办的研讨会，可以洞察爸爸们的内心。研讨会通常11点开始，两点左右结束。主题内容为探讨孩子们的梦想和对现实的检验。虽然事先向参与者详细地说明了主题，让其有心理准备，但等到实际开始的时候，他们还是十分拘束不自然。可话匣子一旦打开，热火朝天地讨论起来，有时就忘了时间。比如3年前在釜山活动时召开的研讨会，一直延迟到早上5点半才结束。

在此期间，令家人和爸爸改变最大的节目是无人岛活动。无人岛是很多人憧憬的对象。到了无人岛以后，跟孩子们说的第一句话是：“记住，你们有可能死在这无人岛。为了活下去，要切记两件事：第一，要像听上帝的话一样听爸爸的话，按爸爸说的做；第二，要好好听老师的话。”孩子们听了就会紧张起来。在无人岛的三天两夜里，他们一下子就发生了改变。偏食的孩子因为食物缺少

而不挑食了，曾经不怎么听话的孩子现在听到爸爸的吩咐，像子弹出膛一样神速地行动。夜里拿着手电筒去捉沙蟹，自己动手做木排，乘它逃出茫茫大海。这个过程给孩子们留下了深刻美好的回忆，跟爸爸也变得贴心亲近起来。



所有的父母都希望自己的孩子有出息，但结果都变成了自己的愿望。之所以这样说，是因为很多父母并没有充分了解孩子自身的素质、能力以及所付出的努力，只怀有过高的期待。孩子才刚会背九九口诀，就希望他入门三次函数了。人随着年龄增长，会变得越发明智，这是知识和经验丰富积淀的结果。但是，固有观念和成见也会增多，特别是凡事懒于去做比较，相对剥夺感越来越强，灵活性明显减弱。这样一来，跟孩子的隔阂也越来越深，难以互相沟通。

现在，让爸爸站在孩子的角度试试吧，进入孩子的心灵来一起旅行。那里有蔚蓝色的天空，能听到草地上蹦跳玩耍的孩子爽朗的笑声。最终，可以找到爸爸的真正意义和自豪感，迎来家庭的幸福，也终于可以意识到爸爸只要改变1%，孩子就会改变10%的事实。现在，就在此时，就在这里，让我们打开心扉试试吧。

最后，向激发我写这本书的参加活动的3000多名会员家人致以谢意，对出版社编辑为使我的拙作妙笔生花所付出的辛苦表示诚挚的感谢。另外，谨以此书献给我探索新领域的6年中，对于丈夫的固执默默给予理解和支持的、与我同舟共济的妻子，还有不用训教来教导我的父亲。

