

父母
阅读版

决定孩子前途的 42个习惯

崔玉超 / 编著

和孩子一起阅读，和孩子一起成长。

深入浅出——告诉父母培养孩子的好习惯是天下父母的神圣职责。

简单实用——让父母明白传递给孩子良好习惯等于馈赠孩子受益终身的财富。



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

父母
阅读版

决定孩子前途的 42个习惯

崔玉超 / 编著

和孩子一起阅读，和孩子一起成长。

深入浅出——告诉父母培养孩子的好习惯是天下父母的神圣职责。

简单实用——让父母明白传递给孩子良好习惯等于馈赠孩子受益终身的财富。



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

I. 决… II. 崔… III. 习惯—培养—青少年读物 IV. B842.6—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 155365 号

决定孩子前途的 42 个习惯·父母阅读版

出版人 和 龔

作者 崔玉超

责任编辑 郑 锦

出版发行 中央编译出版社

地 址 北京西单西斜街 36 号 (100032)

电 话 (010) 66509360 (总编室) (010) 66509246 (编辑室)
(010) 66509364 (发行部) (010) 66509618 (读者服务部)

网 址 www.cctpbook.com

印 刷 北京昌平新兴胶印厂

开 本 787mm×960mm 1/16

字 数 168 千字

印 张 25

版 次 2010 年 1 月第 2 版第 1 次印刷

定 价 49.80 元 (全二册)

本社常年法律顾问: 北京大成律师事务所首席顾问律师 鲁哈达

凡有印装质量问题本社负责调换。电话: (010) 66509618



前言

习惯决定孩子的命运；而决定孩子习惯养成的，则是每一位父母。父母在孩子心目中的形象是不容忽视的。只有父母行得端，做得正，才有助于孩子良好习惯的培养。

孩子的行为举止大多是模仿来的，染于青则青，染于黄则黄。教育家洛克说：“务必接受一个毋庸置疑的真理，无论给孩子什么样的教训，无论给孩子什么样聪明而文雅的训练，对他们的行为能发生最大影响的很显然是他周围的同伙，是他看护人的行为榜样。

要让孩子从小具备成功者的素质，父母的任务就是：帮孩子培养一生的好习惯。

好习惯使孩子终身受益，而坏习惯则会影响孩子的一生。而孩子好习惯的养成和坏习惯的形成，主要决定于父母的家庭教育和引导。

但是，在现实生活中，很多父母往往只注重知识教育而忽视习惯教育，只注重孩子掌握了多少知识，而不

前言

管孩子是否养成了良好的生活和学习习惯等。

真正的教育是为养成孩子的好习惯创设一定的条件。

孩子都是自己的好，父母要学会不与人家比孩子，不替孩子承担一切后果，给孩子感受失败的机会，为孩子创设良好的家庭氛围，学会理解和尊重孩子，宽容孩子的不足，聆听孩子的心声，学会赏识和赞美孩子，与孩子一起分享好习惯带来的经验。

习惯的培养存在“关键期”一说，儿童时期，青少年时期，都是培养好习惯的最佳时期。毫无疑问，儿童时期是行为习惯养成的最佳时期，也是关键时期。教育家指出：“家庭是习惯的学校，父母是习惯的老师。”因此，每一位父母和老师，都应当像勤劳而智慧的农民那样，抢在春天里播种：播下良好习惯的种子，收获健康人格的果实。

42

个习惯





目 录

- 一、营造良好习惯的环境 (1)
 - 1. 创设融洽的家庭氛围 (1)
 - 2. 宽容孩子的缺点 (7)
 - 3. 要理解和尊重孩子 (14)
 - 4. 不窥探孩子的隐私 (19)
- 二、言传身教传递好习惯 (25)
 - 1. 保持一致的教育态度 (25)
 - 2. 保持一颗易感动的心 (30)
 - 3. 自己的言行是孩子的教科书 (35)
 - 4. 说到就要做到 (39)
 - 5. 与孩子分享好习惯带来的经验 (44)
- 三、每个孩子都会养成好习惯 (49)
 - 1. 孩子都是自己的好 (49)
 - 2. 不与人家比孩子 (53)
 - 3. 让孩子觉得自己是个大人 (59)
 - 4. 不替孩子承担后果 (64)
 - 5. 给孩子感受失败的机会 (69)

42

个 习 惯



目 录

四、利用孩子的需求促成好习惯	(73)
1. 让孩子自己当回家	(73)
2. 允许孩子宣泄情绪	(78)
3. 给孩子一个自由的空间	(83)
4. 鼓励孩子独立自强	(88)
5. 让孩子成为自己	(93)
五、在沟通中渗透给孩子好习惯	(97)
1. 艺术地批评孩子	(97)
2. 重视孩子的情绪	(103)
3. 聆听孩子的心声	(105)
4. 做孩子的知心朋友	(111)
5. 巧妙地拒绝孩子不合理的要求	(116)
六、赏识带来孩子的好习惯	(121)
1. 没有赏识就没有教育	(121)
2. 赞美更利于好习惯的养成	(125)
3. 抱怨会使孩子远离好习惯	(132)
4. 呵护孩子的梦想	(139)
七、信任孩子铸成好习惯	(146)
1. 让孩子学会面对失败和挫折	(146)
2. 感受每一次成功	(153)
3. 鼓励孩子勇于尝试	(159)
4. 帮助孩子学会交往	(164)
八、防止不良习惯对孩子的影响	(171)
1. 不要过多干涉孩子	(171)

目 录

2. 不辱骂孩子 (175)
3. 孩子不是用来打的 (179)
4. 溺爱是温柔的陷阱 (185)
5. 不对孩子期望过高 (193)

42

个
习
惯





一、营造良好习惯的环境

1. 创设融洽的家庭氛围

轻松融洽的家庭氛围是孩子乐观精神的滋生地，也是孩子成长的重要依托之一，家长们应该在这方面做出努力，为孩子的健康成长创造良好的条件。

先来讲一个故事：

美国有一位心理学家到中国一所学校考察，班主任很好奇地问：“大师，早就听说您对神童特有研究，您能不能在我们学校挑几个神童，也让我们开开眼界呢？”哪知美国专家满口答应，说：“完全可以嘛，现在就挑吧。”

美国专家的手指仿佛在点石成金：“你”，“你”，“你”！点到哪个孩子，哪个孩子的眼马上就放光，发疯



42

个习惯



一、营造良好习惯的环境

似地冲回家：“爸爸，妈妈，我是神童！”爸爸一听啪啪两个巴掌：“你做什么美梦！谁说的？！”

“美国专家！真的！不相信你去问老师嘛！”家长半信半疑，去问老师，老师说：“一点不错，不但是美国专家，而且是世界著名的心理学专家，说你家孩子百分之百是神童！”

这一下不要紧，这几个孩子的教育环境全变了。同学个个羡慕：人家，神童！老师也关怀，不关怀神童，关怀谁？家长逢人就夸个不停：成绩差一点，多大的事？反正是神童了，怕什么！这几个孩子终日沉浸在一种非常愉快的氛围中，教育环境完全变了，几乎人见人爱，人人欣赏。

一年后，美国专家来到这个学校，问老师：“请问，我去年挑的几个神童，灵不灵啊？”

老师说：“别提多灵了，这几个孩子现在各方面是突飞猛进、博览群书。我们现在就不明白，这么多年我们看不出他们有一点神童的迹象，您怎么一眼就断定他们是神童？奥秘是什么？”

美国专家忍不住笑了，说：“我老实告诉你吧，我挑选神童的全部奥秘就是四个字——随手乱指。”

这个故事所反映的是一个教育环境的问题，只要周围的人都坚信他行，他就没办法不行，如果把一个再好的孩子换一个环境，让周围的人每天故意说上他成千上万个坏，那他没办法不坏。反过来，我们对一个坏孩

42

个习惯



一、营造良好习惯的环境

子，每天发自肺腑地说他成千上万个好，他也没法不好。

一个好的家庭环境氛围，是孩子乐观向上精神的滋生地，那么，父母的进一步引导就是这种精神形成的催化剂。

要想你的孩子乐观健康地成长，做家长的就应该懂得如何让你的家庭氛围融洽和谐。

其实，一种良好的家庭气氛，很多时候是需要家长刻意去营造的，父母要善于抓住孩子的本色，加以引导、塑造，这样就会出现水到渠成的效果。

乐观、开朗的性格，严格来说不是先天形成的，而是后天培养的，这种培养最基本的条件，就是一种轻松氛围的营造。有这么一句古话，说“蓬生麻中，不扶而直；白沙在涅，与之俱黑”，还有像“近朱者赤，近墨者黑”等等，这说明了一个问题，就是环境对一个人的影响是很重要的，对孩子的培养更是如此。

家庭环境对于一个孩子来说，比如孩子的性格、素质、未来的发展等等，都是非常重要的，当然，这种影响并不是一蹴而就的，而是潜移默化的，但这恰恰是最根本、最重要的。着意为孩子营造一种成长氛围，实有利于孩子良好习惯的培养，并为今后的立身处世打下坚实的基础。

1920年，在印度的东北部发现了两个女狼童，一个8岁，一个2岁。因为从小与狼一同生活，她们的生

42

个习惯



一、营造良好习惯的环境

活习性完全与狼一样，口不会吸吮，两手不会抓东西，甚至连声带也发生了变化；夜晚常常不睡觉，只是不断地吼叫；不会站着走路，只会爬行，耳朵亦如狼耳，常常会动（人的耳朵不会动），一切的生活方式均显示出不能适应的情况。

经过几年的人类文明的教导，年纪较小的一个比较大的一个显示出更强的适应能力。但是其中在狼群中待的时间较长的8岁女狼童，在17岁时去世，中间虽经过9年人类文明的教导，但仍旧无法成为真正的“人”。

从上面的事例我们可以看到：人类有适应环境的本能，为求得生存，他能够适应不同的环境而发展出适合该环境的特征来。

如果儿童生活在互相信任和友好的环境中，他就学会在这个世界上去寻找爱。

孩子们如果处于良好的环境之中，就会成长为善良的有爱心的人；在恶劣的环境里长大，孩子则会变成不负责任、一无是处的人。社会上很多堕落为害群之马、沦为罪犯的人小时候的成长环境都极其恶劣，就是这个道理。

假如父母能给儿童一个非常丰富、能提供学习刺激的“环境”，而儿童在这环境中也能勤勉、多方地去“适应”，那么智能成长的速度和品质必将是很好的。

蒙台梭利说：“环境就像人类的头部，影响着孩子的整体发展。”人所处的环境决定着人的身心发展。

42

个习惯



一、营造良好习惯的环境

所以说，家是孩子生存的第一环境，是孩子的第一学校。家庭环境、氛围对孩子的影响极为重要，有什么样的家庭环境，就造就什么样的孩子。

良好的家庭气氛主要包括爱的气氛和智力气氛两种。爱的温暖给孩子的全面发展提供了一个良好的心理环境，甚至令智力低弱的孩子大大提高智商。家庭中爱的气氛是催化孩子智慧之芽的阳光，当然也是孩子个性健全发展的高效营养剂。

家庭中爱的气氛的营造，要求父母之间要互亲互爱，和睦相处。

有一对夫妻接女儿放学回家，车开到一半，两人不知道为什么吵了起来。声音越吵越大，他们干脆把车停到路边讨论起了离婚的事。5岁的女儿坐在后排一直没有说话。

一转头间，妈妈发现女儿居然在后排坐着画画：两个大人冷冷地对立，中间躺着一个小孩。

“地上的小孩怎么了？”妈妈问她。

“死了！”她说。

“这小孩是谁？”

女儿背转身子说：“是小楠楠。”

“你怎么会死了呢？”

沉默了半晌，女儿说：“因为爸爸妈妈吵架、分手……”

夫妻俩默然。原来在女儿班上，她看见所谓的“单

42

个习惯



一、营造良好习惯的环境

亲儿童”总是落落寡欢，她害怕像他们一样。因而觉得父母吵架、分手后，自己就好像被抛置旷野，会一点一点死亡。

小女孩在无意间用一幅画泄露她的心声，也让父母及早警觉：孩子在成长中最需要的就是安定、安心、安全的环境与父母完整的爱。当着孩子的面父母不要吵架，家庭成员之间关系不能紧张，要相互信任和体贴，以免给孩子精神上带来苦闷。

家庭智力气氛，即父母对知识的兴趣和追求，以及父母平时的谈吐和家庭环境的布置等等，这一切，对孩子智力的发育具有重大意义。古人说：木匠的孩子早识绳墨，兵家的孩子早识兵器。由此可见，家庭的智力气氛对于孩子智力的发育，确实像春雨一样起着一种“随风潜入夜，润物细无声”的作用。

犹太人的教子智慧是世界所承认的，他们关于良好家庭气氛的营造的观点对我们也颇具借鉴意义。在犹太人看来，要创造并保持良好的家庭心理氛围，父母在营造良好的家庭氛围时要注意以下几点：

首先是平等，这是创造良好的家庭心理氛围的前提。父母、子女任何一方的优越感都会对其他家庭成员造成心理压力，产生心理隔阂。

其次是开放，是指家庭成员能够坦率地、平等地以其他成员可以接受的方式表达自己的想法，而不是毫无顾忌地发泄。

42

个习惯



一、营造良好习惯的环境

再次，家长的教育能力和家长之间关系的和睦程度。这也直接影响良好的家庭心理氛围的形成。

最后是理智，只有理智才能够克制自己的心理冲动，冷静地对待和处理问题，这样有利于保持良好的家庭心理氛围，更重要的是有利于帮助孩子形成稳定的心理特征。

2. 宽容孩子的缺点

“金无足赤，人无完人”，每个孩子身上或多或少都有点缺点，但父母不要抓着孩子的缺点不放，要学会宽容孩子的缺点，成就孩子一生的好习惯。

北风和南风打赌，看谁的力量更强大。他们决定比试谁能把行人的大衣脱掉。

北风先来。他鼓起劲，呼呼地吹着，直吹得冷风凛凛、寒冷刺骨，可是北风越刮，为了抵御北风的侵袭，行人越把大衣裹得紧紧的。

接下来是南风。南风徐徐吹动，轻柔温暖，顿时风和日丽，行人觉得春暖上身，渐觉有点热，于是开始解开钮扣，继而脱掉大衣，南风获得了胜利。

人们把这种以启发自我反省、满足自我需要而达到目的的做法称为“南风效应”。南风之所以能达到目的，

42

个习惯



一、营造良好习惯的环境

就是因为它顺应了人的内在需要，使人的行为变为自觉。

“南风效应”给我们的启示是：在处理人与人之间的关系时，宽容比惩戒更有效。北风和南风都要使行人脱掉大衣，但由于方法不一样，结果大相径庭。

教育孩子也是如此。如果你想要孩子认同你的意见，就要站在孩子的角度去考虑他们遇到的问题，体谅孩子并给他们改正错误的机会。

每个孩子都有一颗向上、向善的心，父母要尊重、关心、激励自己的孩子：每个孩子都可能犯错误，父母要容忍孩子的缺点，客观、理智、科学地处理日常生活中出现的各种问题。在处理与孩子的关系时，一味地要求或者命令孩子，有时效果反而不好；如果父母站在孩子的角度考虑问题，体谅孩子，就能很容易达到好的教育效果。

每个父母都希望自己的孩子健康、聪明、漂亮，但是世上哪有那么多十全十美的孩子，那么多十全十美的好事。如果孩子有些天生的缺陷，再加上淘气不听话，父母难免痛心，产生厌恶感。中国人有一句古话：“母不嫌子丑”，如果因为孩子生理或其他方面的缺点而放弃孩子、鄙视孩子的话，不但会给孩子幼小的心灵带来难以磨灭的伤害，造成无法挽回的遗憾，也是没有尽到自己做父母的职责的一种表现。

兄弟两人，哥哥天生比较迟钝、倔强，而弟弟长得

42

个习惯



一、营造良好习惯的环境

浓眉大眼，一副聪明相。两人在一个学校读书，哥哥原本比弟弟高两年级，后因功课一直学不好，三年内降了两级与弟弟同班。读书成绩差，又长得难看，母亲难免产生了些厌烦的感觉，有时候会情不自禁地唠叨起来：“我怎么会生出你这么一个又蠢又丑的笨蛋？！我不知前世做了什么孽。”这些话听久听多了，孩子对自己前途完全失去了信心，加上在家中得不到父母的疼爱，于是吃安眠药自杀了。孩子死后，母亲也十分伤心，但悔之晚矣！

孩子成绩不好，父母在伤心之余，难免有些嫌弃，甚至骂出一些过头的气话：“人家孩子成绩样样百分，只有你期末不及格，把我的脸都丢尽了！我不知道怎么会生出你这种孩子！”或者“你要是再不及格，只有去死”！当然，骂归骂，实际上母亲并没有真的这样想，而且自己心里也十分痛苦。像这种恶意的威胁，说多了却会刺激孩子的心理。

面对自己的孩子，父母总是容易期望过高，有时候期望孩子能像自己一样有成就，甚至希望孩子青出于蓝胜于蓝。对孩子的行为过分挑剔成了大多数家长常犯的错误。这些家长时时刻刻盯着孩子，当他们有些事情做得不好或不对时，就急切地去纠正，直到他们完全无误才肯罢休。

不论是头脑还是容貌方面的缺点，都不应成为父母责骂孩子的题材。我们常见到这样一种母亲：刀子嘴，