

★ 国家“十五”课题——少年儿童行为习惯与人格的关系研究

教育的核心不是传授知识，而是培养人的健康人格，而良好的习惯正是健康人格的牢固基础。

习惯

XIGUAN
JUEDING
HAIZI
MINGYUN

决定孩子

命运

孙云晓

儿童教育 12 讲

孙云晓 著

播下一个行动，收获一种习惯；

播下一种习惯，收获一种性格；

播下一种性格，收获一种命运。

新世纪出版社

.....
图书在版编目 (CIP) 数据

习惯决定孩子命运 / 孙云晓著 . — 广州 : 新世纪出版社, 2004.1

ISBN 7 - 5405 - 2760 - 9

I . 习 ... II . 孙 ... III . 儿童 - 习惯 - 培养
IV . B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 005309 号
.....

习惯决定孩子命运

孙云晓儿童教育 12 讲

孙云晓 著

*

新世纪出版社出版发行

新华书店经销

广东汇文出版印务有限公司

广州开发区印务分公司印刷

(广州市增槎路西洲北路 7 号)

890 毫米 × 1240 毫米 32 开本 8 印张 160 千字

2004 年第 1 版 2004 年第 1 次印刷

ISBN 7 - 5405 - 2760 - 9/G · 1837

定价: 18.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印公司联系调换。

孙云晓
著

习惯决定孩子命运

孙云晓儿童教育12讲

新世纪出版社



自序

在我已出版的几十本书中，《习惯决定孩子的命运》是惟一一本讲出来的书。

大约 10 年之前，也就是从我发表中日少年《夏令营中的较量》开始，全国各地邀请我讲课骤然增多，而且 10 年来有增无减。

邀请者有的是中央部委机关，如全国人大、全国政协、中宣部、国家新闻出版总署、全国妇联、中直工委、新华社等等；也有高等院校，如北京大学、北京师范大学、首都师范大学、南京师范大学、国家高级教育行政学院等；更多的是应各地教委、少工委、妇联等机构相邀，为广大学生父母、教师讲课。

告诉大家一个秘密：小的时候，我是一个讲话口吃的孩子，直到工作了，还时常为口吃着急。然而，连我自己都惊讶，我居然成了一个演讲家。也许是讲演治好了我的口吃。在绝大多数的讲课中，我都是无稿讲演，甚至连提纲也没有。但是，每一次讲演都是成功的，这成功来自于听众们的强烈反响，更来自于听众们的实际变化。譬如，凡是听过我课的父母，回家之后对孩子的态度普遍友善了，以至于让敏锐的孩子

莫名其妙，以为太阳真的从西边出来了。

在我的记忆中，有一些课是在晚间讲的。曾有一些领导人担心：会不会秩序混乱？会不会有许多人中途退场？我却从不担心。因为在我每一次讲课过程中，无论是给工人父母，还是农民父母，从来都是秩序井然。不仅仅是安静，而是安静中充满了热烈的关切。我自豪地说，会场的秩序好坏应当由报告人负责。我从来都是讲中小學生及幼兒父母和老师的最关心的问题，并且是用最容易接受的实例法讲课，大家怎么能不爱听呢？

我对于讲课的理解与追求，可以概括为一句话，那就是与好朋友谈心。与好朋友谈心必然是推心置腹的，是讲真话而非讲假话，是平等相处而非高高在上，是彼此关心而非漠然处之。即使在北京人民大会堂里，当我坐在全国人大委员长的位子上讲课，我也是同样的感受。

当然，对于任何人来说，每一次讲课都是挑战，不可也不能敷衍了事。水能载舟，亦能覆舟，是千古真理。如果，我意识到我的课已不能给大家帮助，我是断然不肯登台的。

仔细想一想，我之所以能够在全国各地讲课10年，也许应归功于我做过30多年的教育与研究，尤其是1978年以来做中国少年报记者的积累，1982年以来的独生女父亲的体验，1987年以来专职研究青少年的收获。自然，也应归功于上千万听众对我的鼓励与支持。

我完全没有想到，邀我讲课第二多的省份是广东。北京第一是天时地利人和，而广东第二每每让我感动。在这片生机盎然的土地上，最先在物质上富起来的人们，正在渴求精神上的富足。于是，有许多中小学、幼儿园，主动加盟我主持的教育部全国教育科学十五规划课题——少年儿童行为习惯与人格的

关系研究，并成为中国青少年研究中心的中国青少年素质教育研究实践基地。

2003年9月，广东中心课题组邀我为12个学校和地区讲课，以父母和教师为主要对象。我做了一个大胆的决定，即作12次不同专题的演讲。毫无疑问，对于我来说，这是一个高难度的挑战，但我太想一搏了，想以此作为我10年讲演的一次总结。

新世纪出版社与我合作过皇皇巨著《百年中国儿童》，可谓老朋友了。他们得悉此计划后，立即决定出版我的教育讲演集，这也是该社社长符绩才和副社长丁志红多年前的一个构想。于是，该社派出王凯波、王小斌、郭皓、罗卫谊等精兵强将，对我的讲课全程录音、拍照、整理文字，费尽辛苦，让我难表谢意。还要感谢广东汇文出版印务有限公司的小姑娘小伙子们，是他们的勤奋和智慧，使录音文件很快变成了文本文件。

然而，当我面对根据录音整理出来的厚厚一摞讲稿，我却却是喜忧各半。喜的是终于闯过了12大关，忧的是口语表达有许多不确切之处，并且用旧材料易，用新材料难。此刻，我似乎看到了听众的那期待而又信任的眼睛。于是，我开始了逐字逐句的推敲修改，同时尽量补充新鲜而有生命力的材料。

直到2004年1月4日，在我登上飞机飞往香港的前夜终于将书稿修改完毕并寄出。值得欣慰的是，我可以负责地告诉广大读者朋友：《习惯决定孩子的命运——孙云晓儿童教育12讲》，比我以前的任何一次讲演都丰富而准确。此书值得父母与教师以及所有关心儿童的人一读。

孙云晓

2004年1月4日于北京



目 录

● 第一讲 教育孩子的核心是培养健康人格 … 10

教育荒废与新人才观 / 没有孝心就没有爱心 / 诚信与做人 / 成长与责任 / 做父母需要上岗执照

● 第二讲 良好习惯是健康人格之基 …………… 31

什么是习惯 / 习惯的重要性 / 习惯培养的重点与指标 / 怎样培养良好习惯 / 怎样矫正不良习惯 / 在快乐的体验中养成良好习惯 / 继承中华民族重视习惯养成的优良传统

● 第三讲 多元智能与人人成功 …………… 57

成功在于选择 / 多元智能 / 选择自己的最佳才能区 / 扬长补短大有必要

● 第四讲 教育孩子的前提是了解孩子 …………… 69

尊重孩子首先应尊重规律 / 不要把孩子的特点当缺点 / 注意孩子的真实动机 / 教育的真谛是发现儿童和解放儿童 / 好的关系胜过许多教育

● 第五讲 爱学是万善之源 90

厌学是万恶之源 / 学习动机不同效果大为不同 / 质疑与独立思考能力是珍贵的 / 成功更是成功之母 / 学习习惯比考试分数重要

● 第六讲 如何教孩子学会交往 113

没有朋友比考试不及格更严重 / 警惕孩子的攻击性 / 借个孩子去旅行 / 培养孩子的团队精神 / 引导孩子与异性友好相处

● 第七讲 心理健康教育的内容与方法 131

14岁孩子为何自杀 / 心理健康的7条标准 / 心理不健康10大症状 / 千方百计让孩子相信自己是个好人 / 健康心理12字秘诀 / 教育惩戒是培养心理健康的良方

● 第八讲 科学为安 强壮为康 152

反思《夏令营中的较量》 / 黑姬山探险的启示 / 中日国民共识与法律机制的差异 / 习惯不同就是素质不同 / 儿童教育应特别重视体育 / 怎样培养安全意识 / 关于身体的权利

● 第九讲 指导孩子用好媒介 171

信息时代动摇了成人的权威地位 / 北京大学的学生为何被除名 / 网络和电子游戏是双刃剑 / 关于孩子玩电子游戏的8项建议 / 儿童不宜多看成人节目 / 养成爱读书的习惯终生受益 / 用父母的好习惯影响孩子

● 第十讲 学会消费是孩子的必修课 191

光有金钱买不来现代的教育 / 日本孩子为何精打细算 / 商场里的较量 / 让孩子设计10元钱的午餐 / 置装费的妙用 / 女儿的网上拍卖 / 清洁工子女考上剑桥大学 / 杜瑶瑶：一个独生女的故事

● 第十一讲 两代人互相学习共同成长 206

信息时代的挑战 / 看不到孩子的优点就是“盲人” / 独生子女的五大优势与四大缺陷 / 代际差异 / 青春期与更年期的冲突 / 向孩子学习 / 不要制造“童年恐慌”

● 第十二讲 提高父母的教育素质刻不容缓 ... 223

现代的教育观念 / 科学的教育方法 / 健康的心理 / 良好的生活方式 / 平等和谐的亲子关系

● 附录 241

成功宣言 / 小学生10个好习惯 / 孙云晓30部教育作品目录

● 作者后记 253



梁启超：“忠孝二德，人格最要之件也。二者缺一，时曰非人。……人非父母无自生，非国家无自存。孝于亲，忠于国，皆报恩之大义。”

《礼记》：孝有三：小孝用力，中孝用劳，大孝不匮。

《论语》：子夏问孝。子曰：“色难”。



教育孩子的核心 是培养健康人格

第一讲

引子

……该野炊了，日本的孩子都去干活，打水、烧火、洗菜；中方的队长站在草原上往前一看，那些长得白白胖胖的孩子，叉着手，啥活也不干的都是咱们中国的孩子。这是怎么了？到底什么是真正的教育？我们结论是：教育孩子的核心是培养健康人格。



各位父母朋友，大家好！广州市东风东路小学是一所省一级学校，也是我们中国青少年研究中心的素质教育研究实践基地，所以我很愿意和大家作一个交流。

今天我和大家谈的内容是：教育的核心是培养健康人格。

我 1993 年写的中日少年《夏令营中的较量》，引发了中国教育的一场大讨论，当时的《羊城晚报》记者陈心宇也在组织讨论，南北呼应，很是热烈。这个较量不仅仅是两国的孩子在较量，也是两国的教育在较量，甚至是两国的文化在较量。我到日本去过 3 次，野炊也好，野营也好，日本从大人到小孩都在干活，这就是教育的结果。所以我们提出一个问题，到底什么是真正的教育？1996 年，哈佛大学把 165 个高考状元拒之门外，理由是对他们隐藏在分数背后的综合素质不满意。这件事反映出国际人才标准的新趋势。我得出的结论就是教育的核心不是传授知识，而是培养人的健康人格，而健康人格必须从培养良好习惯开始。

教育荒废与新人才观

这是今天我给大家谈的第一个问题。我们大家想一想，今天我们的教育怎么样？今天的教育是人人重视，家家户户关心，家庭的开支中教育开支占第一位。但是人们重视的是什么呢？日本早在 20 世纪 80 年代中期就反思自己的教育，认为日本的教育处于一种荒废的状态，即表明上抓得很紧，实际上荒废了真正的教育——人格教育，真正的教育被忽略了。我们的教育是不是也有这个问题？我在反思中日夏令营的时候，也有特别深的感悟，因此写了夏令营的较量这篇报告。我给大家讲一件事。2000 年 2 月，我参加教育部召开的一次会议，北京一所极为著名的大学的党委书记说，据他们的调查，一年级学生中有 35 个学生有自杀的倾向，有 770 个学生自诉有心理障碍。这是怎么了？他们上的可是中国最有名的学校，多少人的梦想啊！在我们看来，他们应该骄傲极了、幸福极了，怎么还会





广州市东风东路小学。巡回讲座的第一天。



接受小记者采访，老记者自然神采飞扬。(广州市东风东路小学)



每次演讲后，总要和父母朋友、教师朋友探讨各种教育问题。(广州市东风东路小学)