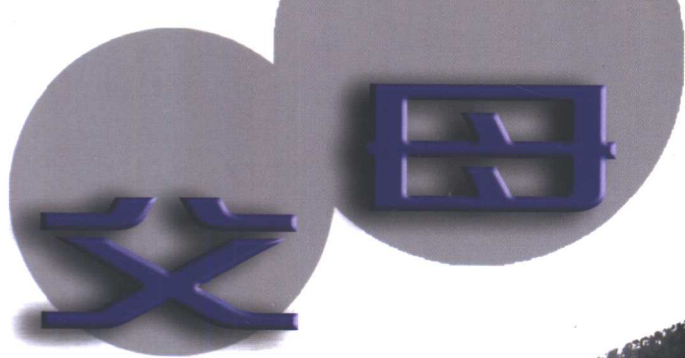




要

养成的 15 种教育习惯

南京才能素质教育研究所著



北岳文艺出版社

文

母

要

养成的15种教育习惯

教育研究所著



B1281095

北岳文艺出版社



图书在版编目(CIP)数据

父母要养成的 15 种教育习惯 / 南京才能素质教育研究所

著. —太原: 北岳文艺出版社, 2003. 9

ISBN 7-5378-2579-3

I. 父… II. 南… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 081147 号

父母要养成的 15 种教育习惯

南京才能素质教育研究所 著

*

北岳文艺出版社出版发行

北京瑞兴印刷厂印刷

*

开本: 880×1230 1/32 印张: 8 字数: 158 千字

2003 年 9 月第 1 版 2003 年 9 月北京第 1 次印刷

印数: 1—15000 册

*

ISBN 7-5378-2579-3

I · 2533 定价: 18.00 元

本书简介

当一批诺贝尔获奖者云集巴黎时，记者们也蜂拥而至，纷纷采访大师们的成功之道。不料，一位获奖的老人却回答，他的成功在于幼儿园，因为幼儿园让他养成了很多良好的习惯。

这是一个绝妙的回答。

这是一个科学的结论。

叶圣陶说：“教育就是培养习惯。”

培根说：“习惯是人生的主宰。”

爱因斯坦说：“什么是教育？当你把受过的教育都忘记了，剩下的就是教育。”

谁都明白，剩下的教育就是——好习惯或坏习惯。

孩子良好的行为习惯来自于家长良好的教育习惯。家庭是培养习惯的主要场所，因为习惯的养成是和生活紧密相连的。

本书正是从塑造父母良好教育习惯的角度出发，通过对四年来咨询跟踪过的上千个家庭的研究，从学习、生活细节中总结出父母应该养成的若干教育习惯。

本书与传统的家庭教育书籍不同，精选的案例富有针



对性；讨论的问题是父母关注的焦点；提出的建议具有操作性。

本书语言生动活泼，评点富有哲理，适合广大中小學生及幼兒家長閱讀，也可作為家長學校的培訓教材。

前言

有个孩子每天早晨六点起床，喊醒爸爸妈妈后自己去跑步，不管刮风下雨寒假暑假天天如此。

原来身体健康很简单，只要养成坚持的好习惯就可以了。

有个牧场主人叫他孩子每天在牧场上辛勤工作，朋友对他说：“你不需要让孩子如此辛苦，农作物一样会长得很好的。”牧场主人回答说：“我不是在培养农作物，我是在培养我的孩子。”

原来教育孩子很简单，只要养成吃苦的好习惯就可以了。

国王要选一个接班人，给每个孩子发了一颗种子，谁的花开得最好最鲜，谁就可能做接班人。一个月后，国王去每家视察，每个孩子都拿出了五彩缤纷的鲜花，国王没有说话，默默地看着，直到听见一个孩子在哭泣，因为他的种子至今没有发芽，他伤心地哭了，国王蹲下身体，摸着这个孩子的头，面对全城的人宣布，他就是接班人，因为种子是煮过的。

原来诚信很简单，只要养成不撒谎的习惯就可以了。

越是真理越明了，越是大道越简捷，复杂的问题往往





往蕴含着最简单的道理。

有一句话叫好习惯终身受益，当我们的家长竭尽全力想塑造自己孩子各种良好的习惯的时候，有没有想过一个问题：

孩子良好的习惯是从哪里来的呢？

社会？学校？幼儿园？或者家庭？

许多的家庭由于没有意识到或没有回答好这个问题，导致家庭教育走向了困境与迷途。

幼儿园或学校统一的教育却培养出不同的孩子的现状告诉我们：答案更多应该在家庭，在我们孩子人生的第一任导师——父母身上。

于是我们顺着这根主线不断地挖掘，对古今中外成功的家庭教育进行了研究，对广州、南京、南昌等地的数千个成功或失败的家庭做了细致的调查，终于发现：孩子良好的学习或生活习惯来自父母良好的教育习惯。

当复杂的教育问题最终落实到一个个习惯上的时候，一切便变得比较明了了。在咨询中，我们循着孩子的问题，建议家长改变自己相关的不好的教育习惯并建立好的教育习惯，焦点从孩子身上转移到了父母身上，却发现问题得到了奇迹般的解决。

解铃还需系铃人，正是如此。当前许多的家教书籍谈到习惯，都认为应是孩子养成的，而我们提出父母的教育习惯这一理念是一个全新的视点，是经过深思熟虑的。反省我们的家庭教育会发现，有许多褪色的不合时宜的习惯还在潜移默化地影响着我们的父母。中国孩子的沉重与西

方孩子的活泼形成了鲜明的对比。其深层次的原因在于我们在家庭教育中依惯性依情绪做的太多，而理性的思考太少。或许父母的教育习惯这一理念能让我们重新审视中国的家庭教育。

本书经选了四年来所做的大量家访、咨询中的典型案例，从中提炼总结出了一套完整的操作方法，书中的案例和咨询全部来源于现实生活，实用性强；并结合了心理学、教育学的观点和内容，既通俗易懂又深入浅出。五易其稿，终于将本书奉献在读者面前。

本书分为四个部分，第一部分教育能力来自教育习惯；第二部分父母应参与的两种行为习惯；第三部分父母应参与的五种能力训练；第四部分父母应参与的八种人格塑造。分别从不同角度阐述了处理孩子在学习和生活中的各种问题的过程中父母应该养成的教育习惯。

限于水平，本书可能有疏漏和不足之处，敬请家长和专家指正。

南京才能素质教育研究所

郭永莉 汪骏

二零零三年八月



目 录

第一部分 教育能力来自教育习惯

第一章 家庭教育因何陷入被动 / 3

1. 不幸家庭教育的背后 / 3
2. 大形势下的压力——盲目性 / 6
3. 缺乏科学的教育方法——惯性 / 9
4. 生活的干扰——惰性 / 12

第二章 提升教育能力从建立教育习惯起步 / 15

1. 观念易改 习惯难移 / 16
2. 建立教育习惯的平台 / 19

第二部分 父母应参与的两种行为习惯

第三章 习惯一：家庭作业 / 25

1. 擒贼先擒王 / 28
2. 蜗牛散步——磨蹭 / 30
3. 老牛拖破车——慢 / 31
4. 瞒天过海——小动作 / 32



- 
5. 全程监控——没事找事 / 33
 6. 猴子屁股坐不住——隐性怠工 / 34
 7. 心情愉快 动作才快 / 35
 8. 学习是孩子自己的事 / 36
 9. 冰雪化了 春天来了 / 40
 10. 换种方式做父母 / 41

第四章 习惯二：书包整理 / 47

1. 一件小事做得完美胜过许多大事 / 49
2. 你为什么不自己背书包 / 51
3. 习惯是由细节组成的 / 51

第三部分 父母应参与的五种能力训练

第五章 习惯三：注意力 / 59

1. 为什么孩子注意力不集中 / 62
2. 好动源于心动 / 64
3. 太多的诱惑会分散孩子的注意力 / 67
4. 破坏王变成了创造王 / 71
5. 弹簧压得太紧反弹越大 / 73
6. 成长的动力源于内在的需求 / 75

第六章 习惯四：记忆力 / 80

1. 发挥孩子爱玩的天性 / 82
2. 把单词串成故事 / 84

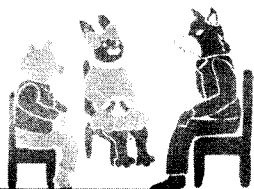
第七章 习惯五：阅读能力 / 91

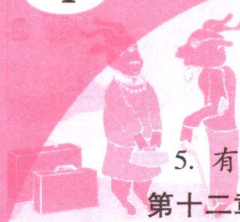
1. 阅读使人进步 / 91

- 2. 文字让孩子安静下来 / 92
- 3. 文字游戏给孩子以启发 / 94
- 第八章 习惯六：思维能力 / 99
 - 1. 每个孩子都是天才 / 99
 - 2. 想像力比知识更重要 / 101
 - 3. 用美好的情感感染周围的人 / 105
 - 4. 创意从父母开始 / 107
 - 5. 给孩子动手的机会 / 109
- 第九章 习惯七：口头表达能力 / 114
 - 1. 口头表达能力的价值 / 114
 - 2. 学会倾听 / 115
 - 3. 从孩子喜欢的话题入手 / 116
 - 4. 增加孩子的社会交往 / 118

第四部分 父母应参与的八种人格塑造

- 第十章 习惯八：创新教育——学会做人做事 / 125
 - 1. 自卑是创新的拦路虎 / 125
 - 2. 不平凡的教育造就不平凡的孩子 / 127
 - 3. 生活教育需要有创意 / 128
- 第十一章 习惯九：乐观——提高抗挫折能力 / 132
 - 1. 拒绝孩子一味地依赖 / 132
 - 2. 让孩子直面生活 / 133
 - 3. 过多的爱软化了孩子的生命力 / 135
 - 4. 我是大人 / 137



- 
5. 有计划地磨练孩子 / 138

第十二章 习惯十：感恩——学会爱父母 / 145

1. 妈妈我给你洗洗脚 / 145
2. 爱国先从爱父母开始 / 147
3. 父母的辛苦是孩子成长的动力 / 149
4. 在家庭中分享从吃饭开始 / 151

第十三章 习惯十一：合作一——同学之间的相处 / 154

1. 人际交往是孩子一生幸福的基础 / 154
2. 一个心里只有自己的人是换不来真诚的 / 155
3. 明智的家长教会孩子接纳世界 / 157
4. 溶入大海的水才不会干枯 / 159
5. 挺起胸膛面对生活 / 160
6. 拥有一颗平常心 / 162
7. 该出手时就出手 / 164
8. 真正的呵护是给孩子成长的机会 / 165

第十四章 习惯十一：合作二——与老师的矛盾 / 169

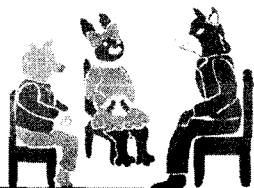
1. 孩子是环境之子 / 169
2. 事实胜于雄辩 / 172
3. 不要拿别人的错误来惩罚自己 / 174
4. 每个人都需要赏识 / 176

第十五章 习惯十二：自理——自我生活管理能力 / 179

1. 一屋不扫何以扫天下 / 179
2. 细微的习惯构成一个人的素质底蕴 / 182
3. 孩子在思考与动手中形成了条理性 / 183
4. 塑造一个有主见的孩子 / 184

- 5. 限制一下孩子的吃饭时间 / 186
- 6. 越早越好, 永远不迟 / 187
- 7. 制定零用钱支配制度 / 189
- 8. 让孩子当一次家 / 192
- 9. 让孩子承担一定的家务活 / 194
- 第十六章 习惯十三: 责任——对自己的行为负责 / 199**
 - 1. 先培养孩子的应变能力 / 199
 - 2. 办法总比困难多 / 201
 - 3. 教训有多大, 收获就有多大 / 204
 - 4. 为自己的行为付出代价 / 207
 - 5. 孩子的品质需在实践中完成 / 210
- 第十七章 习惯十四: 民主——召开家庭会议 / 215**
 - 1. 从专制走向民主的好方法 / 215
 - 2. 家庭会议让孩子变得自信起来 / 216
 - 3. 家庭会议让孩子变得更加懂事 / 219
- 第十八章 习惯十五: 独立——有自己的兴趣爱好 / 223**
 - 1. 琴棋书画交响曲 / 223
 - 2. 莫用孩子现在的痛苦换取未知的幸福 / 225
 - 3. 别把孩子的兴趣与自己的兴趣相混淆 / 227
 - 4. 鼓励孩子参与感兴趣的活动 / 229
 - 5. 孩子的成长需要伙伴, 需要朋友 / 231
 - 6. 给孩子创造交友环境 / 232

后 记 / 237



第一部分

教育能力来自教育习惯

许多家长总抱怨现在孩子难教。孩子难教背后的原因是家长的盲目性、惯性和惰性。那么如何改变这种状况呢？从习惯入手才是家庭教育走向成功的出路。

第一章 家庭教育因何陷入被动

家长是难做的，要面对生活，面对竞争，面对成人世界的种种考验，夜幕降临时，还要面对那个温暖的港湾里的一个永远的“痛”，不易啊！

尽管如此，百分之九十的父母都无怨无悔，生命的延续原本就痛楚与快乐共存着，只要用心一点，痛楚终归会越来越少，希望和幸福终归会越来越多。

1. 不幸家庭教育的背后

要看一个时代的焦点所在，有一个很好的窗口，那就是书店的热销书柜。

不知从何时起，家庭教育书籍如雨后春笋般出现在各个书店的热销书柜上，尽管各路专家各执一词，尽管哈佛女孩、剑桥男孩层出不穷，但不幸的家庭仍然难免于自己的不幸，那些美好的天才神童梦，犹如水中月、镜中花、空中楼阁，大多数家长深陷在孩子成长的烦恼中，无从解





脱。

为了明天的希望，家长们慷慨地解开自己消瘦的钱袋，该参加的培训班参加过了，该买的书也买了，甚至也带着孩子求医问症，付出却总不能得到相应的回报。为何改变的道路如此艰难？

三年来，接触了上百个家庭，渐渐发现了托尔斯泰在《安娜·卡列妮娜》中总结出来的那条规律：幸福的家庭都一样，不幸的家庭却各有各的不幸。

这些不幸的家庭大致有以下几种类型：

其一：孩子存在一些客观的障碍。有不少的孩子因为在胎儿期或出生时或者由于家族的遗传，在学习当中出现了各种程度的障碍：记忆力奇差的，注意力难以集中的，还有语言发展迟缓的。家人在客观的现实面前大多能够宽容地面对孩子，却无奈于孩子在外部环境中所处的不利形势。在这种情况下，他们往往把期望值降得很低，只是希望自己的孩子有朝一日能凭自己的一双手挣口饭吃，于是整个家庭便笼罩在一种悲观甚至绝望的氛围中。

其二：家庭环境缺乏应有的和谐，父母家教知识贫乏或错误，而导致孩子出现问题。

三代同堂的家庭，往往是婆媳之间关系不和，控制与反控制的斗争层出不穷，孩子得不到正常的人际熏陶。

夫妻感情不和，貌合神离或者经常争吵甚至发生家庭暴力，孩子处在这种缺少爱的动荡氛围中，心中存满了极度的不安全感。

由于父亲工作太忙，母亲在教育当中承担了过多的角