

父母习惯， 决定孩子成绩

[日] 今村晓 著 李颖秋 译



父母越早了解，孩子越早受益
应试教育下，提升孩子成绩最行之有效的方法

全日本关注度NO.1的教师，
与父母分享持续教出“全国第一”的教育心法



中信出版社 · CHINA CITIC PRESS

父母习惯， 决定孩子成绩

[日] 今村晓 著 李颖秋 译

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

父母习惯, 决定孩子成绩 / (日) 今村晓著; 李颖秋译. —北京: 中信出版社, 2011. 6
ISBN 978-7-5086-2705-2

I. 父… II. ①今… ②李… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第 032726 号

KODOMO NO SEISEKI WO KIMERU OYA NO SHŪKAN

Copyright © 2006 by Satoru IMAMURA

First published in 2006 in Japan by PHP Institute, Inc.

Simplified Chinese translation rights arranged with PHP Institute, Inc.

through Japan Foreign-Rights Centre/Bardon Chinese Media Agency

本书仅限于中国大陆地区发行销售

父母习惯, 决定孩子成绩

FUMU XIGUAN, JUEDING HAIZI CHENGJI

著 者: [日] 今村晓

译 者: 李颖秋

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)
(CITIC Publishing Group)

承印者: 北京京师印务有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16 印 张: 13.5 字 数: 84 千字

版 次: 2011 年 6 月第 1 版 印 次: 2011 年 6 月第 1 次印刷

京权图字: 01-2010-4838

书 号: ISBN 978-7-5086-2705-2/G · 675

定 价: 29.00 元

版权所有 · 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

<http://www.publish.citic.com>

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

服务热线: 010-84849283

服务传真: 010-84849000

自序

从旷课到全国模拟考试第一

我所创办的 Assist One on One（一对一教育）学院是一所小型的补习学校，学生只有 100 来人，坐落于神奈川县横滨市的一隅。我们这所学院位于日本补习教育的激战区，一些上市的大型补习学校在这里竞争得十分激烈。

当地超过七成的小学生要准备中学考试，他们大部分在上四年级的时候都要参加课外补习。尽管还是小学生，很多孩子夜里学习到 12 点已经不足为奇了。

一对一教育堪称是冲在应试教育的最前端。认同这一点的人很多，诸如很多为教育和学习而精神疲惫、忧愁不堪的孩子和父母，以及一些平常不愿意去学校学习的孩子，他们都会选择课外辅导。

横滨区这一带补习学校尽管良莠不齐，但或许能代表以应试教育与公差配合试验教育为形式的日本教育的现状。这些补习学校蓄积着各种各样的技术和实力，与此同时也可以遇到不计其数的忧心忡忡的父母和孩子们。或许这里预先展示了 20 年后日本全国教育的状态。

作为一个位于这样一个特殊区域的补习学院，我们学院秉持“不拥有良好习惯就不能成长”、“培养富有感性的自立和积极的领导力”两大理念，主要致力于开展以梦想感动教育、态度教育、知识教育为三大支柱的习惯教育。

这种教育结出了丰硕的果实。我们书院不仅培养了考入日本顶级学校的孩子，还有学生被选拔为数学奥林匹克竞赛的参赛队员，并且在 6 年里我们书院有 6 个孩子在全国模拟考试中获得日本第一。现在，很多的补习教育同行、教育委员会、家长们都迫切地不停询问着“怎么做才能让孩子更好地成长？”“怎么做才能激发出我家孩子的干劲儿来？”

在本书中我将把书院的“激发孩子能力和干劲儿的习惯教育秘诀”以书面的形式毫不隐讳地公布于众。

为什么要这样做呢？为了日本的未来，为了全国的孩子们，原本我本人是想亲自四处推广传播我的习惯教育理念，但这很难实现。因此，为了让各地的学校、教育机构、家庭中普及实施“养成良好的习惯”活动，我尽量将这一主题用文字浅显易懂地表达出来。

今天的日本出现了教育荒废的趋势，我希望通过推广“养成良好的习惯”之活动，让孩子和父母们笑颜绽开，让孩子们的成绩步步高升，让他们都能成功通过升学考试。我祝愿孩子们以后能成为优秀的成年人，迈入并活跃在充满希望、感动、自信、自豪之梦想的人生旅途上。

2006年6月

今村晓

目录
contents

自序 从旷课到全国模拟考试第一 / XI

序章 持续教出全国第一的秘密 / 1

所有的孩子都能进步	3
刚开始是为不爱上学的孩子设立的学院	5
引导出孩子的I want!	7
教孩子养成良好的习惯	9
因为有梦想才能忍耐，因为忍耐才能实现梦想	12
针对逃课生的习惯教育，对其他孩子也有显著作用	14

第1章 父母的习惯影响孩子的成绩 / 17

父母改变习惯，孩子才会进步	22
成绩好的孩子	
父母能写出孩子的很多优点	25
父母相信他能行	31
父母会认为“考试中没有奇迹”	36

成绩不好的孩子

父母常说学校或老师的坏话	40
父母把学习当惩罚	43
父母不能冷静看待孩子实力	44
成绩好的孩子，父母用表情说话；成绩不好的孩子，父母用语言表达	47
成绩好的孩子，父母能倾听孩子说话；成绩不好的孩子，父母自顾自说	48
成绩好的孩子，父母守护他们；成绩不好的孩子，父母监视他们	49

第2章 让孩子主动学习的方法 / 51

没有孩子会因为逼迫，而真的拿出干劲儿来	53
孩子的干劲儿是7大要素的乘积	56
孩子和父母的感觉差异过大的话，孩子不会进步	57
本来是想表扬孩子，可孩子却有被批评的感觉	59

成就感关键

1. 首先要有具体的目标	61
2. 制定小规模的具体计划并仔细确认执行情况	61
3. 孩子长时间做一件事，不会有成就感	62

4. 以缩短时间为目标	63
-------------	----

5. 对注意力不集中的孩子，一天只让他们学习3分钟	63
---------------------------	----

认可（自我重要性）关键

1. 不停地说“加油”	65
-------------	----

2. 培养唯一的特长	65
------------	----

3. 认同孩子的努力时，要夸张一些	66
-------------------	----

责任感技巧

1. 和爸爸的一个约定改变了孩子	68
------------------	----

2. 让孩子抛弃把错误归结为外部环境的无责任感	69
-------------------------	----

成长的可能性技巧

1. 成绩上去后，干劲儿就会出来	71
------------------	----

2. 表扬孩子做得比以前好的地方，让孩子有成就感	71
--------------------------	----

3. 绝对不在孩子面前说学校或老师的坏话	72
----------------------	----

4. 要经常说“你正在进步呢”	73
-----------------	----

5. 让孩子有“我能行”的感觉	74
-----------------	----

安心技巧

1. 父母的笑脸会提高学习成绩	76
-----------------	----

2. 与孩子对话、感情共鸣	77
---------------	----

3. 父母改变对孩子的印象后，孩子会进步	78
----------------------	----

信赖关系技巧

- | | |
|-------------------------|----|
| 1. 增加交流的时间 | 79 |
| 2. 建立和孩子间的信赖关系，要从遵守约定开始 | 79 |
| 3. 和孩子建立信赖关系，是需要时间的 | 81 |

奖励技巧

- | | |
|--------------------|----|
| 1. 给孩子金钱、实物以外的奖励 | 83 |
| 2. 给孩子金钱奖励会让孩子成绩变差 | 84 |

第3章 能提高孩子成绩的“习惯教育” / 87

- | | |
|----------------|----|
| 没有好的习惯，成绩也不会进步 | 92 |
| 培育有创业者精神的孩子 | 94 |
| 所谓的创业者精神 | 95 |
| 习惯教育由三大支柱构成 | 96 |

“梦想、感动教育”

- | | |
|------------------|----|
| 养成拥有梦想的习惯、感动的习惯 | 97 |
| 用成功者精神激发孩子的梦想与感动 | 98 |
| 总是“没干劲儿”的孩子们 | 99 |

重视“我想要……”	100
因为一次相遇而改变孩子的人生	101
因为有值得尊敬的人，所以才会有志向	102

“态度教育”

养成良好的态度习惯能使人活跃	104
养成良好的说话、举止、行为习惯	104
改变思考习惯	105
应该以比自己强的人为目标	105
好好摆放鞋子和椅子	106
回答要从爽快的“是的”开始	106

“知识教育”

知识仍然是很重要的	108
父母的习惯会传染给孩子	109
让孩子进步的“金达格”教育	110
自信而真诚地批评孩子	112
养成良好习惯的4个步骤	114
要改变习惯，必须不断付诸行动	116
养成良好心性和习惯的神奇“调查表”	117
调查表的使用方法	118

会学习的孩子的填写实例	123
让孩子持续填写调查表	125
从有学习障碍到“机器人专家”	127
为了让孩子有目标，要对他进行提问	129
逃学的孩子因梦想而改变	133
让孩子从学习姿势入手	134
为了让孩子形成良好的姿势，要使用秒表	136
为了养成良好的习惯，计划很重要	137
爱=共鸣+支持	139

第4章 不同科目的学习方法 / 141

所有学科

让孩子养成考试不达100分不罢休的学习习惯	143
让孩子体会100%做到的喜悦	145
养成连续3天复习同一内容的习惯	146
孩子的记忆力是惊人的	147
为了提高能力，养成偶尔勉强自己的习惯	148

语文

养成学习语文的习惯	150
学好语文，对将来最有用	151
养成在汉字测验中得100分的习惯	152
爱好漫画的孩子语文会进步	153
让孩子有“喜欢书”的感觉	155
让孩子看传记	156
这样做的话语文成绩会提高	157

算数

让孩子反复练习计算	159
一百以内加减法计算能给入学考试带来紧张感	160
扑克也可以用来进行计算练习	161

理科、社会

让感兴趣的老师来教	163
使用带有插图和彩色照片的教科书	164
成绩上升在于不过分偏科	165

社会

把地图和年表装入脑中	166
------------	-----

做笔记的方法

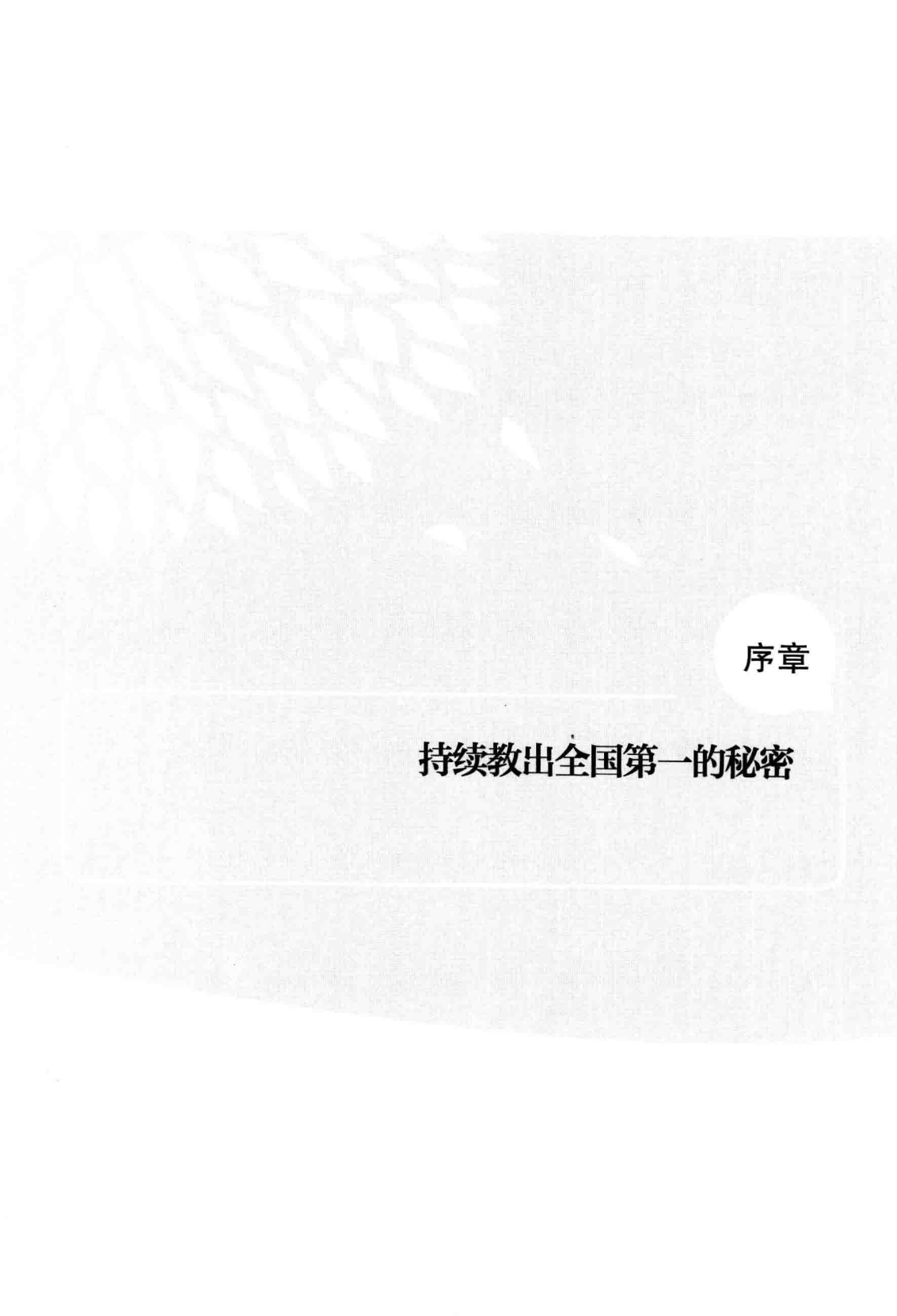
要先教给孩子做笔记的方法	167
算数的笔记要写清楚计算过程	168

第5章 为考入理想中学必须要做的9件事 / 171

应试就是战斗，首先要为胜利制定战略计划	173
补习班老师的选择：按缘分和沟通能力决定	175
尽早让孩子看到理想学校的样子	177
母亲应该为孩子作好前期计划	179
正式考试的时候，运用考试战略	180
考试前父母的态度会使孩子成绩骤降	182
不要对孩子说：“考上后不学习也可以，你现在再努力一点吧！”	184
孩子考试前，父母的态度很重要	186
第一志愿落榜时，父母该说的话	187

结尾 / 190

后记 / 201



序章

持续教出全国第一的秘密

所有的孩子都能进步

我们学院位于横滨市的一角。从那开车走 10 分钟，周围仍然十分荒凉，有很多田地，但那里参加小升初考试的孩子却有七成以上，是个应试教育非常活跃的地方。

在这里我们坚持如下的理念来从事“习惯教育”工作，这些理念就是“明确梦想和目标，加油！”“把自己塑造成感情丰富的自立和积极的领导者吧！”“养成良好习惯”。

其结果是，在全国模拟考试中有 6 名学生取得过日本第一。此外，到目前为止，还有无数学生在小升初考试中考上了顶尖学校。还有很多学生数学奥林匹克竞赛中进入了决赛，要知道在这个竞赛中，许多大人甚至连一道题也解不开哦！