



好书就是 好老师 好妈妈

教养卷

30个好习惯
让孩子成为一个有教养的人

张国龙 时遂营◎主编

一书在手，纵览全球好书
好习惯源于读好书
好习惯成就孩子一生



好书就是 好老师好妈妈

教养卷

主 编：张国龙 时遂营

副主编：徐印芳 曹宙明 马建文

编写者：徐 河 洪子叶 陈冬兰
严晓驰 刘 伟 申旭兵
卞晓雯 陈佳红 李彩虹



图书在版编目(CIP)数据

好书就是好老师好妈妈. 教养卷 / 张国龙, 时遂营主编. —武汉: 湖北少年儿童出版社, 2013.8

(中国孩子培养计划)

ISBN 978-7-5353-7975-7

I. ①好… II. ①张… ②时… III. ①素质教育—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 183456 号

好书就是好老师好妈妈

教养卷

出版发行	湖北少年儿童出版社
业务电话	(027)87679199 (027)87679179
网 址	http://www.hbcp.com.cn
电子邮件	hbcp@vip.sina.com
承 印 厂	河北省三河市春园印刷有限公司
经 销	新华书店湖北发行所
印 张	15
印 次	2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 次印刷
规 格	710 毫米×1000 毫米
开 本	16 开
书 号	ISBN 978-7-5353-7975-7
定 价	25.00 元

本书如有印装质量问题 可向承印厂调换

读好书,培养好习惯(代序)

讲课或做讲座时,但凡涉及经典名著,我时常会当场做阅读调查。出乎意料的是,对于不少理应耳熟能详的作品,却鲜有人知道,更不用说阅读了。尤需强调的是,我所调查的对象多是人文专业的大学生、研究生,以及教语文的中小学教师。因为职业身份使然,他们显然是读书的主要人群。由是,名著在当下受冷遇,可见一斑。

毫无疑问,当下青年人接触、了解名著的途径是丰富的。对于学生来说,教师的推荐阅读书目显然是主要的获取方式。作为在电子传媒时代语境中成长起来的一代人,他们更习惯于网络阅读。因此,日渐兴盛的电子文库、网络书店和电子阅读媒介等,是他们获取名著的重要途径。作为“宅”一代,去图书馆借阅无疑费时劳神,此种传统的阅读方式自然日渐式微。事实上,选择哪一种方式获取名著资源,并无质的差异。

可资当下青少年的阅读选择实在太多。尽管纯文学期刊市场日益萎缩,尽管出版商大倒图书市场利薄之苦水,尽管一些著名的传统书店纷纷倒闭,但当下图书品类的琳琅满目乃不争的事实。仅各种“各领风骚三五月”的时尚的畅销书,便令读者目不暇接。加上名著大多厚重、严肃,显然与以“快乐至上”的时代情绪相悖。而且,没有一定的专业素养的读者,很难与名著心魂相通。此外,在这个快节奏的时代,青少年自然难以忙里偷闲啃那些不能“与时俱进”的名著了。

选择过多,自然干扰就多,自然难以专一。电视、电影等媒介提供的资讯,显然具有巨大的视觉冲击力。和纸质的名著相比,其显然相当平面化,不需动太多的脑子。相反,欲领会纯文字中所蕴藉的深厚的人

文精神,若不具备相当的人文素养,显然难以产生共鸣。舍近求远,舍易求难,自然有违与生俱来的享乐本能。新媒体无疑加速了名著被漠视的际遇,但这似乎是不可逆的。让青少年亲近名著,最为有效的是我们的学校教育应极力推行传统阅读,大力推介名著,从小培养孩子们读经典的意识。在学校这个特定的场所里,学生这一特定的也是最庞大的阅读人群,是最有条件亲近名著的。在校期间,显然是一个人阅读的黄金时段,甚至将影响一个人的一生。

当然,某些所谓的名著确实有浪得虚名之嫌,需要推介者扬弃。由于相当一部分推介者并未消化掉所谓的名著,人云亦云或为推介而推介,从而加剧了推介的失效,以及让阅读者更加抵触或惧怕名著。如何从浩如烟海的经典名著中遴选出适合当下青少年阅读的精品,乃本书编著者的初衷。拿破仑希尔说过,“播下一个行动,你将收获一种习惯;播下一种习惯,你将收获一种性格;播下一种性格,你将收获一种命运”。阅读习惯的养成,无疑应从娃娃抓起。读好书,潜移默化养成诸多好习惯。我们不能期望好妈妈好老师能时时伴我们左右,但是,我们可以与一本本好书形影不离。

一本好书和一个好习惯一样,能影响孩子的一生。如果每个故事能让孩子养成一个好习惯,孩子就能茁壮成长。本丛书包括“学习卷”、“素养卷”和“教养卷”,对好书的精挑细选,对故事的趣味解读,对习惯的专家分析,力求为家长奉上一本教育子女的宝典。

我们希望您的子女能够优秀,有教养。

编者



目录

Contents

A 篇

让孩子做一个有教养的人——文明健康习惯的培养	001
第1种好习惯:培养孩子文明礼貌的习惯	002
第2种好习惯:培养孩子的爱国主义精神	010
第3种好习惯:培养孩子对待网络的正确态度	018
第4种好习惯:让孩子学会宽恕	027
第5种好习惯:营造良好的家庭氛围	036
第6种好习惯:注重孩子心理健康的培养	044
第7种好习惯:培养孩子的心理抗压能力	052
第8种好习惯:让孩子懂得自我保护的重要性	061
第9种好习惯:让孩子了解“性”的知识	069
第10种好习惯:尊重孩子的隐私	077

B 篇

让孩子修炼好品德——品德习惯的培养	087
第11种好习惯:培养孩子积极认错的精神	088
第12种好习惯:让孩子拥有平等精神	097
第13种好习惯:合理对待孩子的错误	105
第14种好习惯:让孩子拥有诚实的品格	114

第 15 种好习惯:让孩子拥有正义感	122
第 16 种好习惯:让孩子拥有责任心	130

C 篇

让孩子学会理财——理财习惯的培养	139
第 17 种好习惯:帮助孩子树立正确的金钱观	140
第 18 种好习惯:教孩子学会理财	147
第 19 种好习惯:帮孩子树立正确的消费观	154
第 20 种好习惯:培养孩子勤俭的习惯	161

D 篇

让孩子体会劳动的艰辛——劳动习惯的培养	169
第 21 种好习惯:让孩子乐于劳动	170
第 22 种好习惯:让孩子克服懒惰	177
第 23 个好习惯:培养一个懂珍惜的孩子	184

E 篇

让孩子拥有一个健全的人格——行为习惯的培养	193
第 24 种好习惯:让孩子拥有完整的人格	194
第 25 种好习惯:让孩子拥有独立精神	201
第 26 种好习惯:培养孩子承受挫折的能力	207
第 27 种好习惯:让孩子拥有意志力	213
第 28 种好习惯:让孩子拥有自信心	219
第 29 种好习惯:让孩子拥有勇敢精神	225
第 30 种好习惯:让孩子养成良好的生活习惯	231



让孩子做一个有教养的人

hào shù jiù shì hào sào shì hào mā ma

文明健康习惯的培养



习惯箴言

★礼貌使有礼貌的人喜悦，也使那些受人以礼貌相待的人们喜悦。

（【法】孟德斯鸠）

★礼仪是在他的一切别种美德之上加上一层藻饰，使它们对他具有效用，去为他获得一切和他接近的人的尊重与好感。（【英】洛克）

★蜜蜂从花中啜蜜，离开时忙着道谢。浮夸的蝴蝶却相信花是应该向他道谢的。（【印度】泰戈尔）

第1种好习惯：培养孩子文明礼貌的习惯



习惯点滴

孩子的笑容总是让人心情愉悦，而当他们用稚嫩的童音说出“谢谢”的时候，则更让人看到世界的美好。孩子们清亮的声音，应该诉说一些美好的话语；他们的眼神，应当传达真诚的心意。如果孩子们的行为举止，被社会上的一些不良风气所浸染，该是多么地令人痛心啊！

如果小朋友之间能相互谦让，按序排队，那么我们未来的车站，就会秩序井然；如果孩子们都言语文明，面带微笑，那么未来的汉语，会更加纯净晴朗。若是期待看到文明之花的盛开，现在就该浇灌我们的小苗。



习惯故事

安利柯觉得，假期的结束就像梦一样，开学那天他还在想念着乡间的风景。他遇到了三年级的老师，今年他们不再在同一个班级了，这让他觉得很难过。二年级时的女老师也伤感于安利柯要到楼上课，不再经过她的教室。他们的师生情是那样深厚，以至于安利柯有些害怕高大严肃的新老师。

放学走出教室，安利柯一看见母亲就马上飞跑过去吻她的手。母亲鼓励安利柯好好用功，可是安利柯想念从前的老师，总觉得学校没有以前那样美好了。

可是之后的几天，安利柯看到新老师上学期教过的学生，都从门口探头跟他打招呼，或者跟他握手，他感觉他们都非常爱这位老师。而老师也向他们问早安，却转过头不看他们，显得很庄重、很难过，这让这位新老师看起来可爱多了。老师很关心孩子们的身体健康，批评人也很温和，他说他希望整个班级能成为一家人。这让孩子们大受感动，在课堂上调皮玩人偶的同学主动向老师道了歉，老师吻了他的额头，原谅了他。

可是意外在一个早晨发生了，大家都挤在大厅，听说是洛佩蒂受了伤。医生来了，大家都连忙让路，医生检查之后发现洛佩蒂的脚骨被车子轧碎了。他是为了救一个在马路中央跌倒的一年级小同学而被马车轧到的。他的母亲和被他救了的孩子的母亲都抱住他哭泣起来。校长抱着他将他送上马车，大家都夸赞他勇敢，纷纷亲吻他的手，目送着他去医院。

新同学来的时候，班长代表整个学校拥抱了新朋友，并且向他表示欢迎，大家鼓起掌来，虽然老师表示学校里应当肃静，不该鼓掌，不过他看起来也为孩子们的热情和礼貌而高兴。很多同学都送了新同学礼物，大家相处非常友好。

安利柯经过一阵子的学习，开始慢慢了解班上的同学，其中他非常喜欢铁匠的儿子普莱可西。他非常老实，常用亲切的眼光看人，和人说话的时候，或是偶然不小心触犯了别人的时候，他总要说声“对不起”。而班上最高大、品德最好的是卡隆，他经常见义勇为，看到有同学捉弄残疾的穷苦同学的时候，他表现出了强烈的愤慨。而当那位残疾同学愤而反击的时候，却被老师撞见了，老师让肇事的同学自首。这时候，卡隆挺身而出。而当老师知道真相，要处罚那些捉弄人的同学的时候，他又为他们说情。

安利柯的母亲经常做好事，有一次，她带着安利柯去给报纸上报导的穷苦人家送衣物。安利柯发现，那家的孩子就是班里受欺负的残疾同学。安利柯的母亲不让他声张，因为如果那孩子知道自己的母亲接受了同学的施舍，一定会非常羞耻。可是他们还是被那个同学看到了，但他没有生气，反而对安利柯点头微笑。安利柯拥抱了他，了解了他们家的情况，非常受触动。

放假的时候，安利柯非常想念卡隆，因为他绝不容许有人欺负弱小，班里的同学也都很喜欢他。他是火车司机的儿子，为人慷慨，无论谁有求于他，他都会尽量满足。他对朋友总是笑眯眯的，别人跟他开玩笑他也都不会见怪。可是他绝不允许别人诬陷他撒谎，因为他是那样真诚，愿意为他人牺牲自己。他一直保护着驼背的耐利，当耐利有东西掉了，就主动帮他捡起来，还帮助耐利穿外套。耐利特别喜欢卡隆，一来学校就找卡隆，走的时候也一定会跟他说“再见”。耐利的父母还特地到学校来，送给卡隆一个十字架，以感谢他。

可是班上有些傲慢的同学就不喜欢卡隆，比如诺皮斯，他仗着父亲是个有名望的绅士，就侮辱培蒂的卖木炭的父亲是叫花子。这让培蒂又气愤又委屈，什么话都说不出来，只是掉眼泪。下午培蒂的父亲就陪着他一起来学校申诉这件事，诺皮斯的父亲知道



了也非常生气，拉着诺皮斯要求他请求培谛的原谅。培谛的父亲原想就这样算了，但那位绅士坚持要儿子郑重地道歉，并亲自向那位卖炭人赔了不是。他还让两个孩子坐在一起，友好相处。卖炭人也原谅了诺皮斯，并亲切地抚摸了他的前额。老师说这是本本学期最好的一课，让大家牢记在心。

安利柯的弟弟生病的时候，他的老师来看望他。教低年级的老师总是很辛苦，他们要教孩子知识，还要照顾他们，有时候生气得不得了也不能发火，只能通过咬自己的手指或者做别的事来忍住怒气。这一切他们都能做得很好，而让他们最伤心的事，却是当一些孩子不再是他们的学生的时候，便假装不认识他们，把头扭到一边不看他们。这样的行为是多么没有礼貌，也多么伤人呀！老师希望安利柯的弟弟能永远记得他们，因为他们也会永远记得每一个学生。

安利柯的同学可莱谛一直在为家里的店铺帮忙，但他同时还念念不忘自己的功课，一边搬运货物一边复习知识。他的母亲卧病在床很久了，他学会了煮咖啡，还带着安利柯等同学一起给母亲送咖啡。在母亲跟同学见面的时候，他向母亲介绍了自己的朋友们，帮母亲放好枕头，拉直被子，对母亲嘘寒问暖。告别的时候，安利柯非常羡慕和钦佩可莱谛，因为他学习劳动两不误，是个孝顺的好孩子。

可莱谛最喜欢他三年级的老师了，那位老师声音响亮，常常和学生开玩笑，装作很可怕的样子，但其实他总是微笑着，只是被他的大胡子遮住看不出来。而他们的校长是个身材高大的男老师，非常慈祥，从来都不责骂学生，只是亲切地讲道理，鼓励学生们做好孩子，让他们觉得比受到处罚更难受。其实校长曾经遇到过很大的变故，他的爱子在战场上牺牲了，他本想辞职，但是安利柯的父亲告诉校长，他们都需要他，于是校长决定留下来，

一直陪伴着孩子们。不过，他的孩子的遗照还一直放在桌面上。他告诉孩子们，他们必须感谢士兵们，因为他们放弃了一切去保护家国，这就值得所有人的尊重。当三色旗经过的时候，校长要求学生行举手注目礼。一个老军官也觉得学生们做得很好，他鼓励孩子们，说从小尊敬军旗的人，长大也会保家卫国。

安利柯的同学里也有很多特别的孩子。比如卡洛斐，他很会做生意，总是收集一些小玩意儿卖给同学们，像个小商贩一样，安利柯的父亲觉得他是个有目标的人，并且告诉安利柯不应该在背后议论同学。而斯带蒂是个无论何时何地都在用功的孩子，和他打招呼的话，他只会回头望一眼，这让安利柯觉得他很没有礼貌。华梯尼总是打扮得很华丽，他有些虚荣，有一次在一个盲人面前炫耀身上的衣饰，醒悟之后非常难为情，他向那个盲孩子道了歉，并且一直内疚。

安利柯有很多好朋友经常会到他家里玩，有些朋友的家境不好，比如“小石匠”，他的衣服上有灰泥，把沙发都弄脏了。安利柯本打算去擦拭，可是他的父亲立刻拦住了他，等大家都走了以后才把沙发擦干净。而安利柯的母亲还温柔地帮“小石匠”缝扣子。他过得太快乐自在，以至于离开的时候忘了帽子，幸好安利柯送他到门口的时候想了起来。

一天，下了大雪，老师没有来，年纪最大的女老师克洛弥夫人来代课。一开始大家都闹哄哄的，但是克洛弥夫人要求他们尊重老师的白发和她母亲的身份，于是大家一下子安静了，只有厚脸皮的弗兰谛还在对老师指指点点。

也就是在那一天，卡洛斐在扔雪球的时候，打伤了一位老人的眼睛，一开始他因为胆怯不敢承认，但是在同学的鼓励下勇敢地承担了责任。卡洛斐向老人道了歉，并且特地到医院去看望他，还把自己最珍贵的邮票本送给了那位宽恕了他的善良老人。



老师似乎生病了，而代课老师管不住一群吵吵嚷嚷的孩子，就算校长来巡查也镇不住他们。但是这时候，卡隆发出了怒吼，他盯着那些吵闹的同学，让他们都羞愧得说不出话来，他还告诉那些同学，如果他们再不尊重老师，他就代替老师教训他们。这样一来，班级的纪律又好了起来，连代课老师都对卡隆表示了感谢。

弗兰谛是个不懂礼貌的同学，庄重的场合他也经常不当回事儿，当别人伤心的时候他就幸灾乐祸。他欺软怕硬，还经常嘲讽同学们都很尊重的那些自强不息的穷苦同学。老师也拿他没办法，班长好心劝他，他反而粗野地威胁班长。这一次，他又在课堂上放爆竹，把大家都吓坏了，老师终于没办法，将他送到校长室去了。老师因为需要面对这样的学生而难过，但同学们都安慰了老师，让老师终于平静下来了。

华梯尼不仅爱虚荣，还很容易嫉妒。当戴洛西得到好成绩的时候，他就非常不礼貌地冷笑，有时候还会夸张地打喷嚏。当他被校长批评之后还不死心，写纸条中伤戴洛西。但是戴洛西没有和他计较，还帮助了他，让他无比惭愧。

一年的时间就这样过去了，安利柯的身边还发生了许许多多这样的故事，他从老师和同学的身上学到了很多珍贵的品质，也非常珍惜他和同学们之间的友谊。学年最后的告别终于到来了，同学们将到不同的班级去。他们向每个老师真诚地告别，也向每个同学道珍重再见，连从前有过龃龉的同学也都相互拥抱在了一起。安利柯没有忘记向每个需要道歉的人请求原谅，最后，他和父母一起难过地向心爱的学校道了别。

教育良方

★以身作则，言传身教

父母的一言一行都直接影响到孩子，如果父母经常有不文明行为，那么孩子不但不会听从教导，还会产生逆反心理，对他的成长极为不利。因此，无论从语言上还是行动上，父母都要率先垂范，做好榜样。比如，首先应当做到，在任何场合下都说“请”、“谢谢”、“对不起”等文明用语。同时，父母还可以阅读一些教育书籍，给孩子多讲一些关于文明礼貌的名人趣事。

★以引导为主，少说教，多指点

对孩子的培养不能急于求成，习惯的养成需要一段时间，父母应当保持耐心，掌握正确的指导方法。对孩子的文明礼貌表现多予以鼓励，帮助孩子养成文明习惯。而孩子在养成文明礼貌习惯之后，由于所处环境等的变化，有时也会出现反复行为。父母不能因此悲观失望，也不要采取打击挖苦的态度。最好采取正面态度，多鼓励、多表扬，平和对待孩子的错误，积极教育他改正。

★让孩子懂得不讲文明礼貌的严重后果

应当让孩子知道，文明礼貌是融入集体，被周围人喜爱的必要素质。如果不讲文明、不懂礼貌，将会在集体中无法立足，失去重要的朋友，这是让孩子了解文明礼貌的重要性。

对不讲文明礼貌的行为，应当教育孩子不要以牙还牙，因为那样也是不文明的。对待这些行为，应当以礼相待，以教育感化为主，法律规则监督为辅，从而形成整个社会的文明风气。



延伸阅读

★作品概要

《爱的教育》原本的意大利文题目可翻译为“心”，而这个题目是1924年，该作品由夏丏尊先生翻译成中文的时候，根据作品的主旨而确定的。其中包括100篇小文章，由安利柯的日记，他的父母对日记的回应和对他的鼓励，以及老师宣读的“每月故事”组成。这些小文章都蕴含了深刻的教育意义，不仅是对于孩子文明礼貌的熏陶，还有热爱学习、团结同学、尊重老师、诚实守信等丰富意蕴，是一部对孩子来说完整而易懂的教育故事集。

★父母的教育读本

安利柯的父母对孩子的要求都比较严格，而更可贵的是，他们都能以身作则，比如安利柯的母亲富有同情心，经常帮助穷苦的人们，而安利柯的父亲则非常顾及安利柯的朋友们的感受，不让他们有一丝尴尬。而对安利柯的教育，他们采用了多种方式，在安利柯自身遇到问题的时候他们会给出意见，在安利柯的日记后他们会有温和却犀利的回应，而当社会上或者安利柯身边有大小事件发生的时候，他的父母也会结合这些事件，对安利柯的品格的方方面面予以塑造和纠正。

夏丏尊先生在翻译《爱的教育》时说过这样一段话：“教育之没有情感，没有爱，如同池塘没有水一样。没有水，就不成其池塘，没有爱就没有教育。”这样的教育方法需要足够的爱和充分的关心，而也只有这样，才能够全面地培养孩子的品质。

推荐版本：《爱的教育》，（意大利）埃·德·亚米契斯著，人民文学出版社，2003年。

（洪子叶编写）



习惯箴言

- ★爱国主义就是千百年来固定下来的对自己的祖国的一种最深厚的感情。（【苏联】列宁）
- ★各出所学，各尽所知，使国家富强不受外侮，足以自立于地球之上。（詹天佑）
- ★热爱祖国，这是一种最纯洁、最敏锐、最高尚、最强烈、最温柔、最有情、最温存、最严酷的感情。一个真正热爱祖国的人，在各个方面都是一个真正的人。（【苏联】苏霍姆林斯基）

第2种好习惯：培养孩子的爱国主义精神



习惯点滴

翻开小学语文课本，第一课是这样说的：“你是中国人，我是中国人，我们都是中国人，我们都爱中国。”读过这篇课文的人，恐怕直到白发苍苍，也能将它背诵出来。我们都是中国人，要成为一个大写的人，必须首先记住我们是中国人。

在经济全球化的浪潮中，国外文化的渗透几乎不可阻挡，很多孩子不再像他们的长辈那样，对祖国有着深厚的感情。他们可能憧憬国外的生活，热爱国外的文化，甚至相较于方方正正的汉字，他们的英语更加流利。这样的状况让我们无法不忧心！而其