

<<好孩子是惯出来的>>

图书基本信息

书名：<<好孩子是惯出来的>>

13位ISBN编号：9787502185640

10位ISBN编号：750218564X

出版时间：2012-7

出版时间：石油工业出版社

作者：张文华

页数：254

字数：240000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<好孩子是惯出来的>>

前言

美国作家杰克·霍吉说：“行为变成了习惯，习惯养成了性格，性格则决定了命运。

”原来，命运的基石就是养成习惯的行为。

他把“习惯”比喻为飞驰的列车，惯性使人无法停步地冲向前方。

前方有可能是天堂，也有可能是深谷，习惯就是人生的方向盘。

对未成年的孩子来说，这个习惯又是从哪里来的呢？

答案是家长“惯”出来的。

几乎所有的家长都会“惯”孩子，这是天性使然。

但是，“惯”需要讲究方式和尺度，否则，就会真的惯坏了孩子。

很多家长都会出自本能地爱自己的孩子，保护自己的孩子，这是爱的体现。

可是，如果错误地理解了这种爱，将这种爱用错了地方，爱得过度以致泛滥成灾，爱得失去了自我，带给孩子的就未必是好的结果了。

比如，有的孩子做事情总是拖拖拉拉，如果家长觉得小孩子就是这样的，放任不管，其结果就是孩子把今天该完成的事情拖延到明天，甚至遥遥无期，直到被逼无奈，拖不下去时才来赶工。

这种极具破坏性的行为，也是最危险的恶习，它往往使人丧失进取心。

一旦孩子总是遇事拖拉，其惰性就会滋生，拖延的行为就会反复上演，直到变成一种坏习惯。

这样的结果显然是家长不愿意看到的。

事实上，很多家长都非常清楚坏习惯会给孩子带来危害，但是由于在坏习惯开始出现的时候，一方面出于对孩子行为的宽容、放任，一方面坏习惯产生的危害还没有开始显现，所以，家长们在自我安慰中选择了错误的解决方式——惯着孩子。

可是一旦坏习惯养成，就需要花费很大的气力去改正，而且未必能够取得预想的效果。

家长与其等孩子养成坏习惯再去改，还不如从一开始就尽可能地给孩子“惯”出好习惯来。

但是，需要注意的是，很多家长片面地理解了“惯”孩子的含义，觉得“惯”就是娇惯，只能得到“坏”结果。

其实，只要家长会“惯”，“惯”得好，“惯”得有方法、有尺度，就能给孩子“惯”出很多好习惯来，这些好习惯会让孩子受益一生。

那么，家长怎样做才是会“惯”孩子呢？

第一，家长要善于引导孩子。

对未成年的孩子来说，他们并不会出于完全的恶意去犯错，更多的时候是他们不懂得正确的方法、途径，只是出于本能和习惯去做，结果导致行为与规范不符。

明确了这一点，家长就要及时引导孩子，让孩子了解正确的方法和途径，并对此产生兴趣。

引导的前提是理解和尊重孩子，只有在这个前提下，才能真正让孩子从内心做出改变。

第二，家长要规范孩子的行为。

当孩子做出不合理举动的时候，训斥、压制、强行制止都不是好办法，这样做的结果是让正在形成独立性的孩子产生较强的逆反心理，甚至和家长对着干。

正确的做法是，在引导的基础上进行规范，家长态度一定要和蔼，不要让孩子感觉到家长在剥夺自己的想法，而应让孩子认识到家长是在教给自己更好的方法。

第三，家长要适时肯定孩子的做法。

孩子即使犯了错，也会有值得肯定的地方。

如果家长先肯定孩子积极的方面，然后帮助孩子纠正错误的方面，就能够引导孩子将事情做得更好。

因为孩子会对家长的肯定感到欣喜，在这种正面心理的影响下，他们对批评和纠正也能更平和地接受并做出改变。

第四，家长要懂得赏识孩子。

赏识教育是永远不可缺少的，赏识带给孩子的内心满足和愉悦是他们做得更好的直接动力。

但是，家长需要注意的是，赏识体现的是对孩子的信任，这种信任要比任何的说教更能起到积极的催化作用；赏识要有一颗平常心，就是要多看孩子的优点，而不是夸大孩子的优点，让孩子以此为荣；

<<好孩子是惯出来的>>

赏识也是激发孩子兴趣的好方法。

此外，尊重孩子也是赏识的重要内容，家长的赏识会让孩子有被需要的感觉，这种感觉会化为行动力。

第五，家长要给孩子锻炼的机会。

任何能力的培养都是通过实践获得的，尽管孩子会在实践中遭遇挫折，甚至是磨难，但这都是成长必须付出的代价，如果不付出这些代价，成长会产生温室效应——看上去很美，实际却毫无用处。而且，孩子通过自己的经历和实践，能够逐渐学会自己解决问题，家长要相信孩子的能力，给孩子足够的机会和信心，让孩子大胆去尝试。

本书正是通过解答“为什么好孩子是‘惯’出来的”这一问题开篇，引导家长朋友们走进孩子的内心世界，了解孩子的想法和行为背后的真实动机，介绍给家长朋友们一些行之有效的“惯”出好孩子的办法。

此外，还列举大量身边的事例加以佐证，并介绍一些解决涉及“惯”孩子问题的具体做法，希望尽可能地给家长们提供一些思路，帮助家长们多给孩子“惯”出一些好习惯，让孩子从中获益。

.....

<<好孩子是惯出来的>>

内容概要

好孩子是不是“管”出来的？
孩子到底能不能“惯”？
家长怎么“惯”才不会把孩子惯坏？
“惯”孩子要把握怎样的尺度？
……要“惯”出好孩子，家长需要走进孩子的内心世界，了解孩子的想法和需要。

本书向家长朋友们讲述了如何“惯”出好孩子，提出了“惯”出好孩子的新的教育理念。“惯”不是娇惯孩子，不是放任、纵容孩子，而是顺着孩子的思路，采用引导和培养、规范和纠正、肯定和鼓励等方式来约束孩子的一些行为，使孩子养成有利于健康成长的好习惯。这种以引导为前提，以约束为准绳，以养成好习惯为目的的“惯”，才更有积极意义。

<<好孩子是惯出来的>>

作者简介

杰克·霍吉把“习惯”比喻为飞驰的列车，惯性使人无法停步地冲向前方。前方有可能是天堂，也有可能是深谷，而习惯就是人生的方向盘。对孩子来说，养成好习惯就能掌控好人生的方向盘。家长一定要把握好“惯”的分寸，让孩子“惯”出好习惯，为他们的成长保驾护航。

<<好孩子是惯出来的>>

书籍目录

第一章 好孩子不是“管”出来的，是“惯”出来的

好孩子不是“管”出来的，因为“管”本身就含有教训的意味，而这正是孩子逆反心理产生的根源。同时，“管”还意味着替孩子做主，替孩子设计未来的路，等等，有更多家长主观的东西在里面，这些主观的东西会磨灭孩子的个性和追求，对孩子无益。相反，“惯”则是顺着孩子思路的引导，进而逐步培养孩子的好习惯。

1. 好孩子为什么是“惯”出来的
2. 什么样的孩子是好孩子
3. “惯”其实就是特殊的“锻炼”
4. 生活太安逸的“独一代”更需要“惯”
5. “惯”孩子要把握度

第二章 想“惯”出好孩子，请先进入孩子的世界

孩子虽然小，但作为一个独立的个体，同样需要理解和尊重。而这一点恰恰是很多家长容易忽略的，结果导致虽然他们花费了很多的精力和时间来教育孩子，可就是无法达到预期的效果。原因就在于，家长没有走入孩子的内心世界，不了解孩子究竟是怎样想的，需要的是什么。其实，家长只要懂得了这些，“投其所好”，就能“惯”出好孩子。

1. 孩子很柔弱也很强大
2. 冒险精神：每个孩子都是哥伦布，喜欢寻找“新大陆”
3. 想象力：孩子们的眼中都有一盏“阿拉丁神灯”
4. 好奇心：孩子每天都有无数个“为什么”
5. 顽皮：顽皮好动的孩子并没有“多动症”

第三章 循序渐进，好性格需要慢慢“惯”

孩子的性格除了先天的遗传因素外，更多的来自于后天的培养。而任何性格的养成都不是一蹴而就的，都需要长时间、循序渐进地培养。因为在培养性格的过程中，一方面家长要激发孩子的兴趣，另一方面孩子要不断通过实践活动验证和巩固某方面的性格，使之固定下来并加以保持和发扬。

1. 独立性：从小让孩子自己睡一间房
2. 竞争意识：把孩子放到孩子之间的竞争中去
3. 责任心：让孩子承担该承担的责任
4. 原则：孩子犯错了，一定要有惩罚措施
5. 勇气：孩子做不到的事情，要让他去尝试
6. 诚实：教育孩子不能撒谎
7. 合作：培养孩子与其他孩子共同完成一件事情
8. 自控：孩子喜怒无常时，让他自己调节情绪
9. 自主性：让孩子自己决定做什么、怎么做
10. 自理能力：孩子自己的事情自己做
11. 理想：让孩子更早地有目标和理想

第四章 “精兵强将”是从挫折中“惯”出来的

“自古英雄多磨难，从来纨绔少伟男”。挫折是困难，更是让一个人变得更加强大的机会。对孩子来说，体验挫折是他们的权利，因为这是为完善他们的性格，健全他们的人格，强化他们的能

<<好孩子是惯出来的>>

力，培养他们的意志所必须完成的经历。

而且，能力也是由小到大、由弱到强逐渐养成的，“惯”出孩子的良好心态，是从挫折中获益的第一步。

1. 告诉孩子，挫折也是一笔财富
2. 乐观心态：就算是挫折，也要让孩子乐观对待
3. 娇气：别管他，让他晒晒太阳、淋淋雨
4. 心理独立性：孩子说被小朋友孤立了怎么办
5. 解决问题的能力：当孩子被嘲弄时，让他自己解决
6. 决策能力：鼓励孩子遇到事情自己做决定
7. 正面自我暗示：别人否定孩子，孩子要自知优点

第五章 随时随地学习，浇“惯”孩子的头脑

学习是一个人一生都要做的事情。

对孩子来说，他们的学习不光是学习知识，更是学习如何立足于社会，并更好地生存的本领。

而且，这个阶段的学习是为以后更大范围、更广阔领域的学习打基础的阶段，所以，显得尤为重要。

在孩子看来，眼前的世界充满了未知和神奇，他们有强烈的好奇心和求知欲去探索，家长要做的就是引导孩子产生兴趣并不断坚持下去。

1. 兴趣培养：让孩子从对学习感到厌烦到对学习感兴趣
2. 注意力：写作业时不要让孩子看电视
3. 寓教于“游戏”：用游戏去“诱惑”孩子学习
4. 细致：让孩子发现试卷上哪些题目不该错
5. 观察能力：让孩子丢掉书本，学会观察外面的世界
6. 创造力：让孩子大胆想象

第六章 好孩子“惯”出来，这个“惯”是习惯

人们做事的很多方式都是遵从习惯而为之的，这个习惯是长期养成的。

好习惯得到好结果，坏习惯得到坏结果，或者得不到任何结果。

对孩子来说，从小培养好习惯将会使他终生获益。

对家长来说，“惯”孩子就是多培养孩子的好习惯，而不是娇惯出他们的坏习惯。

1. 阅读习惯：需要引诱
2. 坚持：每天让孩子做一些体育锻炼
3. 勤劳：家务活琐碎，孩子也要分担一些
4. 吃苦耐劳：让孩子养成不怕吃苦的好习惯
5. 爱整洁：“杂乱”孩子大变身，“惯”出爱清洁的好习惯
6. 独立思考：这是为什么？

让孩子自己去思考

第七章 “惯”出小富翁的财商

财商是不亚于智商和情商的成功因素，在今天这个经济主导型的社会里，财商更加体现出其决定性的作用和价值。

对家长来说，从小培养孩子的财商，“惯”出他们会理财的好习惯，是为他们以后的人生积累更多财富的最佳选择。

1. 孩子为什么要学会理财？
2. 钱的来源：让孩子帮妈妈去取钱
3. 钱的作用：让孩子去打酱油

<<好孩子是惯出来的>>

4.生活中的理财：引导孩子自己支配零花钱和压岁钱

5.关于预算：让孩子拿自己的钱去买玩具

6.关于金钱管理：给孩子设立一个小账户

第八章 好孩子都要习惯“爱”

爱是永恒的主题。

但是，爱自己和爱家人、爱他人、爱集体、爱社会、爱国家、爱民族是完全不同的概念和范畴。

爱自己更多出自于人的本能，而将这种爱延伸开去，就能体现人间的大爱，体现一个人高尚的品德和情操。

这种爱也就会转化为一个人自身的修养和魅力，为自己赢得更多的赞誉。

1.敬老：让孩子多跟老人相处

2.爱动物：让孩子养一种动物

3.种植花草：让孩子体会来自生命的感动

4.同情心：妈妈生病了，让孩子来照顾

5.友谊无价：让孩子交更多的朋友

第九章 父母赏识，“惯”出孩子无与伦比的幸福和快乐

来自父母的赏识是孩子不断进步和提升自己的直接动力。

但是赏识要有度，要恰到好处，要源于实际，要充满理解和宽容，这样的赏识给孩子的是信任、理解、尊重、赞扬、鼓励，这种能够满足孩子内心需要的赏识，可以让孩子在获得动力的同时看到更多的美好事物，体验更多的精彩，获得更多的幸福和快乐。

1.赏识是父母对孩子的信任

2.赏识要有一颗平常心

3.引导：孩子有什么兴趣可以正确引导

4.隐私：“我”的日记不要动！

5.鼓励：让孩子感受更多美好

6.听话或不听话：孩子可以“不听话”

7.缺点：父母也有缺点，应包容孩子的缺点

8.“面子”：孩子也有“面子”，也需要尊重和理解

<<好孩子是惯出来的>>

章节摘录

第一章好孩子不是“管”出来的，是“惯”出来的。好孩子不是“管”出来的，因为“管”本身就含有教训的意味，而这正是孩子逆反心理产生的根源。同时，“管”还意味着替孩子做主，替孩子设计未来的路……有更多家长主观的东西在里面，这些主观的东西会磨灭孩子的个性和追求，对孩子无益。

相反，“惯”则是顺着孩子思路的引导，进而逐步培养孩子的好习惯。

1.好孩子为什么是“惯”出来的？孩子的好习惯是怎么来的？

家长如何培养孩子的好习惯？

强强一年级放暑假的时候，班主任老师给他所在班的同学们留了一项家庭作业——“每天为家里做一件家务”，还要求家长配合做记录并给孩子的作业评分。

强强的妈妈听到以后很高兴，觉得老师的这项作业很有教育意义，他们原来也教过强强做家务，可一直没有坚持下去。

没想到强强却犯了愁，愁眉苦脸地对妈妈说：“妈妈，老师让小朋友每天做一项家务，可是我什么都不会，怎么完成作业呀？”

妈妈笑着对他说：“不会没关系，爸爸妈妈都可以教你呀。”

“那我能做好吗……您会给我评高分吗？”

“你那么聪明，很快就能学会的。”

你如果做得好妈妈当然会给你评高分。

而且，你能分担妈妈的辛苦，妈妈也会很开心的，你想不想让妈妈开心呀？”

强强开心地说：“当然想了，一会儿到家你就教我吧，我好好干，让妈妈开心。”

回到家，妈妈就给强强制订了一个家务计划，先从扫地、倒垃圾等简单易做的小事做起，再到洗拖鞋、擦车等难度稍大一些的事情。

虽然有时候他也不大情愿，需要妈妈一催再催，但时间长了，他就有了做家务的意识，再想起自己的“作业”，就有了责任感。

暑假快结束的时候，有一次妈妈顺手把垃圾丢掉，强强还会问：“咦？

垃圾没有了？

谢谢妈妈帮我倒垃圾。”

看来，孩子已经把家务活当成他自己的任务了。

妈妈觉得，他在这个假期中长大了不少，自己也从心里感觉轻松了许多。

暑假结束后，强强依然承担着家里的部分家务，看来做家务的好习惯他已经养成了。

宁宁大便以后在厕所里大叫：“我上完厕所了，快给我擦屁屁。”

奶奶急急忙忙地边跑边说：“来了来了。”

爸爸喊道：“自己擦，都四岁了还让别人给你擦，不害羞吗？”

宁宁理直气壮地说：“可是，我不会呀。”

奶奶转脸责备爸爸说：“他不会，别让他自己擦了，我去给他弄，自己的孙子，不嫌脏。”

通过以上两个事例的对比我们就可以看出：孩子的好习惯并不是与生俱来的。

我们不是常说“孩子是一张白纸”吗？

任何孩子生下来都是一张白纸，之所以后来性情各异，除了遗传因素外，家长后天的培养起到了很大的作用。

但是，就习惯而言，似乎与遗传没有太大关系，而完全在于后天的培养。

对孩子来说，成长就是一个不断学习的过程。

因为任何习惯、技能、知识都是孩子的盲区，都需要从“不会”到“接触”，再到“会”，最后养成“习惯”的这样一个过程。

如果孩子总拿“不会”当借口，那么等于是不断拒绝来到自己身边的机会，直到最后彻底错失机会。

这也就是我们常看到一些孩子性情乖张，行为不合常理，大毛病、小毛病却不少的原因。

当然，对年幼的孩子来说，习惯的养成更依赖于家人的培养，也就是我们常说的“惯”。

<<好孩子是惯出来的>>

每个家长都会“惯”自己的孩子，但是“惯”会得到两种截然相反的结果。

家长放任、纵容孩子的行为，孩子就会因为多次重复而形成某种习惯，但是因为孩子太小，缺乏是非判断的能力，他们无法区分怎样的行为是正确的，而放任和纵容多半会给孩子养成坏习惯，比如懒惰、拖拉、缺乏责任感、不尊重人等。

家长如果采取引导、规范、纠正、肯定、表扬、鼓励等方式来约束孩子的一些行为，孩子的好习惯就会因为长期坚持而形成。

因为成人是有是非标准的，知道什么样的行为是合理的，是能够带来好的结果的，所以，在这个前提下约束孩子，会有利于孩子好习惯的养成。

相比较前者毫无原则的娇惯，后者给孩子培养好习惯的“惯”则是一种在原则基础上，以引导为前提、以约束为准绳、以养成好习惯为目的的“惯”，这种“惯”显然更有积极意义。

事实上，无论是好习惯还是坏习惯，它们的养成都是一个长期的过程，不会是一两次或者一两天就形成的。

但不同的是，坏习惯的养成是家长缺乏对孩子行为约束的结果，放任、纵容是罪魁祸首；好习惯则是家长严格约束孩子行为的结果，这其中引导、规范、纠正、肯定、表扬、鼓励是必不可少的。

而后者之所以会养成孩子的好习惯，是因为针对孩子错误的行为，家长首先要引导他向正确的方向转变，然后规范他，让他回归正确的轨道，懂得对与错的标准，孩子也就知道之前的行为是不合理的；其次，家长要纠正孩子的一些错误做法，让他不仅回归正确的轨道，而且能够做出正确的举动；再次，对孩子正确的做法，家长应给予肯定，对孩子任何小的进步都给予表扬，鼓励孩子坚持并做得更好。

当然，孩子的一些做法本身就是正确的，家长也需要加以肯定、表扬、鼓励，让孩子将这种正确的做法固定下来，并形成一种好习惯。

拥有好习惯的孩子就应该被定义为家长眼中的好孩子。

好孩子不是天生的，而是后天“惯”——引导和培养的结果。

要“惯”出孩子的好习惯，需要家长引导、规范、纠正、肯定、表扬和鼓励。

2.什么样的孩子是好孩子 判断好孩子的标准是什么？

对孩子来说，好与不好的区别是什么？

每位家长都希望将自己的孩子培养成好孩子。

但是，什么样的孩子算是好孩子，标准究竟是什么呢？

恐怕在家长们的心里都有自己的答案。

这个答案可能会千差万别，却是家长根据自己的体验或者参照周围成功人士的模式勾勒出来的，寄托了他们的期望和梦想。

于是，在这个答案的指引下，家长们前赴后继地奔忙在培养孩子的路上。

他们就像个胸有成竹的雕刻大师一样，夜以继日、不知疲倦地按照自己心中的目标来完成花费一生心血的作品。

最终的结果是，有的作品成功了，取得了令人瞩目的成就；有的作品失败了，体现不出任何价值来，甚至被社会所遗弃。

尽管每位家长心中好孩子的标准不尽相同，但有一些特征还是共同的，比如：听话、诚实、懂事、不懒惰、学习好等。

诚然，在好孩子身上基本上都会具备这几项特征，但这并不是说，具备了这几项特征就一定会是好孩子。

可以毫不讳言地说，一些家长对好孩子标准的定义是失之偏颇的，是自己一厢情愿的想法。

因此，要解决什么是好孩子的标准问题，就要先解决以下两个问题： (1)家长心目中认为的好孩子是不是真正意义上的好孩子？

(2)家长如何培养出好孩子？

关于第一个问题，显然是“仁者见仁，智者见智”的。

从前，有四个妇女在井边打水时夸奖起各自的儿子。

第一个妇女说她的儿子很会唱歌，是四乡八寨的歌王；第二个妇女说她的儿子学问大，私塾先生说他

<<好孩子是惯出来的>>

是状元的材料；第三个妇女说她的儿子是大力士，能摔倒一头大水牛；最后一个妇女很不好意思地说，她儿子没有什么特别的本事，只是个老实的孩子。

说来也巧，四个母亲挑着沉甸甸的一担水，在回家的路上遇到了她们心爱的儿子们。

第一个妇女的儿子看见了气喘吁吁挑着水的妈妈，便引吭高歌，展示自己的歌喉；第二个妇女的儿子也看见了汗流满面挑着水的妈妈，他也吟诗咏经，展现自己的出众才华；第三个妇女的儿子同样看见了筋疲力尽的妈妈，他举起路边的一块大石头，显示自己无人能比的力量；第四个妇女的儿子看到步履蹒跚的妈妈，飞快地跑过去接过母亲的担子，乐呵呵地陪着母亲往家里走……这或许是个杜撰的故事，却很值得玩味。

四个孩子在各自的母亲心中都是好孩子，因为他们都有让母亲自豪和夸耀的本事：一个极有天赋、歌声悦耳；一个博学多才、满腹经纶；一个身强体健、力大无比；一个尽管没有突出的才能，但是很老实，在母亲心中是听话的乖孩子。

但是，从孩子们的表现来看，从客观的角度来评价，至少前三个孩子都难以称得上是好孩子，因为他们连自己的母亲都不放在心上，看到辛劳的母亲第一反应不是上去帮母亲一把，而是忙着展示自己。相比而言，第四个孩子可以算是好孩子。

由这个故事我们可以得出一个结论：好孩子的最起码标准是要有好品德。

“品德是立身之本”，没有好品德，人生的大厦就等于没有地基，倾覆不过是早晚的问题罢了。

至于第二个问题，答案其实很明显。

很多家长因为心中有好孩子的标准，于是会想当然地按照自己的标准来培养孩子，直到孩子变成自己希望的样子。

这样做的结果，很显然扼杀了孩子的天性，也就等于扼杀了孩子的自主意识和创造性，而这一点恰恰是现代人才竞争的最大砝码。

令人遗憾的是，家长们的想当然制造了一大批看上去很美，却总是让人心里觉得别扭的盆景。

事实上，这些幼株原本是可以长成与众不同的、具有自己独特美的盆栽的。

因此，家长要想培养出好孩子，首先得尊重孩子，让孩子的天性和特性得到最大程度的释放，而不是把自以为正确的想法强加在孩子身上，并改造孩子成为自己希望的那种人，而不是孩子可以成为的那种人。

这两个问题的答案也是家长培养好孩子的两个基本原则，至于好孩子的具体标准，因为每个孩子都有自己的个性差异，都有来自不同家庭氛围的个性塑造，也无法给出统一的标准，我们可以参照一下美国学者里恩提出的十五条鉴别优秀儿童的标准：

- (1) 知识和技能：具有基本技巧和知识，能够应用这些技巧解决具体问题。
 - (2) 注意力集中：不容易分心，能在充分的时间里对一个问题集中注意力，以求得解决的办法。
 - (3) 热爱学习：喜欢探讨问题和做作业。
 - (4) 坚持性强：能把指定的任务作为重要目标，用急切的心情去完成它。
 - (5) 反应性好：容易受到启发，对成人的建议和提问能做出积极的反应。
 - (6) 理智的好奇心：从自己解答问题中得到满足，并且能提出新问题。
 - (7) 对挑战的反应：乐意处理比较困难的问题和作业，并进行争论。
 - (8) 敏感性：具有超过年龄的敏锐的观察力。
 - (9) 口头表达的熟练程度：善于正确地运用众多的词汇。
 - (10) 思想灵活：能够及时摆脱自己的偏见，用他人的正确观点看问题。
 - (11) 兴趣广泛：对各种学问和活动都感兴趣，像艺术、戏剧、书法、阅读、数学、科学、音乐、体育活动和社会常识等。
 - (12) 独创性：能够用新颖的或者异常的方法来解决具体问题。
 - (13) 想象力：能够独立思考，富于想象力。
 - (14) 关心集体：乐于参加各种集体活动，助人为乐，与他人融洽相处，对别人不吹毛求疵。
 - (15) 情绪稳定：经常保持自信、愉快和安详，有幽默感，能够适应日常变化，不暴怒。
- 让孩子成为他们可以成为的人，而不是家长希望他们成为的人。

<<好孩子是惯出来的>>

家长培养好孩子的基础是培养孩子良好的品德。

3. “惯”其实就是特殊的“锻炼” 为什么要培养孩子的好习惯？

坏习惯对孩子有什么影响？

家长如何培养孩子的好习惯？

如果家长仔细观察就会发现，孩子的习惯对其性格形成和心理健康影响巨大。

比如：孩子凡事依赖家长，从不自己做主，那性格就会变得被动，缺乏主见，而心理上则对未知、新鲜的事物产生畏惧，害怕去尝试。

反过来，这样的性格和心理又进一步加深他们依赖的行为方式，变成一种恶性循环。

但是，如果孩子自主性、独立性很强，那他的性格就会很开朗、大方、勇敢，心理上也会愿意尝试，充满了开拓精神。

反过来，这种积极的心理和性格又推动了良好习惯的形成和巩固，变成了一种良性循环。

由此可见，习惯所起的重要作用。

因此，可以毫不夸张地说，习惯决定孩子的未来。

这个习惯就是习以为常的行为，是一种稳定的自动化的行为，是经过反复练习而养成的语言、行为、思维等模式，它是刺激与反应之间的稳固链接。

教育家叶圣陶说，教育就是培养习惯。

俄罗斯教育家乌申斯基说得更深刻、更形象：好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生都可以享用它的利息。

而坏习惯是道德上无法偿还的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人，使人最好的创举失败，并把人引到道德破产的地步。

孩子是一张白纸，做画的人是家长，最终会呈现在世人面前一幅怎样的作品，决定权在家长手中。

更确切地说，是看家长培养了孩子的好习惯，还是娇惯出了孩子的坏习惯。

可令人遗憾的是，很多家长陷入了一个教育的误区：他们以为对孩子好，让孩子少吃苦多享福，娇惯着孩子，就是疼孩子、爱孩子，但从长远的角度来看，这样的疼、爱、娇惯却变成了一种实实在在的危害，原因就在于这种过分的爱变相剥夺了孩子经受锻炼、获得某些能力的机会，而当将来需要这些能力的时候，孩子却一无所长，面临被淘汰的危险。

所以，家长的爱没有错，错的是选错了方法，没把握好尺度。

很多家长会以孩子小为理由，觉得孩子弱小，正是需要自己的时候，于是事事代劳和包办，结果孩子理所当然地享受着家人的服务，全然不知属于自己的大好机会已经走过、路过也错过了。

其实，任何能力和习惯都是从小培养的，既要从孩子小的时候培养，也要从小事入手培养。

家长要想培养孩子的好习惯，就必须走好以下几步： 第一步：家长明确思想，培养孩子的好习惯，才能给孩子带来好机会。

如果家长认识不到培养孩子的好习惯对孩子的重要意义，那孩子的一生注定会是失败的一生。

还有家长把教育孩子的希望寄托于学校和老师，也是错误的做法。

因为，学校不可能针对每个学生进行个性化教育，老师要管理几十个学生，也不可能把精力放在某一个或者几个孩子身上。

正所谓“行为决定习惯，习惯决定性格，性格决定命运”，完全可以简化为：习惯决定命运，好习惯带来好命运，坏习惯注定一事无成。

第二步：提高认识，引导孩子产生对某种好习惯的兴趣。

很多家长很容易给孩子养成许多不良习惯，之所以这些不良习惯那么容易养成，是因为孩子本身就对产生这些习惯的事物感兴趣。

比如，孩子爱吃零食，如果不加以控制，孩子就会养成吃零食的坏习惯，导致身体健康出现问题；孩子依赖心比较强，家长如果事事替孩子做，那孩子就会习惯于坐享其成，越来越依赖。

由于孩子本身感兴趣，再加上家长不愿意、不忍心违背孩子的意愿，并把这一切当成是一种对孩子的爱，所以孩子的坏习惯养成得非常容易。

而孩子好习惯的养成则要困难得多，一方面家长首先要纠正孩子的不合理的意愿（比如阻止孩子

<<好孩子是惯出来的>>

吃零食)，另一方面家长要将一种好习惯坚持一段时间并最终使之变成自觉行为。所以，家长首先要提高认识，引导孩子对某种好习惯产生兴趣，并监督孩子坚持下去，直到最后形成。

第三步：明确孩子的行为规范，提出孩子养成某种良好习惯的具体要求。

家长对孩子的要求一定要非常明确。

否则，孩子会对概念产生混淆，不利于孩子更好地将行动落实到具体要求上。

比如：家长要养成孩子有礼貌的好习惯，就必须明确要求孩子与他人见面时要打招呼；要正确地称呼别人；要对别人的帮助表示感谢；分别时要说“再见”……有了这些具体而明确的要求，孩子就知道怎么做了，这非常有利于孩子有礼貌的好习惯的养成。

第四步：养成好习惯需要坚持不懈，才能由被动到主动再到自动。

根据美国心理学家拉施里的动物记忆实验，一种行为重复21天就会变为初步的习惯，重复90天会形成稳定的习惯。

也就是说，初步养成一个习惯需要21天，而形成一个稳定的习惯需要90天。

当然，这只是一个大致的概念。

不同的行为习惯，形成的时间也不相同，总之是坚持的时间越长，习惯越稳定。

第五步：让孩子及时体验好习惯带来的好处。

培养好习惯用加法，改正坏习惯用减法。

家长想让孩子养成什么样的好习惯，就应千方百计地引导他把好的行为不断地重复，重复的次数越多，好习惯越稳固。

同时，让孩子及时体验到习惯的效果，这样更有利于习惯的养成和改进。

比如，孩子养成了有礼貌的好习惯，并得到了大人的表扬、奖励，孩子感到了内心的愉悦，于是更加坚定了养成有礼貌的好习惯的想法。

第六步：家长要给孩子创造良好的氛围，并让这种氛围成为孩子养成良好习惯的支持力量。

未成年孩子的行为更多来自于模仿，所以，家长的行为很重要，家庭环境也很重要。

有了家长给孩子做出的正确示范，孩子就能在其影响和感染下养成好的习惯。

21世纪是两代人相互学习、共同成长的世纪，习惯养成的过程同样会体现出相互学习、共同成长的特点。

培育优良家规、家训、家风的方法，无疑是一个有效的选择，但只有家长与孩子共同遵守，规范才能落到实处，尤其是家长以身作则效果更佳。

习惯决定孩子一生的命运。

家长必须认识到好习惯对孩子一生的影响。

要让孩子养成好习惯，家长必须在做好表率的同时，监督孩子坚持下去。

……

<<好孩子是惯出来的>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>