

<<好孩子好习惯>>

图书基本信息

书名：<<好孩子好习惯>>

13位ISBN编号：9787540736491

10位ISBN编号：7540736496

出版时间：2007-7

出版时间：漓江出版社

作者：孙云晓

页数：252

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>

## &lt;&lt;好孩子好习惯&gt;&gt;

## 前言

今日世界有上万种职业，几乎都需要持证上岗。

譬如汽车司机。

没有驾驶执照是不敢上路的，即使有驾照，一旦违章被警察扣了驾照，也只好乖乖呆着，有车也不敢开。

于是，我就万分纳闷。

做父母几乎是人世间第一艰难而复杂的职业，为什么就不需要任何执照呢？怪不得许多孩子有问题，原因之一便是父母“无照经营”。

呼吁父母持证上岗，眼下似乎是个浪漫的想法，但我敢预言，这迟早将成为一项法律的规定。

我在全国各地巡回讲演过程中，上千万的父母听众，让我看到了太多太多伤心的泪水和绝望的眼神。

于是，我开始久久地思考，可否将包罗万象的家教内容，简要地概括为一种方法。

33年从事儿童教育和研究的经历，尤其是做了23年父亲之后。

我发现，仅靠某一种具体方法的教育是注定要失败的，因为孩子是千差万别的，没有任何一种方法适合所有孩子的教育。

再说。

思想的不同决定了同一方法的效果不同，这表明任何方法都离不开观念的指导。

因此，家庭教育的成功需要一套综合的方法，即将理念、方法、心理、生活方式和亲子关系融为一体，而又简明扼要通俗易懂。

经过多年积累并与诸多专家学者反复探讨。

我终于总结出了五元家教法。

毫无疑问，要提高孩子的素质，首先要提高父母的素质，这种前素质教育是教子成功的关键。

一般来说，父母的教育素质包括教育观念、教育方式和教育能力三大要素，具体可以归纳为五个元素，即现代的教育理念、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，将这五大元素融会贯通即为五元家教法。

现代的教育观念是父母教育素质的核心。

对家庭教育的目标、方向以及父母的教育行为起着制约和指导作用，也是影响家庭教育质量的决定因素。

教育观念至少包含儿童观、亲子观、人才观、教子观等四个方面。

儿童观，即父母对儿童本身及其发展的认识，如孩子是人，是走向成熟的人，是终将独立的人等等；

亲子观，即父母对子女与自己关系的基本看法，如两代人相互学习共同成长等等；人才观，即父母对人才价值的理解，如选择最适合自己的路是成功之路等等；教子观，即父母对自身、对子女发展的影响力和本身能力的认识，如把做人的教育视为家庭教育的核心等等。

科学的教育方法是教育观念和教育行为的综合体现，并直接关系到孩子在家庭中所受教育的效果。

最重要的教育方法至少有4点：1. 教育孩子的前提是了解孩子，了解孩子的前提是尊重孩子；2. 教子成功从培养良好习惯做起；3. 父母身教重于言教；4. 让孩子在体验中和群体中长大，等等。

健康的心理是指，父母心理健康，才会给孩子以积极的影响。

父母在以身作则的前提之下，引导孩子力求做到认识自己、悦纳自己、控制自己，这正是心理健康的重要标准。

这就要求父母有自知之明，由自知而自信而自强，不因成功得意忘形，也不因失败惊慌失措，始终保持乐观向上的稳定情绪，这将使孩子终身受益无穷。

良好的生活方式是保证孩子健康成长的基石。

人是环境的产物，近朱者赤，近墨者黑，一切都是从童年开始的。

教育就是培养习惯。

良好的生活方式才能养成良好的习惯，而良好的习惯才是真正的素质。

在养成良好的生活方式方面，父母的榜样作用尤为重要。

平等和谐的亲子关系是家庭教育成功的必备条件。

## &lt;&lt;好孩子好习惯&gt;&gt;

没有平等，培养不出现代儿童；没有和谐，建设不成民主家庭。

因此，父母不仅应尊重儿童的权利，还要善于发现孩子的独特个性，真诚地学习孩子身上的优点，使教育过程充满理智之爱。

如今，《好父母好方法》和《好孩子好习惯》两本书由漓江出版社出版了，我感到特别的欣慰，因为这是我第一次全面而系统地介绍五元家教法。

虽然，我从事教育与研究工作已有33年，但我不敢说本书是孙云晓33年家教精华，因为年轻时当教师或当记者时，尚谈不上什么家教精华，只有开始了教育探索并有了做父亲的体验，才有了一些经验可以回味与总结。

虽然我出过不少书，但这两本书是我真正具有代表性的教育著作。

这两本书是一个可合可分的整体。

说可合是因为《好父母好方法》重点讲了前三个元素，即现代的教育观念、科学的教育方法和健康的心理，《好孩子好习惯》则重点讲后两个元素，即良好的生活方式和平等和谐的亲子关系。

因此，两本书合起来，才是完整的五元家教法。

为什么又说也可分呢？因为五元家教法的每一个元素都是重要的，都可以独立阅读和参照使用，其中每一个元素都包含了五元家教法的整体思想。

细心的读者或许会发现，整个五元家教法采用了五五结构，即五元中每一个元素分5个要点，每个要点写5篇短文，两本书共由125篇文章组成。

两三千字一篇，既可独立阅读，又可积少成多成为一个系列。

需要说明一点的是，《好孩子好习惯》一书虽然只讲了五元中的二元，但内容并不比《好父母好方法》少，因为收录了几篇读者非常欢迎的作品，如关于中日少年《夏令营中的较量》的介绍，关于少年儿童好习惯培养内容与方法的介绍等等，都非常值得一读。

我曾多次说过，任何一本书或一项研究都是一个千人糕，是许多人心血的结晶。

我感谢我所供职的中国青少年研究中心和《少年儿童研究》杂志社，感谢少年儿童行为习惯与人格的关系研究课题组各位专家。

感谢北京师范大学教育科学研究所研究生颜雪梅协助整理大量书稿，还要感谢所有为我出过书的编辑和出版机构。

可以说，没有他们就没有这两本书的问世。

一本书的问世，好比一个孩子出生，作者自然是其父母，应对其负责任。

也就是说，作者有责任倾听读者的意见，并不断改进，使其臻于完善。

在此，我愿留下一些联系方式，以便与读者朋友沟通。

谢谢读者朋友！

## <<好孩子好习惯>>

### 内容概要

习惯决定命运。

性格决定人生。

怎样使孩子在快乐的成长体验中养成好的习惯？

怎样帮助孩子矫正不良习惯？

如何发现孩子身上的成功者的潜能，使孩子健康成长，走向成功？

这是天下父母都关心的话题。

以现代成功教育理念享誉海内外的著名青少年研究专家孙云晓先生，他的“成功就是发展，成功就是习惯”等教育观念，顺应时代和社会对家庭教育的呼唤与要求，紧扣青少年和父母关心的前沿话题

。他的这本新作，是作者多年来从事青少年教育和研究的精华。

本书分为两大部分共10章，从培养孩子的良好的生活和学习方式、从孩子的日常生活抓起入题，以深入浅出的文字，大量生动鲜活的个案，理性地分析青少年良好习惯养成的重点和难点，科学地归纳出带有普遍意义的结论，并提出极具操作性的具体建议和实施方案，是一本生动有趣的家教实用指导书。

## 作者简介

孙云晓，1955年2月8日生于山东青岛，现为中国青少年研究中心副主任、研究员，中国青少年研究会副会长，中国作家协会全国委员会委员，《少年儿童研究》杂志总编辑，中国社会科学院兼职研究员，北京师范大学兼职教授。

1999年被国务院表彰为“有突出贡献的教育科学研究专家”。

2

## &lt;&lt;好孩子好习惯&gt;&gt;

## 书籍目录

自序：父母的“上岗执照”——谈五元家教法第一篇 良好的生活方式	第一章 儿童教育从体育开始
培养孩子成为体育人口	儿童教育应特别重视体育
解放学校才能解放孩子	多
运动的孩子更安全	不要让肥胖成为孩子健康的杀手
第二章 指导孩子用好电子媒介	预防
孩子患上“电视病”	巧用“停电日”
与孩子一起欣赏动画片	网络文明从习惯养成
开始	让孩子成为网络的主人
第三章 养成读书习惯等于在孩子心里装了一台成长的发动机	
养成爱读书的习惯终身受益	读万卷书，行万里路
不同年龄的孩子读不同的书	让
孩子在读书中感受成功	培养良好的读书习惯
第四章 孩子没有朋友比考试不及格还要严重	
不会合作的人不是现代人	警惕孩子的攻击性
借个孩子去旅行	独生子女的父母们
联合起来	真诚接受孩子的朋友
第五章 帮助孩子制定休闲计划	理财教育要从小开始
让孩子参加什么样的夏令营	做一个对地球负责任的公民
带孩子走研究型学习之路	
让孩子融入社区第二篇 平等和谐的亲子关系	第一章 好的关系胜过许多教育
以柔克刚，以	
静制动	有信任才有教育
宽容高于惩罚	请将“家长”的称谓改为“父母”
不要让孩子畏惧父母	第二章 没有秘密的孩子长不大
秘密是成长的营养品	为孩子创造一片
“野地”	考试分数是孩子的隐私
对青春期要有理解之心和关怀之情	批评孩子要对
症下药	第三章 呼唤父教
父教是不可缺少的	父亲是一本好书
注意父亲的榜样	
别做“第二位母亲”	教孩子遵守规则
第四章 没有尊重就没有教育	没有尊重的爱是一
种伤害	陪孩子做喜欢做的事情
尊重孩子的智慧	不可培养告密者
注意教育忌	
语	第五章 平等是代际沟通的基石
化“代沟”为“代桥”	写信给孩子是交流的好办法
和孩子来个有效的沟通	学会与孩子谈判
让家庆成为亲情的盛典附录	成功宣言
永远的较量	培养少年儿童人格化好习惯
两代人的25个好习惯	一、爱国守法
篇（成人部分）	爱国守法篇（儿童部分）
二、敬业奉献篇（成人部分）	敬业
奉献篇（儿童部分）	三、明礼诚信篇（成人部分）
明礼诚信篇（儿童部分）	四
、团结友善篇（成人部分）	团结友善篇（儿童部分）
五、勤俭自强篇（成人部分）	
勤俭自强篇（儿童部分）	孙云晓35部教育作品目录

## &lt;&lt;好孩子好习惯&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘朋友让生命放射出灿烂光芒。

时常听独生子女的父母们议论起教子之难，说来说去难在一个“独”字：“就这么一根独苗苗，能不娇惯吗？”“这孩子独惯了，就知道他自己，从来不想别人！”“瞧孩子一个人来一个人去，我都替她难受，可让她找伙伴玩去，她还不去！”作为一个独生女的父亲，也作为一个儿童教育的研究者，我深知父母们的焦虑和无奈。

尽管忍不住总会溺爱孩子一些，但历经沧桑的父母们心里明白，独是一种毒呀，不合群的孩子将来会遇到麻烦的。

的确如此，许多事实证明，对于一个孩子的成长来说，没有朋友比考试不及格还要严重。

不会合作的人不是现代人 联合国教科文组织的国际21世纪教育委员会提出：终身学习是21世纪人的通行证，终身学习通过学会求知、学会做事、学会共处、学会做人(生存)而实现。

因此，这四个学会是现代教育的四大支柱，也是每个人一生的知识支柱。

关于“学会共处”的解释为：学会发现他人，尊重多元文化。

学会关心，学会合作，学会与他人共同生活。

应试教育制造了你死我活的淘汰机制，又由于不恰当的鼓励竞争，使不少孩子养成了攻击性。

南方某大城市一位四年级小学女生没来上课，同学们非常奇怪：她是数学尖子，怎么会缺课呢？老师解释说：“她请假了，因为爷爷去世了，她在家办理丧事。”

老师话音未落，教室里一片欢呼声：“噢，她爷爷可死了！平时我们竞争不过她，因为她爷爷是个数学教授！”“这下可好了，我们可以超过她了！”许多孩子开心地敲桌子跺脚，老师耳闻目睹后毛骨悚然：“这是一群小学生还是一群小狼呀？怎么这样缺乏同情心呢？”可见，如何引导孩子友好相处、学会合作是班集体建设的重要内容，也是家庭教育永恒的课题。

谈起合作教育，也许有些父母觉得，“光会合作不会竞争，肯定吃亏！”我曾经听到有的父母这样说：“现在都是竞争的社会了，还谈什么合作？”如今社会的确是发展了，但不是更封闭了。

而是人与人之间合作的机会更多了。

过去是万事不求人，现在不行了，在当今的社会里，合作比竞争更重要。

在这方面，看一看北京中关村的发展就知道了。

中关村在中国人乃至整个世界的耳朵里，都是一个非常响亮的名字。

为什么这么说？因为“中关村是一个象征，她象征着中国的信息产业，象征着高科技、先进的管理、激烈的国际竞争以及迅速积累的财富；中关村是一个传奇，从1984年到1998年，中国最杰出的知识分子在中关村白手闯天下，创下了一年销售逾千亿的经济奇迹；在与IBM、微软等超级巨头的直接对抗中，中关村越战越强”。

这是《知识英雄——影响中关村的50人》一书中的开篇语。

的确，在当今这样一个时代，知识所创造的正是一个个神话！而这些神话的书写者，正是那些被人们称为“知识英雄”的人。

他们的成功秘诀是什么？在这50个人中，他们每一个人都有自己的个性，都有自己的人格魅力和传奇故事，因此，他们的成功秘诀自然是各种各样的。

P56-57

## <<好孩子好习惯>>

### 媒体关注与评论

书评 孙云晓的不少作品曾在国内产生广泛影响。

他的作品有以下特点：人文关怀突出，用孩子的眼光看待孩子，紧紧抓住沿话题，真心面对，真诚沟通，等等。

总之，他的著作有一个鲜明的特色，就是理解人、尊重人、关爱人、解放人。

——中央教育科学研究所副所长、研究员 田慧生 孙云晓是一个才思敏捷、锐意创新的人，一个愿意敞开胸怀来理解和拥抱青少年的人，一个保持着童心和童趣的人。

本书再一次体现了他的这样一种文风和人品。

——北京师范大学原教育系主任、教授、博士生导师《中国教师》杂志总编辑 劳凯声 孙云晓是很有思想的研究者，他提出成功就是发展、成功就是选择、成功就是和谐的新成功观，倡导唤醒孩子心中沉睡的巨人，这将对中国教育产生重大影响。

其实，不论是好生教育还是差生教育关键都是信心教育。

——中国科学院心理研究所教授、博士生导师 王极盛 孙云晓先生的研究令人敬佩，他发现了许多被人忽略的问题，他提出的见解令人耳目一新。

——日本青少年研究所所长、教授 千石保

<<好孩子好习惯>>

编辑推荐

《好孩子好习惯:孙云晓23年家教精华》(新版)10年150个城市1000多场报告, 30多部专著, 总发行量超过1000万册, 唤醒亿万孩子心中沉睡的巨人。

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>