

<<决定孩子命运的12个习惯>>

图书基本信息

书名：<<决定孩子命运的12个习惯>>

13位ISBN编号：9787302292579

10位ISBN编号：7302292574

出版时间：2012-8

出版时间：清华大学出版社

作者：林格

页数：238

字数：198000

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>

<<决定孩子命运的12个习惯>>

前言

培养良好习惯是素质教育的归宿。

一个中国的博士曾对德国的酒鬼做了细致地观察：他发现，在德国即使是一个喝醉了的酒鬼，也不会随地乱扔酒瓶；而是摇摇晃晃地到处为手里的空酒瓶子寻找垃圾箱；找到后还会努力定定神，仔细看一下垃圾分类，再把瓶子放进去……这就是典型的习惯行为。

德国人以认真闻名世界，可能正是因为细节的养成所致。

著名教育家乌申斯基说：“如果你养成好的习惯，你一辈子都享受不尽它的利息；如果你养成了坏的习惯，你一辈子都偿还不尽它的债务；坏习惯能以它不断增长的利息让你最好的计划破产……”习惯是养成教育的结果，养成良好的习惯是行为的最高层次。

习惯是经过反复练习而养成的语言、思维、行为等生活方式，它是人们头脑中建立起来的一系列条件反射，这种条件反射是在重复出现且有规律的刺激下形成的，并且在大脑中建立了稳固的神经联系，只要再接触相同的刺激，就会自然地出现相同的反应，所以说习惯是条件反射长期积累、反复强化的产物。

从心理机制上看，它是一种需要，一旦形成习惯，就会变成人的一种需要，如果不这样做，就会感到很别扭。

北京师范大学心理学教授林崇德曾对习惯有一个非常形象的描述：习惯就是心里痒痒的感觉。

好比爱逛街的女人看见商场就产生一种心里痒痒的感觉，就想赶紧去逛，不让她逛，她心里就会难受。

因为习惯是一种动力定型，是条件反射长期积累和强化的结果，因此必须经过长期、反复的训练才能形成。

严格要求、反复训练，是形成良好习惯最基本的方法。

实践证明，真正的教育不在于说教，而在于对孩子养成良好习惯的反复训练。

如果只重视道德认识的提高，只强调道德标准和规则的掌握，而忽视行为实践，不引导和要求学生切实付诸行动，我们的思想品德教育就没有生命力，孩子就容易养成言行不一致的恶习，从而背离教育目标。

养成教育的内容很广泛，怎样举一反三，怎样从小处着手，是最重要的问题。

这12个习惯的提出，参考了由孙云晓教授主持的“少年儿童行为习惯与人格关系”课题的系列成果，还参考了由关鸿羽教授撰写的《教育就是培养习惯》一书中关于习惯内容的分析与选择方面的内容。这里的任何一个习惯都渗透了多种重要的教育思想，很多几乎可以成为一所学校的校训，或者孩子的座右铭。

需要特别说明的是，本书的部分文字整理工作由我的学术助理吴贤春协助完成。

另外，为了使之更加具有可读性，特邀请贾洪涛老师创作了“主题延伸阅读”。

本书还有一个特点就是家庭、学校、学生合作互动，完成学习、训练、评价一体化的科学操作规程，按照对比表格来实现，简单易行，举一反三。

特别需要强调的是，所有的训练应当以家庭为中心，家庭是习惯的学校。

本书分为两部分：第一部分是习惯进行一个概括性的阐述；第二部分是12个重要习惯的序列化训练方案。

<<决定孩子命运的12个习惯>>

内容概要

好习惯是人才这棵参天大树的重要根基，树在种的时候就要扎好根，人在小的时候就要训练出好习惯。

嘴皮磨破了，眼睛盯酸了，人也累瘦了，孩子还是没管好。

培养孩子光有热情可不行，手法强硬还会适得其反。

本书打破以往枯燥的说教，以一种活泼的方式，充分调动学校、家长、孩子三方，在短短21天内就培养一个可以使孩子终身受益的好习惯。

书中除了“21天训练方案”外，还有评估方案，使您科学见证训练效果，每个习惯都配有“主题延伸阅读”，是一篇篇连续剧般的班级小故事。

您的孩子是他，还是她，如何才能成为优秀的“她”，相信通过《决定孩子命运的12个习惯（珍藏版）》您能得到满意的答案。

《决定孩子命运的12个习惯（珍藏版）》的序列化训练方案，本着科学、实用的设计理念，使您在轻松、愉快、和谐的氛围中，完成关乎孩子一生命运的大事业。

<<决定孩子命运的12个习惯>>

作者简介

林格，当代中国具有广泛影响力的教育专家之一，现任中国关心下一代工作委员会专家委员会副主任、中国教育内涵改革整体解决方案首席专家，教育作品有《教育是一种大智慧》、《教育就是培养习惯》、《教育是没有用的——回归教育本质》等。

<<决定孩子命运的12个习惯>>

书籍目录

第一部分 养成教育的意义与方法

养成教育意义重大

养成教育的四种方法

第二部分 养成教育序列化训练方案

习惯一：把一件事情做到底

习惯二：孝敬父母

习惯三：做事有计划

习惯四：坚持每天锻炼身体

习惯五：用过的东西放回原处几

习惯六：干干净净迎接每一天

习惯七：耐心听他人说话

习惯八：自己的事情自己做

习惯九：微笑待人

习惯十：说了就一定要努力去做八

习惯十一：认真写字

习惯十二：在错误中反思自己

<<决定孩子命运的12个习惯>>

章节摘录

版权页：插图：2.案例 很多人忆及学生时代时，最难以忘怀的往往是那些可爱的伙伴。

很多事实也证明，孩子有一个好的同龄榜样，终身受益。

有一位学生回忆自己高中时的同桌时说：我高中的同桌叫赵连城，他和我住一个宿舍，我们每天形影不离，学习、吃饭、睡觉……所有的事情都在一起。

我们是当年中考的前两名，他只比我高1.5分。

我们是好朋友，也是竞争的对手。

他的英语和数学比我好，我的物理和化学比他好，所以我们经常在一起讨论问题。

我们在学习上互相帮助鼓励，当有一个人在学习上遇到困难的时候，另外一个总是鼓励对方。

和连城同桌两年时间，其中经历了无数的考试。

记得我们的班主任数学老师经常在晚自习的时候突然进来，一脸严肃地对大家说：cc先把手上的东西收起来，咱们考一下！

”每当这个时候，就是我和他的一次较量。

我们总是在考试的过程中暗暗赛着速度，在考试的结果上赛着分数。

一般的时候都是我的速度比他稍微快一点，而他的成绩比我稍高一些。

因为有了这个竞争对手，我在高中枯燥的学习中才更有动力。

大学四年和连城的联系并不是很多，但是每每打电话时，都感觉到和他的友谊之诚、之真，那些情谊和关爱正是我们的进步之源。

这样看来，榜样（尤其是同龄榜样）在孩子学习、生活中的位置十分重要。

萧伯纳曾说：“你有一个苹果，我有一个苹果，彼此交换，每个人只有一个苹果。

你有一种思想，我有一种思想，彼此交换，每个人就有了两种思想。

”刘邦也曾说：“夫运筹帷幄之中，决胜千里之外，吾不如子房；镇国家，抚百姓，给饷馈，不绝粮道，吾不如萧何；连百万之众，战必胜，攻必取，吾不如韩信。

三者皆人杰，吾能用之，此吾所以取天下者也。

”如果孩子能与自己的榜样（尤其是同龄榜样）充分共享有利条件，就能营造出一种你追我赶的氛围，形成海纳百川的胸怀。

这不仅是一种学习和竞争，也是一种高层次的人生境界。

3.要求和原则 “孟母三迁”，为的是给孩子一个良好的环境。

榜样也是孩子身边环境的一部分。

给孩子选择榜样应遵循什么原则呢？

父母是孩子最天然、最近的榜样，运用榜样法，父母首先就要“正己”，想方设法从各个方面为孩子做出表率来。

除了父母外，其他人的榜样作用也是不可忽略的。

也许有人说，那就“择优为邻”，找那些各方面表现都很优异的人作为孩子的榜样。

这种想法无可厚非，但是不是一定要这样呢？

其实，孩子身边的伙伴，哪怕他身上有一点值得孩子学习的地方，比如学习特别认真、特别守时、很有礼貌、遵守交通规则等，都是值得孩子学习的榜样。

如果刻意寻找那些最优秀的同龄人做比较，由于目标太高，反而不利于孩子的进步。

因此，选择合适的目标，应当成为寻找榜样的一个重要原则。

<<决定孩子命运的12个习惯>>

媒体关注与评论

成为偶像，独领风骚，私人如许，客属之骄。

——郭思乐（教育家，广东省教科所所长、教授、博士生导师，生本教育创始人） 当前的教育改革呼唤教育的思想家、实践家、先行者和引导者，林格先生做到了。

——陈春梅（知名校长，厦门金尚小学校长） 加强未成年人思想道德建设必须求真务实，青少年时期是长身体、长知识的重要时期，是对他们进行道德情操、心理品质和行为习惯养成教育的最佳时期。

——陆士桢（著名教育专家，中国青年政治学院党委书记、常务副院长） 智育是良好的思维习惯，德育是细小的行为习惯，素质教育勤口体现在人的细小的行为上。

《决定孩子命运的12个习惯》是一套严谨、客观、科学的训练方案，是我国关于养成教育方面的又一朵奇葩，我郑重推荐给家长、教师以及中小學生。

——孙蒲远（全国著名特级教师，全国优秀少先队辅导员，现任教于北京史家胡同小学）

<<决定孩子命运的12个习惯>>

编辑推荐

《决定孩子命运的12个习惯(珍藏版)》的序列化训练方案，本着科学、实用的设计理念，使您在轻松、愉快、和谐的氛围中，完成关乎孩子一生命运的大事业。

<<决定孩子命运的12个习惯>>

名人推荐

成为偶像，独领风骚，私人如许，客属之骄。

——郭思乐（教育家，广东省教科所所长、教授、博士生导师，生本教育创始人）当前的教育改革呼唤教育的思想家、实践家、先行者和引导者，林格先生做到了。

——陈春梅（知名校长，厦门金尚小学校长）加强未成年人思想道德建设必须求真务实，青少年时期是长身体、长知识的重要时期，是对他们进行道德情操、心理品质和行为习惯养成教育的最佳时期。

——陆士桢（著名教育专家，中国青年政治学院党委书记、常务副院长）智育是良好的思维习惯，德育是细小的行为习惯，素质教育更加体现在人的细小的行为上。

《决定孩子命运的12个习惯》是一套严谨、客观、科学的训练方案，是我国关于养成教育方面的又一朵奇葩，我郑重推荐给家长、教师以及中小学生。

——孙蒲远（全国著名特级教师，全国优秀少先队辅导员，现任教于北京史家胡同小学）

<<决定孩子命运的12个习惯>>

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>