

《家有家规》

图书基本信息

书名：《家有家规》

13位ISBN编号：9787212059286

10位ISBN编号：7212059285

出版时间：2013-1

出版社：安徽人民出版社

作者：东子

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《家有家规》

内容概要

《家有家规》内容简介：在家庭里，要想使家长科学教子，让孩子守规矩，就得有章可循，这个章就是家规。《家有家规》共分为七章，围绕“父母如何科学地管教孩子”这个主题，主要讲述了父母合理管教孩子的重要性和方法，如何帮助孩子培养良好的生活习惯、积极向上的兴趣爱好和正确人格。在书中，作者还指出了家长在管教孩子过程中容易陷入的几个误区，具有很高的指导意义。全书文字深入浅出，事例生动活泼，具有很强的实用性和可操作性，为我们树立了家庭教育可以达到的新高度。

《家有家规》

作者简介

东子，原名范景宇，1966年11月生于吉林扶余，中国第一套心理咨询手记丛书作者，“父亲教育”和“快乐教育”的积极倡导者和践行者，2009年中国十大最具影响力家教作家之一。从事心理咨询和教育研究20年来，出版《好爸爸胜过好老师》、《做父亲的幸福》等著作30余部，作品累计销量110多万册。应邀到北京、上海、广州、重庆、西安、南京等100多个城市作相关讲座1000多场。

东子用自己独创的教育理念，使女儿范姜国一边玩边学，玩出了一个“品行好、能力强、分数高”的阳光女孩。不满16岁考取重点大学，出版了4部畅销书，人民日报、中国教育报、中国青年报、中央电视台等海内外800多家媒体报道过东子的教育理念和教子经验。

书籍目录

- 前言：培养一个文明有规的好孩子
——关于家庭教育方法的调查报告 / 001
- 第一章 合理管教，平衡自由与管束
1. 有规矩才能成方圆 / 003
 2. 传统教育不能弃 / 006
 3. 那些现代家庭对家规的误解 / 009
 4. 从小事中培养孩子“规矩”意识 / 013
 5. 不吼不叫是一种教育智慧 / 017
 6. 我的合理管教成就了女儿的优秀 / 021
- 第二章 做事有条理，成长不烦恼
1. 做事有条理的孩子易成才 / 027
 2. 孩子好好睡觉有窍门 / 032
 3. 要从小养成好的饮食习惯 / 037
 4. 看电视要有度 / 042
 5. 谁说谈“网”就色变 / 046
 6. 给孩子一个健康的体魄 / 050
 7. 小游戏，大改变 / 055
 8. 多听听孩子的“故事” / 060
- 第三章 良好的学习习惯，成就大未来
1. 让阅读成为一种习惯 / 067
 2. 写好字也是一种学习 / 073
 3. 孩子的事情让他自己去做 / 078
 4. 孩子要承担必要的家务 / 083
 5. 为孩子补上劳动这一课 / 089
 6. 帮孩子树立一个目标 / 095
 7. 不要陪孩子写作业 / 100
- 第四章 挖掘潜能，做孩子的伯乐
1. 让孩子在“玩”中学 / 107
 2. 发现孩子的性格优势 / 112
 3. 你的忽视，会害了孩子的一生 / 117
 4. 唤醒孩子的创新力 / 122
 5. 用好奇心“钓”出孩子的求知欲望 / 127
 6. 培养爱好，贵在坚持 / 132
- 第五章 晓事明理，彰显人格魅力
1. 与人分享才能更快乐 / 139
 2. 孩子的礼仪价值百万 / 144
 3. 晓事明理不能儿戏 / 149
 4. 孩子，你要懂得保护自己 / 153
 5. 做错事要勇于向孩子道歉 / 158
 6. 宽容的价值 / 163
 7. 赠人玫瑰，手有余香 / 168
- 第六章 感恩教育，要从小做起
1. 教育的根本从孝顺开始 / 175
 2. 感恩高于一切 / 180
 3. 物质再富有，也要让孩子知道节俭 / 188
 4. 孩子的零花钱不要乱给 / 193
 5. 多带孩子回乡下 / 198

6. 把孩子送进好学校就可以了吗？ / 203

第七章 家有家规，孩子更出色

1. 要和孩子一起制定家规 / 211

2. 家规要对孩子奖惩分明 / 216

3. 奖励与惩罚都要明确标准 / 222

4. 孩子要为自己的行为负责 / 228

5. 做孩子执行家规的榜样 / 235

《家有家规》

精彩书评

1、在家庭里，要想使家长科学教子，让孩子守规矩，就得有章可循，这个章就是家规。《家有家规》共分为七章，围绕“父母如何科学地管教孩子”这个主题，主要讲述了父母合理管教孩子的重要性和方法，如何帮助孩子培养良好的生活习惯、积极向上的兴趣爱好和正确人格。在书中，作者还指出了家长在管教孩子过程中容易陷入的几个误区，具有很高的指导意义。全书文字深入浅出，事例生动活泼，具有很强的实用性和可操作性，为我们树立了家庭教育可以达到的新高度。

1、《家有家规》的笔记-前言

培养一个文明有规的好孩子

——关于家庭教育方法的调查报告

一个家庭为了孩子的健康成长，要有良好的家庭教育方法。为了解现代家庭的教育方法以及现代家长对家庭教育方法的认识，我于2012年3~4月间，通过新浪博客（东子教育）举办了关于家庭教育方法的调查。

来自上海、湖北、河北、四川、辽宁、北京、河南、山西、陕西、江苏、广东等19个省市自治区的107位家长参与了此次问卷调查，其中孩子父亲6位占5.5%，孩子母亲101位占94.5%；幼儿家长58位占54.2%，小学生家长41位占38.3%，初中生家长6位占5.6%，高中生家长2位占1.9%；孩子为男孩的58位占54.2%，女孩的49位占45.8%。

家长所受教育程度：博士1位占0.1%，硕士7位占6.5%，本科51位占47.7%，专科34位占31.2%，专科以下14位占13.1%；家长的职业构成相对繁杂，主要有：公司职员35位占32.7%，教师21位占19.6%，公务员9位占8.4%，自由职业8位占7.5%，公司主管、个体经商、医护人员、全职妈妈均为7位分别占6.5%，其他6位占5.6%。

调查问卷的三个问题分别为：

1. 您的小家庭有相应的教育方法吗？如有，是如何规定的？

在这个问题上，只有4个家庭有相对完整的家庭教育方法，有半数的家庭有些不成文、不细致的家庭教育方法，但这些教育方法几乎都是针对孩子成长的，没有对家长做出规定；余下的将近半数没有成文的教育方法或正在考虑如何制定。

广东省深圳市小学教师、刚满1周岁女孩妈妈：

我们家现在还没有考虑如何对孩子进行教育，但是看到东子老师的这个调查后，觉得应该认真做一个家庭教育方法，为女儿的健康成长打下基础。我觉得要制定家庭教育方法，还要和老公商量（因为女儿刚1岁），同时征求公公婆婆、爸爸妈妈的意见。

虽然他们没有制定明确的教育方法，但是在他们心里一定有着某种原则或者是应该怎样做的大概标准。因为相对来说，他们算是比较成功的父母，间接培养出了我们现在幸福的小家庭。

浙江省水利厅公务员、9周岁半双胞胎儿子妈妈：

我们家针对孩子的教育方法，但并不是一直存在，是发现孩子在行为、习惯等方面的问题之后，才意识到应该给孩子制定一个明确的教育方法，以便培养其良好的行为习惯。我家的家庭教育方法，也就是家规如下：（1）出门前要向家里所有人道别；（2）见到有人进家门，要马上打招呼；（3）礼貌用语常挂嘴边；（4）不说脏话；（5）别人跟你说话，马上应答；（6）文明礼貌，说话和气；（7）乐观开朗，不乱发脾气；（8）兄弟俩团结友爱；（9）有好东西要与别人分享；（10）不随手乱扔垃圾；（11）使用完物品（玩具），马上放回原处；（12）做完作业及时把书包、书桌理整齐；（13）合理安排时间，先做作业后玩耍；（14）作业字迹清楚、端正；（15）参加力所能及的家务劳动。

上海市著名记者、2岁半男孩妈妈：

我们家有些小规定。比如：（1）小孩子要养成好习惯，早睡早起；（2）要多吃主食饭菜，少吃零食；（3）不许撒谎，不许骂人、打人；（4）不许缠着要妈妈抱；（5）要自己睡小床；（6）要尊重长辈、老师、父母，见人要微笑打招呼等。

浙江省海宁市小学教师、4岁男孩妈妈：

记得在孩子2岁多时，我们一家人曾讨论过自家的家庭教育方法，现在孩子已经快满4周岁了，平常生活中，我们大人、小孩也以“家规”作为行动的指南。其实家庭教育方法应该是一个家庭生活的核心精神，我们深知教育孩子不仅是一项艰巨的任务，更是一项伟大的事业。

2岁多的小孩儿，在教育的征途上刚迈出最稚嫩的脚步。九条家庭规定起始于孩子发脾气时，爸爸非常明确地说：“我们坚决不做乌云家庭，我们要做彩虹家庭。因为我们要有彩虹的微笑，不要有乌云的哭泣。”

今天，我重新拿出两年前的这份“彩虹家庭”的家规，整理如下：（1）做人，人品是最主要的；（2

《家有家规》

) 自己的事自己想办法解决, 有困难时一起努力; (3) 保持自己玩具的整洁, 玩好后送它们回家; (4) 为父母分担一些小家务; (5) 晚8:30必须睡觉; (6) 安排好丰富多彩的生活: 摄影、看书、养花等; (7) 爱上阅读, 坚持每天阅读; (8) 布置好家庭的环境; (9) 怀有感恩之心: 对家人、对老师、对朋友……

北京市朝阳区广告公司职员、1岁女孩妈妈:

目前我们还没有一个整套的家庭教育方法。因为孩子尚小, 只在生活习惯方面有简单的规定, 如吃饭一定要坐在餐椅上之类的。目前仍处于我们学习如何做好父母的阶段, 希望先要求自己 and 丈夫做个称职的家长。

河北省邢台市个体经商、8周岁男孩妈妈:

我的家庭有一些小小的规定: 一是每个人都要讲卫生, 保持家里干净、整洁; 二是要求孩子不许撒谎, 不许随便拿别人的东西; 三是要求孩子要敢说话。

江苏省常州市商业管理、8岁男孩妈妈:

我家有规定, 但规定的不多。比如: 每周一至周四, 放学回家后可以看半个小时电视, 但内容仅限于新闻、科教、记录等; 每周末可以看动画片、玩电脑, 但每次不能超过半小时; 睡觉前20分钟看书或听故事; 课本上的内容在学校学好, 尽量不要带回家来学。

陕西省西安市人事行政主管、4岁女孩妈妈:

我家是有家规的, 比如: 夫妻都要帮忙做家务; 每天吃饭、睡觉要有规律; 家庭日常开支要有计划; 接人待物要有礼貌; 要孝顺老人, 尊重孩子; 晚上睡觉前家长要陪孩子阅读; 大人和孩子看电视的时间不能超过一个小时; 拿别人的东西一定要经别人同意才可以。

河南省平顶山市公司会计、8岁女孩妈妈:

我的家庭有规定, 如孩子三四岁时, 规定不能躺在地上撒泼, 遇事要学会沟通、讲道理; 孩子五六岁时, 规定可以独自在楼下玩, 但不能离开院子; 孩子上学后, 规定放学后得先写完作业再去玩。

2. 您的父母有家规吗? 对您的成长有何影响?

有三分之二的家长称自己的成长受到过家庭教育方法的影响, 父母有些不成文、不细致的家规, 余下三分之一的家长没有感受到家庭教育方法对其的影响, 但是不管是否有家庭教育方法, 父母的身教对其影响很大。

陕西省西安市人事行政主管、4岁女孩妈妈:

小时候, 我爸爸妈妈对我是有一套教育方法的。比如: 自己能做的事情自己做, 绝不依靠别人; 大人说话小孩不能插嘴; 要坐有坐相, 站有站相; 做事情要有计划, 未雨绸缪; 做人要诚实守信, 答应别人的事情一定要做到; 对老人要孝敬。我是一个农村长大的孩子, 父母的家规让我学会自立和勤劳, 可能因为条件差的原因, 我们兄妹几个都很节约、朴素, 同时也因为家规都是老一辈相传下来, 没有新的改进, 我们身上总缺少自信和阳光, 对父亲总有种畏惧感。

浙江省海宁市小学教师、4岁男孩妈妈:

我和我先生一起回忆过家中的家规, 先生家的家规还是比较严格的, 基本注重小细节方面的引导。虽然没有写成文字, 但家规在口头上是反复念叨的。比如做一件小事, 父亲就鼓励儿子: “只要你认真投入去做, 一定能慢慢做好”; 比如遇到困难, 父亲就教导儿子: “办法总比困难多”; 比如父亲老讲自己的生活智慧“越做越产生智慧”。我们发现这些话对我们的指导意义很大, 至少让我们掌握了一些应对事情、生活中的困难的方法, 所以我们会把这些“爷爷语录”讲给孩子听, 成为指导孩子生活细节的一部分。

上海市著名记者、2岁半男孩妈妈:

我父母是有家规的。比如: (1) 尊重长辈、父母、老师; (2) 不能撒谎, 不许骂人、打人; (3) 要多吃主食饭菜, 少吃零食; (4) 大带小, 兄带弟, 姐带妹; (5) 从小独立, 多动脑子, 自己的问题自己解决等。父母给我们立的规矩让我们从小就学会了独立, 养成了好习惯, 让我们兄妹身心都得到了健康成长。

江苏省常州市商业管理、8岁男孩妈妈:

我父母没有家规, 我觉得这个家规还可以理解成是一种引导, 因为缺乏必要的引导, 我在以后的生活中缺乏目标, 所以现在身感为人母的重大责任, 常以自身作为反面例子, 避免我的问题在孩子身上再次上演。

河南省平顶山市公司会计、8岁女孩妈妈:

《家有家规》

父母在我小时候也定了规定，如：不能拿筷子在盘子里上翻下翻挑肉，不能未经允许翻别人口袋，量入为出、不乱花钱等。这些对我的成长有很大帮助，让我懂事并理解父母。

湖北省武汉市7岁男孩的全职妈妈：

我们的家规都是在教育过程中不知不觉形成的，也没有成文的规定，但孩子会自觉遵守。比如：吃饭不看电视；家务劳动分工；饭前不吃零食；不管是谁的错误，无论年龄大小，错的一方必须给对的一方道歉等。

湖北省武汉市7岁男孩的全职妈妈：

我们父母是没有家规的。父亲是法官，很严厉，只要他一个眼神，我们就知道什么是不能触犯的。妈妈是农民，没啥知识，无从谈起制定家规，只是在我们做错事情的时候，会给予适当的批评教育。

北京市朝阳区广告公司职员、1岁女孩妈妈：

我的父母对我没有制定家庭教育方法，但小的时候跟爷爷奶奶在一起生活，爷爷是军人，对我和表姐要求很严格，包括作息、纪律等。那时候我形成了比较好的习惯，但后来没怎么坚持下来，可在严谨、有条理、守纪律、诚实、礼貌等方面，我认为还是有很大的影响的。

3. 您认为现代家庭应该有对孩子实施管教的家规吗？为什么？

所有参与调查的家长，都认为现代家庭应该有对孩子实施管教的家规，原因是感觉现在的孩子太没样了，应该好好教育，对孩子有一定的约束才能让其更健康地成长。

浙江省海宁市小学教师、4岁男孩妈妈：

对于现代家庭管教孩子的问题，我的想法是应该制定家规。我看过一些家庭教育方面的书，特别是奥巴马讲述自己家的家规的书，对我的触动很大。家规应该是家庭生活中的“精神财富”，对人的影响比较深远。但是家规要定成什么样，要依照自己家中的实际情况来进行具体分析，商定并履行。

浙江省水利厅公务员、9周岁半双胞胎儿子妈妈：

我认为现代社会需要有家规。我们小的时候，虽然物质上不富裕，但社会风气比较好，“近朱者赤，近墨者黑”，所以尽管没有明确的家规，但自然养成了良好的品行；如今，人们功利性强，心态浮躁，孩子从电视节目、网络中会获得很多不良信息，所以必须用家规予以规范。

广东省深圳市小学教师、刚满1周岁女孩妈妈：

对孩子制定家规是一个非常好的家庭教育方法，目标明确，让家庭成员共同遵守并维护，有利于促进家庭成员共同进步以及促进家庭的和谐发展，让家庭更幸福。有了家规，比如父母违反了也要按照规定做出相应的“惩罚”措施，增强父母言传身教的影响力，也有利于培养孩子的责任心和是非观。其次，有了家规，也有了客观依据，孩子做错了不会觉得是成人在用权威压制他们。总之，我觉得应该用家规来约束和管教孩子。

重庆市万州区主治医师、4岁女孩的爸爸：

虽然我家没有家规，但是我认为还是有必要制定一套家规的，这对孩子和家庭都有好处。我爱人是教师，无论是教育孩子还是其他事务，平时都是她说了算，有了家规就可以更加民主一些。

湖北省武汉市7岁男孩的全职妈妈：

应该有。家规会让孩子有次序感，有正义感，有责任感，还有就是家规不能只针对孩子，大人也必须遵守，这样孩子就有了“我是家里平等的一员”的想法。

北京市朝阳区广告公司职员、1岁女孩妈妈：

我认为现代家庭有家规挺好的，家规不一定是对孩子提出的要求，对家庭每个成员都应该有要求，教育本身也不是光父母教育孩子，父母要以身作则，自己就要先遵守规定，才能影响到孩子。

河北省邢台市个体经商、8周岁男孩妈妈：

我认为现代家庭也应该有家规，但要建立在民主平等的基础上。

江苏省常州市商业管理、8岁男孩妈妈：

应该有。俗话说“没有规矩不成方圆”，虽然此话听上去过于苛刻，但在小孩子未形成良好的习惯之前，定一些规则是对他的一种引导，养成习惯后也就会自然而然地那么做了，孩子要管才成才，当然这个家规并不是指那种严厉的体罚。

陕西省西安市人事行政主管、4岁女孩妈妈：

我认为，哪个时代的家庭都应该有家规。国家有法律，是为了约束大家；家庭有家规，是为了教育好子女，规范父母的行为。所谓没有的规矩，无以成方圆！但是家规要根据自身家庭情况而定，要适合家庭需要，要合情合理，不能总是要求孩子，而对大人没有规定。

《家有家规》

河南省平顶山市公司会计、8岁女孩妈妈：

我认为现代家庭应该有合理的对孩子的管教方法，人类是群居动物，不可避免地要相互接触、相互影响，规矩可以使人与人之间相处得更融洽。

东子综述：

本次调查，参与的家长地域广泛，涵盖了近20个省市自治区；职业构成繁多，100多人中有20多个职业，公司白领和学校教师占了主流，尤其是教师（含大中小学和幼儿教师）竟然占了全部人数的五分之一，这充分说明“教师”这一群体，更加关注孩子的成长；所受教育程度以大学为主，兼有少量的高学历和大专以下学历的家长，这说明现在的家长整体文化素质较高；但是遗憾的是，在100多位参与调查的家长中，孩子父亲只有6位，这也再次验证了当下“父教”的不足。

正如浙江省海宁市小学教师、4岁男孩妈妈所说，其实制定合理的家庭教育方法应该是一个家庭生活的核心精神，教育孩子不仅是一项艰巨的任务，更是一项伟大的事业。家规一般在孩子幼儿期制定，但是也有很多如浙江省水利厅公务员、9周岁半双胞胎儿子妈妈家的情况一样，不是一直就有家规，而是发现孩子在行为习惯等方面的问题之后，意识到应该给孩子明确的管教方法，随后制定了家规，这样的家规针对性较强，对孩子的成长更为有利。

即便有家规，如果家长自身行为不端或不能够以身作则，也形同虚设，而没有明确的家规，如果家长有好的品行和习惯，也会自然传给孩子。就比如北京市朝阳区广告公司职员、1岁女孩的妈妈那样，虽然父母没有制定家规，但小的时候跟爷爷奶奶在一起生活，爷爷的好习惯直接影响了她，使她在严谨、有条理、守纪律、诚实等方面获益匪浅。

所以，管教孩子的方法，不是孩子的“紧箍咒”，也不是霸王条款，而是让孩子感受到“我是家里平等的一员”，什么该做、什么不该做的一个规则。如湖北省武汉市7岁男孩的全职妈妈所言：对孩子制定家规，这会让孩子有次序感，有正义感，有责任感，但不能只针对孩子，大人也必须遵守。

孟子曰：“不以规矩，不能成方圆。”俗话说：“国有国法，家有家规。”哲人和凡人所讲是一个道理：都是说做任何事，都要懂得守规矩。而与社会的文明和进步截然相反的是，现在的孩子越来越不懂得规矩了：耍赖、任性、霸道、自私、贪婪……

因此，我觉得，在家庭里，要想使家长科学管教孩子，让孩子守规矩，就得制定合理的家庭教育方法，具体到实施的步骤，就是家规。这有利于家庭关系的融洽和孩子身心健康的成长。但现代的家庭普遍缺乏家规意识，在家庭生活中，明显缺少规矩的约束，这不但对家庭建设不利，对孩子的成长也有很多弊端。

但幸运的是，我们看到了参加调查的这些理性的家长，对家规的认识，都希望对孩子进行合理管教，用合理的教育方法培养孩子成才。也因此，我结合了诸多家长的想法出版了这本书，期望能对孩子实施良好的家庭教育，有所帮助。

《家有家规》

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:www.tushu000.com