

# 《教孩子做自己的主人》

## 图书基本信息

书名：《教孩子做自己的主人》

13位ISBN编号：9787540543945

10位ISBN编号：7540543949

出版时间：2011-1

出版社：新世纪

作者：孙云晓//李文道

页数：172

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](http://www.tushu000.com)

# 《教孩子做自己的主人》

## 内容概要

《教孩子做自己的主人:培养自我管理的好习惯》内容简介：习惯决定孩子命运，教育的核心是培养健康人格，培养健康人格最有效的途径就是从培养行为习惯做起。我们抓住行为习惯培养这个根本，就抓住了家庭教育最有效的一条途径，这就是我们家庭教育最基本的任务。让我们记住这样一句名言：家庭是习惯的学校，父母是习惯的老师，儿童教育就是培养好习惯，我们通过培养好习惯来缔造孩子的健康人格。

# 《教孩子做自己的主人》

## 作者简介

孙云晓，自1972年起至今一直做青少年教育和研究工作，现为中国青少年研究中心研究员、副主任，中国家庭教育学会常务理事，中国科普作家协会副理事长，《少年儿童研究》杂志总编辑，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。主要作品：中日少年《夏令营中的较量》、《好父母好方法》、《好孩子好习惯》、《习惯培养有方法丛书》(5册)、《孙云晓教育作品集》(8卷)等。作品曾获中国图书奖、全国“五个一”优秀图书奖、全国优秀儿童文学作品奖、全国优秀畅销书奖。

李文道，北京师范大学心理学博士，首都师范大学心理系教师，全国教育科学规划“十一五”课题“少年儿童自我管理习惯培养及其与社会适应的关系”主持人之一，全国教育科学规划“十五”课题“少年儿童行为习惯与人格的关系研究”课题重要成果《良好习惯缔造健康人格》一书副主编。

# 《教孩子做自己的主人》

## 书籍目录

第一章 目标管理 目标引领孩子走向成功 如果一个人没有目标 提高认识：小目标大作用(故事分享) 明确规范：什么样的目标才是适合孩子的？ 持久训练：指导孩子管理自己的目标 及时评估：孩子的目标管理得怎么样了？ 形成环境：好环境，好习惯第二章 做事有计划 做事要有准备 做事有计划，让他们走向成功 韦尔奇的时间分配 柳比歇夫的时间记录法 齐白石补闲过 提高认识：为什么做事要有计划？ 明确标准：您的孩子做事有计划吗？ 持久训练：做事有计划 及时评估：让孩子看到自己的进步 形成环境：全家一起做计划第三章 做事分轻重缓急 为什么要事第一？ 提高认识：做事为什么要分主次？ 明确标准：孩子做事分轻重缓急吗？ 持久训练：分清主次的六个步骤 及时评估：孩子做到要事优先了吗？ 形成环境：好环境，好习惯第四章 做事讲效率 把握时间，就把握了命运 时间不等人，让孩子感悟时光匆匆 孩子可以做得跟他们一样好 提高认识：为什么做事要讲效率？ 明确规范：孩子做事讲效率吗？ 持久训练：时间安排有诀窍 及时评估：孩子会利用时间了吗？ 形成环境：让习惯与生活自然融合第五章 做事不拖拉 拖拉使人落后 提高认识：为什么不能拖拉？ 明确标准：孩子做事拖拉吗？ 持久训练：如何做事不拖拉？ 及时评估：孩子做事还拖拉吗？ 形成环境：好环境，好习惯第六章 物品管理有条理 秩序与条理，让生活远离烦恼 提高认识：置物条理好处多 明确规范：孩子的生活有秩序吗？ 持久训练：物品有条理，生活有秩序 及时评估：孩子能迅速找到需要的东西吗？ 形成环境：尊重孩子第七章 消费管理 消费管理好处多 父母们的榜样 提高认识：管理消费，先认识什么是金钱 明确规范：孩子会理财吗？ 持久训练：消费管理，从零花钱开始 及时评估：孩子会花钱了吗？ 形成环境：让孩子在花销中学会管理金钱第八章 情绪管理 情绪影响健康 提高认识：情绪管理，从认识情绪开始 明确标准：孩子了解自己的情绪吗？ 持久训练：掌控情绪有方法 及时评估：孩子的情绪更积极了吗？ 形成环境：孩子好情绪，家庭环境是关键第九章 体育锻炼管理 体育锻炼，锻炼身体 体育锻炼，让身体更健康 体育锻炼，强健心灵 提高认识：体育锻炼好处多 明确标准：孩子喜欢运动吗？ 持久训练：科学锻炼，强心健体 及时评估：孩子的体育锻炼合适吗？ 形成环境：全家一起做运动第十章 饮食管理 饮食是健康之本 提高认识：饮食，对孩子特别重要 明确标准：孩子的饮食合理吗？ 持久训练：一日三餐最重要 及时评估：孩子的营养状况怎么样？ 形成环境：饮食管理“大本营”——家庭

# 《教孩子做自己的主人》

## 章节摘录

版权页：插图：时间对我们每个人都很重要，它比金钱更珍贵，它是生命，它使一切成为可能。鲁迅先生说：“浪费自己的时间等于慢性自杀，浪费别人的时间等于谋财害命。”科学家柳比歇夫分析得更透彻：“人最宝贵的是生命。但是仔细分析一下这个生命，可以说，最宝贵的是时间。因为生命是由时间构成的，是一分分、一秒秒累积起来的。”时间就是生命，把握了时间，也就把握了自己的生命和自己的命运。灵活地统筹时间，巧妙地安排时间，时间才能得到充分的利用，时间才能被牢牢地把握。很多父母觉得，孩子不懂得珍惜时间，大把大把的美好时光被浪费，太可惜了。但是，很多时候，不是因为孩子不懂得时间的珍贵，而是因为孩子还没有掌握统筹安排时间的技巧，没有养成巧妙安排时间的习惯。养成巧妙安排时间的习惯，能够提高时间的效率，达到事半功倍的效果。著名的时间管理专家阿列斯·伯雷曾说：“一天的日子，就如同是一个行李箱，如果你懂得装箱的技巧，一个箱子就可以装两个箱子的东西。时间的使用，也是同样道理，如果在一天当中的时间，你都能善加利用，我相信你的一天可以等于他人的两天时间。”养成巧妙安排时间的习惯，能够促进孩子思维能力的提升。父母们可能都有这样的经验，在同一时间，可以同时做几件不同的事情。比如，一边洗衣服，一边用小火炖着牛肉；一边蒸米饭，一边洗菜；一边整理衣物，一边看电视。科学研究发现，人的大脑具备同时兼顾几件事的能力，大脑皮层的额叶负责思考和意识，能够协调各种任务的信号。但是，对于孩子来说，大脑皮层的额叶仍处在发育的过程中，而这个过程一般要持续到二三十岁时才能完成。因此，孩子们同时兼顾几件事情的能力还有待于发展。如果父母能够有意识地激发孩子考虑如何统筹安排几件不同的事情，将会有助于刺激孩子大脑皮层的发育，促进孩子思维能力的提升。

# 《教孩子做自己的主人》

## 编辑推荐

《教孩子做自己的主人:培养自我管理的好习惯》编辑推荐：目标引领孩子自主自理快乐生活，做事有计划，让他们走向成功，秩序与条理，让生活远离烦恼，摆放物品有条理，生活有秩序，让孩子在花钱中学会管理金钱，掌控情绪有方法，体育锻炼让身心更健康。

# 《教孩子做自己的主人》

## 精彩短评

- 1、有些观点很有参考价值，但读过后印象不深。
- 2、好的习惯决定好的行为，好的行为成就好的人生。
- 3、纸张还行,书还没有读
- 4、值得一读。
- 5、买了好几本书，还没来得及看，翻了翻，感觉不错！
- 6、经常按书中提示给小孩教育提示很有益处
- 7、孩子现在进步很快哦。
- 8、书很一般，没看完就放起来了
- 9、看过孙云晓老师的讲座，很多家长和孩子的问题，孙老师阐述的都很清楚明白。书还没来得及看，相信能给家长们一些指引和帮助。
- 10、教孩子做自己的主人：培养自我管理的好习惯要好生看看
- 11、是教育孩子非常好的读本
- 12、作为父母的爱 最终的目的是能让孩子独自生活 能离开我们 这才是爱 放手
- 13、有些教条，方法一般，关键是能够坚持做下去，但一般自我管理能力差的孩子，父母能力就差，或者是不能坚持督促的。见仁见智吧。
- 14、s书很好，我很喜欢，感觉对孩子很实用
- 15、不适合低段孩子
- 16、还行吧，就是没有从内心深处唤醒的共感。
- 17、内容非常好，写的很详尽。尤其是目标管理，时间管理，做事讲效率等几个章节，内容很有操作性。建议家长同孩子一起看。推荐给各位家长。
- 18、好主意，父母不好做呀
- 19、很实用的一本书，一直在看
- 20、看了几页，是挺好，要加强学习
- 21、挺好的,拿回来,我立刻看,就觉得不错
- 22、不错 孩子很听话 养成了好习惯 我劝各位家长 如果在犹豫 赶快买了吧
- 23、孩子从读书开始就是社会的，让她独立！
- 24、对我家孩子挺有帮助的。
- 25、书的质量不错，好看，《方法总比问题多》一书，看完后把方法用在孩子身上，有效果。
- 26、教孩子做自己的主人：培养自我管理的好习惯好社,好书.精细化指导实践.
- 27、习惯对孩子的成长至关重要，该书给出了培养孩子好习惯的一些实例，但操作起来得持之以恒，考验家长的耐心与毅力。
- 28、教孩子做自己的主人：培养自我管理的好习惯
- 29、父母们值得看一看！
- 30、刚收到，大致先翻看了一些。这是写给家长的一本书，主要针对是小学阶段的孩子，写的很详细，也具有可操作性，对上了初中的孩子，这些方法可振作性差一些。
- 31、书弄脏了
- 32、正在看，希望会有收获
- 33、这本书是朋友推荐的，应该很好吧，还没看呢，希望能坚持看完，学到知识
- 34、一直想让孩子能做好与自己相关的力所能及的事。以前也买过孙云晓的书，感觉挺不错的。希望孩子能做自己的主人。书里有四页纸折起来了，弄整齐压平可能过一段时间也会跟其他的页码一样整齐，虽然是这样，还是给好评吧。快递很给力。
- 35、为了儿子买了些教育书，希望能有用
- 36、很有操作性，很好。
- 37、可以让孩子知道怎样做自己的主人

# 《教孩子做自己的主人》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)