

# “青少年习惯的养成与培养” 浙江省大型公益素质教育报告会宁波站火热预定中

孔老夫子说：“少成若天性，习惯如自然。”就是说小的时候养成的习惯会像人的天性一样自然、坚固，甚至说就变成你的天性了。以至于以后所取得的成功，创造的奇迹，很多方面都是小时候形成的习惯所支撑的。习惯的力量是惊人的，养成良好的习惯决定着你是否成功。华人首富——李嘉诚认为：“栽种思想，成就行为；栽种行为，成就习惯；栽种习惯，成就性格；栽种性格，成就命运！”不仅如此，而莎士比亚、萧伯纳、巴金……古今中外众多名人都认为“一个好习惯”是十分重要的。

在6月21日、22日、28日、29日，海曙区民办教育协会、宁波市海曙区黄老爸爸智能培

训学校、宁波江东书香教育主办的“青少年习惯的养成与培养”大型公益素质教育报告会将分别在天宫庄园报告厅(6月21日、22日)和宁波市海曙区海曙社区学院(6月28日、29日)，由宁波市海曙区民办教育协会副秘书长主讲。

据主办方介绍，“此次报告会是浙江省大型公益素质教育报告会的第四站，就一个好的“习惯”对于青少年的重要性展开，从青少年本身以及家长两个角度分别分析，孩子和父母可以一起来听一下，特别对于青少年时期的孩子来说，叛逆可能是这个阶段很多父母苦恼的问题。而习惯不仅决定未来，也会帮助孩子定型他们的品格、性格、性情等，让孩子们懂得分辨是非、善恶。”

### 报告会主要内容：

- 一、习惯决定未来——成功人士都有好习惯；国内、国外
- 二、当前青少年状况分析
- 三、“家养”与“野生”的区别
- 四、从“家养”到放手再到“野生”；溺爱—实践—独立
- 五、家长在教育孩子时应该注意的几点？
- 六、养成习惯和改变习惯的最佳时机
- 七、家长应该学会说：对不起！
- 八、家长应该告诉孩子的秘密，帮助他们度过青春期和叛逆期。
- 九、我们应该思索和探讨的几个问题
- 十、要改变孩子首先改变自己。

### 十一、庸才和实用性人才

### 讲座链接

主讲人：宁波市海曙区民办教育协会副秘书长  
时间：2014年6月21日\22日上午10点；6月28日、29日。

主办单位：海曙区民办教育协会、宁波市海曙区黄老爸爸智能培训学校、宁波江东书香教育  
赞助单位：伊利乳业集团(听完报告会每个家庭可以领取由伊利提供的现金50元燃油附加费)  
报告地址：天宫庄园报告厅(6月21、22日)、宁波市海曙区海曙社区学院(6月28日、29日)  
参会人数：每场限100人  
席位预定：拨打400-623-9119 83897180

## 如何培养孩子的良好习惯

教育孩子，很重要的一方面，就是在家长的协助、引导和监督之下，让孩子养成良好习惯。一旦孩子养成了良好习惯，这将决定孩子的性格，进而决定孩子一生的命运。

### 如何培养孩子的好习惯？

这个问题的前提是：习惯不是一天养成的。希望大家能记住：无论你的情感生活，你的事业，你对孩子的教育，都不是一天形成的。在你的过去的生命里，你坐小船，很自在，在地顺流而下，一直很自在，突然前面出现了万丈深渊，这才意识到问题了，想要调头已经来不及了。人们把这叫做“尼亚加拉瀑布现象”。孩子高考结束了，只考了200分，这个时候想弥补已经来不及！我们的生活都是这样。如果你没有思考你的人生方向是否正确，你教育孩子的方向是否正确，往前走，积累多了，有了速度，等到看到危险，赶快调头，费了最大的劲把船调头，可是惯性依然存在，孩子还是被冲下深渊！

#### 1. 习惯对人生的影响是决定性的

一个孩子从小养成勤奋的习惯、做事认真的习惯、爱学习的习惯、对自己的事情认真负责的习惯……那么家长的教育就太轻松了！一旦坏习惯养成后，就太难改变了！这就像水槽对水流一样，它为它规定了固有的走向。他不需要经过思考就作出行为反应。

成功者每到关键时刻，遇到挑战的时刻，就想冲上去，想把事情做到底；失败者每到关键时刻就撤下来了。孩子也是一样。当他的生活在学习上有了良好的习惯，那么一生的成功都有保障。而从小养成的恶性习惯会一直困扰他，成年后更难改变，必须通过心理学技术，配合灯光、音响以及情境引导才能改变。所以家长认识到良性习惯的重要性，要从小培养孩子的良性习惯。

在孩子小时候完全可以改变，因为他还没有成形，给他设定好习惯，在坏习惯上，给他时间慢慢改正就可以了。关键是我们成年人，一般人过了30岁就相当于水泥已经固定成形了，劲使大了就断了！重新抹已经没用了！而有生命弹性的人，能够在30岁、40岁、50岁……一

直可以进行自我完善的人，这样的人的前途就是无可限量的！如果你认为你的缺点毛病无法改正，你的生命可以走多远的路就已经是定数了，可以用数学方程式算出来！

#### 2. 确立好习惯的标准

作为家长你一定要知道你要给孩子养成什么好习惯。这需要思考，来确立标准。

#### 3. 让孩子从小养成成功者的习惯

自信、勇敢、坚持到底、做事认真、积极思考，这些都是成功者的优良品质。在孩子小的时候就要有意识地培养孩子的这些特质。

#### 4. 为孩子确立生活原则

在日常生活中，和孩子确立好原则：“这件事由你来负责，我来做监督你完成的工作。我们多长时间内把坏习惯养成。”

#### 5. 鼓励孩子反复行为形成习惯

一个习惯的形成是经过不断反复的，这里需要家长有绝对的信心、耐心，允许孩子失败！允许重犯多少次。孩子需要经过反复的行为、反复的鼓励，最后形成好习惯。家长把爱心推到极大值，让孩子感受到你在无怨无悔地永远支持

他鼓励他！我们有多少家长一旦提醒过孩子两次，再没做好就开始发火，“我跟你说了多少次了！你这个孩子怎么还这样……”“我都跟你讲一万次了，叫你说话不要夸张……”他只讲过2次，然后告诉孩子不要夸张！所以家长在教育过程必须要有耐心。

#### 6. 巩固和强化已经形成的好习惯

一个好习惯形成，家长必须马上跟进确认，把坏习惯巩固。强化，强化，再强化，直到他巩固住。

#### 7. 家长的榜样作用

如果孩子发现家长有坏习惯没有改掉，他的坏习惯就不会改掉。一个孩子有不守时的坏习惯，他的父亲不厌其烦的告诉他：“一个人对别人做出的承诺就一定要兑现……”孩子说“不一定吧！不兑现承诺的人过得也挺好。”“怎么这么说呢？”“你上星期答应我陪我去玩，你并没有兑现，可你现在过得也不错呀！”当孩子一旦发现你有坏习惯和行为，你却让他不允许他这样做，你的话在他的心中就大打折扣了。

## 第七届黄老爸爸“1+1”社会实践军训营开始报名了！

# 军训、实践，学习、娱乐两不误

由黄老爸爸教育和东南商报求学成才周刊主办的暑假社会实践活动四月份开始报名，笔者上周在走访时了解到，许多家长都觉得“暑假如果将孩子单独留在家中，担心他们一味地看电视、玩游戏，耽误了学习不说，还可能加深近视度数；如果孩子参加培训班，又怕达不到改变习惯的效果，况且有的办班场地狭窄，没有活动空间，孩子很不快乐”。黄老爸爸介绍：正规学校场地大，空气流通好，封闭改变，学生喜欢的项目多同时不影响在其他机构学习。



硬件齐全，确保暑假安全放心。

“军训社会实践活动”的开设解决了家长们的燃眉之急。黄老师表示，学生在这里不但能够温习功课，还可以自由玩耍，老师们也将督促孩子劳逸结合，绝不会因为假期而落下功课。

### 全方位暑期辅导 重在改变习惯

笔者了解到，“军训社会实践活动”除开设正常文化学习课程外，老师严格检查、完成暑假作业。把文化补习与军事化训练和改变习惯作为重中之重，对注意力不集中的孩子反复训练。习惯改变课随时有教官参加，适时监控，培养孩子会合理安排时间和生活习惯。

### 军训磨练意志 社会实践活动培养能力

由现役军人打造的2014第七届黄老爸爸“1+1”绿色军训营开办6年来，近万名学生接受训练，小到学前班，大到高中生，确实提高了生活自立能力，从站姿的标准化，到生活的规律化，为青少年量身制定了计划，孩子们从刚刚进来的松松散散，到迈着整齐的步伐出列，雄赳赳、气昂昂的威武姿态是家长值得骄傲的。社会实践活动，除走出军训营为福利院

的老人送温暖感恩活动外，还聆听警察叔叔的“法制教育走进军训营”、“自然灾害大练兵”等活动，同时组织孩子们做蛋糕、当医生、做警察、采摘果实、种植蔬菜等社会实践活动，让孩子们懂得“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的社会责任感。

### 兴趣小组，丰富多彩 在快乐中学习

乒乓球、羽毛球、篮球、绘画、军棋、象棋、围棋、跑步、游泳等丰富多彩的各项课外活动以外，军训营在学习之余，可以轻松一下，真正做到放松心情，过集体生日晚宴，百名学生手举蜡烛，同唱中英生日歌，每个人送一句祝福的话，过一个一生难忘的生日。

一位经常参加过培训的学生告诉笔者：“在这过暑假，比坐在教室里‘啃’课本舒服，大家可以交流，下课还能一起玩，很喜欢这样的氛围。”另一位学生说：去年的感恩教育很好，我们看到爸妈的来信都哭啦，我们也给妈妈写了回信，觉得孝敬父母是我的责任。

**相关链接：**宁波市海曙区黄老爸爸智能培训学校是经海曙区教育局和民政局审批的正规学校，办学许可证133020370000710机构代码证55451014-1，学校是“以开发儿童智力，培养儿童能力”为主，集军事化改变不良习惯和养成好习惯为宗旨，多年来从事福利院慰问公益活动，教育学生尊老爱老，知恩感恩。自2003年以来，有200多名学生通过黄老爸爸的“合同制教育”走入名校，近千名儿童改变不良习惯。2008年黄老爸爸教育首度举办“1+1”绿色习改军训营以来，受到宁波广大家长的支持和孩子的爱戴，时至今日，已经成功举办6届军训营，受到了上级领导的表扬，得到了社会的

赞誉。2014年黄老爸爸教育携手宁波电视台《看看看》节目组共同举办黄老爸爸第七届“1+1”社会实践军训营，为宁波的孩子们营造一个崭新的暑假生活空间，我们将会看到通过社会实践，使孩子们的动手能力大大增强，克服和战胜困难的决心更大，习惯将变得更好，在快乐中丰富知识，我们期待一个更加完美的教育品牌在宁波为孩子们营造一个属于孩子们自己的暑假生活。

**活动时间：**共42天，每周回家1.5天，把旧课复习补差，新课预习，完成暑假作业。  
**分班方式：**按年级分班活动  
**网址：**www.huanglb.com  
**教学方式：**20人小班教学+一对一补差+合同制提高  
**集训地点：**宁波市天宫庄园、杉杉路2号、仙居、余姚  
**合作单位：**英孚教育、北仑三桥教育、鄞州二十一世纪、七心作文、宁波81890、小海军军训营  
**优惠办法：**2014年5月份报名9折，6月份报名9.5折。  
**特告：**根据天宫庄园场地招生计划，再招87名学员就结束。

赞助单位：伊利牛奶  
宁波市海曙区黄老爸爸智能培训学校热线：**400-623-9119 83897180**  
招生网点：  
宁海时代大道宁波银行  
15355187192  
象山和奉化 13362473996  
北仑、三桥教育 0574-83897238  
慈溪、余姚 13056789119  
宁波市海曙区新典路46号 海教广备 [2014] 0310号

“自黄老爸爸开设培训学校之后，就不再有家长要求我们帮着照看孩子，而这样的要求在暑期和寒假期间尤为强烈。”黄老爸爸表示，许多家长由于工作原因，并不能在暑假期间全天照顾孩子，特别是一些低年级学生，他们的安全问题是家长最担心的。黄老爸爸说：我们是经教育局批准的正规学校，学校设有门卫和保安，对进出人员有校医检测及严格的进出校门管理程序；空调和餐饮等