

陳耀銓老師的閱讀分享

書名	好習慣 VS 壞習慣	
作者	林格(編)	
我的感受/ 推薦原因/ 書中金句/ 其他……	<p>「刻意成習慣，習慣成自然」</p> <p>我相信好習慣能成就一生，壞習慣會有礙一生，所以如果從小就能培養了良好習慣，將令小孩子一生受用！</p> <p>我們要培養的好習慣包括誠信、負責、做事有條理、善於合作、主動學習、樂於探索、節約和堅持鍛煉身體等；而任性、虛榮、抱怨、害怕失敗、馬虎、沒有計劃、不良生活習慣等壞習慣則是要戒除。</p> <p>本書以課題研究為基礎，從做人的習慣、做事的習慣、學習的習慣、生活的習慣四個方面，介紹青少年應該培養哪些好習慣，糾正哪些壞習慣。同時介紹了21種有效且極具操作性的習慣培養方法，包括“榜樣法”、“體驗法”、“及時糾正法”、“家庭會議法”等等，還附有生動的案例和小故事，很適合家長與同學共同閱讀。</p> <p>陳老師誠意推介給大家🙏</p>	

