

哈佛大學研究：真正拉開孩子差距的不是智商，而是這 5 個習慣！

播出時間：2018 / 12 / 18 星期三 中午 12：00

報報小達人：807 蔡語欣 稿件編輯：陳思恩老師

各位老師，各位同學，大家午安，我是 807 蔡語欣，我是今天的報報小達人，今天，我要為大家播報的內容，是：哈佛大學研究：真正拉開孩子差距的不是智商，而是這 5 個習慣！

教育家葉聖陶說：教育的本質就是培養習慣。拉開孩子差距的，往往不是智商，而是從小養成的各種習慣。

1．守時：讓孩子成為『靠譜』的人

對孩子來說，守時代表著有管理時間的能力，有計劃、有責任心地學習和生活，會讓人感覺自律、值得信賴，在團隊合作和未來發展中更易獲得好機會。

2．整理：培養秩序感和專注力

韓國一位整理師去一戶人家整理兒童房，驚訝無比！孩子媽媽抱怨：「整天逼著他讀書，就是不愛讀，唉，沒辦法！」在倉庫一樣的房間里，孩子怎麼可能靜下心讀書呢？

整理師開始清理，後來孩子也加入進來，幾小時後，房間乾乾淨淨又整整齊齊的了。孩子滿心歡喜地坐到書桌前，津津有味地拿起一本書讀起來。

哈佛商學院調查發現，課桌乾淨、整齊的孩子往往成績優異、性格開朗、做事專注有耐力。而經常丟三落四、拖拉懶散的孩子，基本都沒有整理的好習慣。

可不要小瞧孩子做這些事的力量，整理不但能鍛煉孩子的觀察能力、動手能力、自律能力，還在潛意識中整理內心的情緒垃圾。孩子會整理物品，才能梳理知識；規劃好空間，才能規劃好人生。

3．閱讀：終身受益的財富

一個不閱讀的孩子，就是學習上潛在的差生。聽起來嚇人，但不無道理。據調查，堅持閱讀的孩子，學習成績平均會高出 10 分以上，80 % 的狀元愛好閱讀。一個孩子的智力與其他孩子拉開距離，最重要的手段就是閱讀。

4．運動：激發孩子的體能自尊

腦科學家洪蘭教授說：運動會刺激身體分泌多種積極物質，提升智力發展！孩子的思維能力、自控力、耐力、競爭力、合作力也隨之提高。西方學校把體育運動視為精英教育，放學後不要急著埋頭寫作業，可以盡情地活動、宣洩，不僅能釋放壓力，還有助於長高，預防近視等。

5．做家務：培養自理能力和責任心

很多父母不想讓孩子做家務，怕燙著、碰著、累著，也怕做不好給自己添麻煩。衣來伸手飯來張口，不但教不出好孩子，還容易讓孩子喪失責任心。哈佛大學用 20 年跟蹤，發現做家務和不做家務的孩子，成年後就業率為 15：1，犯罪率為 1：10，還能說做家務孩子不重要嗎？

有能力的孩子會飛得高，有好習慣的孩子，才會飛得遠！

以上是今天的 happy 播，期待下次再相見！