

「きょうだい」の上手な育て方

日本妈妈

的

好妈妈跟我学
全球教子智慧



两个孩子 养育课

[日] 金盛浦子◎著
王筱敏◎译



中国经济出版社

CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

「きょうだい」の上手な育て方

日本 妈妈

的

两个孩子 养育课

好妈妈跟我学
全球教子智慧



[日] 金盛浦子◎著
王筱敏◎译



中国经济出版社

CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

• 北 京 •

图书在版编目(CIP)数据

日本妈妈的两个孩子养育课 / (日)金盛浦子著;王筱敏翻译.

北京:中国经济出版社,2016.1

ISBN 978-7-5136-3621-6

I. ①日… II. ①金… ②王… III. ①家庭教育—通俗读物 IV. ①G78-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 293916 号

著作权合同登记号:01-2015-7739

“KYODAI” NO JYOUZU NA SODATE - KATA

Copyright 2002 by Urako KANAMORI

First published in Japan in 2002 by PHP Institute, Inc.

Simplified Chinese translation rights arranged with PHP Institute, Inc.

through CREEK & RIVER CO., LTD. and CREEK & RIVER SHANGHAI CO., Ltd.

策划编辑 崔姜薇

责任编辑 贾轶杰

责任审读 贺 静

责任印制 马小宾

封面设计 任燕飞装帧设计工作室

出版发行 中国经济出版社

印刷者 北京科信印刷有限公司

经销者 各地新华书店

开 本 787mm × 1092mm 1/32

印 张 7.125

字 数 105 千字

版 次 2016 年 1 月第 1 版

印 次 2016 年 1 月第 1 次

定 价 36.00 元

广告经营许可证 京西工商广字第 8179 号

中国经济出版社 网址 www.economyph.com 社址 北京市西城区百万庄北街 3 号 邮编 100037

本版图书如存在印装质量问题,请与本社发行中心联系调换(联系电话:010-68330607)

版权所有 盗版必究(举报电话:010-68355416 010-68319282)

国家版权局反盗版举报中心(举报电话:12390) 服务热线:010-88386794



前言

你在之前一直养育一个孩子，而现在第二个孩子要出生了。

你一定有点担心吧，要操心的事情也变得多了。

其实，养育一个孩子已经很辛苦了，现在要开始养育两个孩子了，作为妈妈你能不能撑得住啊？

虽然老大现在已经不用那么操心了，可能会帮你减轻点负担，但是妈妈要在老二身上花太多心思，这样会不会让老大心理失衡呢？

你能不能让老大、老二不打不闹，能不能让兄弟



姐妹的感情十分融洽和亲密呢？

再想想将来，两个孩子需要不少的教育费，真是有点担心啊，你能不能公平地将老大、老二都好好地培养出来呢？

有点担心，有点不安，有些牵挂……妈妈纷乱的心思真是难以理清啊！但是拥有两个孩子，也令妈妈心里更加踏实，开心的事情也有很多呢！

有兄弟姐妹的孩子，肯定会心理更加健康，更具有承受能力。

如果妈妈能够善于引导哥哥、姐姐，他们就能担当起照顾弟弟、妹妹的责任。在老大的帮助下，家长肩上的负担可能轻许多呢。

第二个孩子出世之后，家里会变得更和睦，当然也更拥挤了。屋檐下，孩子们欢快的笑声不绝于耳，他们都是父母的珍宝。你的人生也从此变得更丰富多彩了。

让我们把生二胎的烦恼和欢乐放在心灵的天平上称一称吧。对于那些正犹豫“现在，是再生一个孩子呢，还是就算了呢”的妈妈，这本书一定会给你及时而准确的参考。对于担心“很快就要生下老二了，真

是有些慌了神”的妈妈，这本书正好能够帮助你，为你提供很多好点子、好方法。

无论是对老大还是老二，只要你想把孩子培养成为一个乐观向上、健康快乐的孩子，这本书一定会是你的好帮手。



第一章 要让孩子知道， 拥有兄弟姐妹是多么值得高兴的事情

- ☆ 无论多小的孩子都能够理解的道理 006
- ☆ 妈妈所有的喜悦与烦恼都会传递给孩子 010
- ☆ 请好好享受第二个孩子带来的幸福吧 014
- ☆ 让老大具有当哥哥、姐姐的觉悟？ 这是不必要的！ 020
- ☆ 每天拥抱孩子 10 分钟，就可以温暖他的心 025
- ☆ 请相信情感丰富的老大的内心吧 030



第二章 让孩子发展各自的个性，培育美好心灵

- ☆ 公平地去爱两个孩子很难吗？ 不难！ 039
- ☆ 要认同孩子与众不同的天赋 043
- ☆ 让孩子回到婴儿的感觉，我们安心地照顾他们吧 047
- ☆ 妈妈的“奶奶”是属于谁的 051
- ☆ “因为你是哥哥（姐姐）啊！”让孩子这样忍让是不讲道理的 056
- ☆ 在满足老大需求的同时，指导他也成为育儿能手吧 061
- ☆ 家长和孩子之间也要讲性格相合 067
- ☆ 如何打消老大的不满情绪 071
- ☆ 老大要是欺负老二的话，更要关爱老大 076
- ☆ 两个孩子打架时，妈妈如何调解 081
- ☆ 不用担心，“哥哥、姐姐的心”会自然而然地形成的 088
- ☆ 不要忽视“中间的孩子”的不满情绪 095
- ☆ 如何解除孩子害怕妈妈被“抢”走的担忧 099
- ☆ 请不要对孩子抱有过分的期待 107

第三章 家长要理解老大的不满， 也要理解老二的的不满

- ☆ 经常把两个孩子做比较，会伤害孩子的心 115
- ☆ 要了解兄弟姐妹彼此不同的个性，分别表扬 120
- ☆ 妈妈的负面情绪会打破兄弟姐妹的心理平衡 125
- ☆ 老大和老二不需要互相忍耐 131
- ☆ 千万不要吝啬你的关心 137
- ☆ 父母越多关心，孩子越多幸福 143
- ☆ 拥有异性兄弟姐妹的优势 152
- ☆ 孩子不会永远“只喜欢妈妈” 157
- ☆ 恋母情结是老大严重，还是老二严重 163
- ☆ 兄弟姐妹的组合不同，会有怎样的差异 168
- ☆ 两个孩子会在青春期时互相帮助 172
- ☆ 无论是老大还是老二，不满的情绪都能用爱化解 177

第四章 怎么做才能让妈妈和孩子们都得到幸福

- ☆ 请妈妈不要总把自己的需求摆在最后 185
- ☆ 妈妈自己的幸福很重要 189



日本妈妈的两个孩子养育课

- ☆ 让妈妈也拥有自己的快乐时间吧 194
 - ☆ 深呼吸，把所有的不满、担心等负面情绪都排出体外 199
 - ☆ 请妈妈不要吝惜为自己花钱 205
 - ☆ 为了培养出最好的孩子，怎样让爸爸成为育儿助手 211
- 后 记 216

第一章

要让孩子知道，拥有兄弟姐妹
是多么值得高兴的事情



当第一个孩子降生，我们和这个小生命初次相见时都会无比激动，这种喜悦很难用语言表达，只觉得全身的细胞都在高喊万岁，一起享受着这份感动。

而紧接着就要开始养育孩子了，每每思至于此，我们多少有些不安。初为人父和人母，每一天都要面临新的挑战、新的状况，我们常常会手忙脚乱，不知所措。

即便如此，成为父母也是我们漫漫人生道路中最重要的一段旅程，孩子带给我们的喜悦和感动也是从其他任何事情中都无法获得的。

品味了这样的幸福，感受了这份独有的美好，于是，你有时就会这么想，如果再有一个孩子就再完美不过了。

如果说 10 年是一个时代，现在回想起来，自从成了一个母亲，我已经走过了 30 年。30 年前的我年富力强，生养了三个孩子，分别是两个儿子和一个女儿。



有人问我那时很辛苦吗？当然，我现在回想起来仍然觉得当时是很辛苦的。可即便如此，我还是觉得养育三个孩子让我的生活变得十二分的多彩，那些辛苦与之相比简直微不足道。

曾经，我也是一个失败的母亲，力不从心的时候数不胜数，顾及不到的事情说都说不完。即使到现在，我还会常常想到“啊！我那时对这个孩子做了那样的坏事啊！”或者“我让那个孩子有过那么不愉快的经历啊！”让我后悔莫及的事真是比比皆是。

但是，也许正是因为有兄弟姐妹的缘故，在我没有照顾周全的地方，孩子们可以相互照应，一天天成长起来。

孩子多了，妈妈确实要花更多的心思，耗费更多的精力。但是我现在回头看看，最想告诉你“没关系的！”无论我们遇到怎样的困难，都无大碍，通过努力总能克服。

这不是歪理，首先，请你坚信“无论怎样都会过去的”，这一点尤为重要。事实的确如此，无论母亲遇到怎样的问题，孩子都是会平安无事地长大成人的。



虽然每次都能找到解决问题的办法，但我们的应付永远都没有最好，只有更好。

本书试着探索找到更好的解决之道，为父母保持更好的心态出谋划策。

接下来，让我们从第二个孩子还在妈妈肚子里开始说起吧。然后我们会谈到孩子出生、哺乳期的事情。每当我们谈到相应的时期时，我会结合具体事例来讲述你会面临的情况、你的状态及应对方法。



☆ 无论多小的孩子都能够理解的道理

孩子们都是天真无邪、单纯可爱的。也正因如此，孩子们总是很难体会到父母的想法。我们经常会听到孩子一脸天真地说“哎呀！我好想有个妹妹啊！”或者“你给我生个弟弟吧”，对于他们来说，弟弟妹妹就像玩具一样。

每当这时，你该怎样回答呢？

“你什么都不懂，别老说这些没用的话！”如果你这么回答，很可能在孩子们的内心留下让你意想不到的创伤。要知道孩子们是多么的天真无邪，如果你能够看到他们的内心深处，就会知道他们是多么渴望能够实现这个愿望。

我建议，下次如果孩子再这样说的时候，妈妈不妨这样回答：



“嗯，你说的是啊。妈妈也想给你生个小弟弟或小妹妹。要是再怀上了小宝宝，我也会很高兴的。”

这个时候，坐在一旁的父亲最好一边颌首一边微笑，一切尽在不言中。

得到父母这样的回复，孩子们就会变得很激动，十分期待弟弟妹妹的到来。

不过，这些都只是美好的愿望，如果最终事与愿违怎么办？请不要担心。父母，尤其是母亲，可以给予孩子更多的关爱，让他们的心灵越来越丰满。这样无论发生什么事，无论结果是如何的，孩子都能欣然接受。

渐渐地，妈妈的年龄也在增加，身体没有出现任何变化，孩子们就不会再期待了。但即使这样，家长也不要“你什么都不懂，少管闲事！”这样的话来搪塞孩子。当然，孩子还小，家长也没必要对他们解释清楚为什么没有再生小孩。

最重要的是，亲子互相理解，产生共鸣。如果孩子十分想要弟弟妹妹，可以告诉他“爸爸妈妈也很想再要个小孩呢”。要让他知道爸爸妈妈也和他有一样的想法。这样即使现实不遂人愿，孩子在心理上也能