

布谷鸟唤醒春天

发现0-3岁儿童内心的秘密

韩天霓 著

人生如四季，
但与宝贝的相遇把你带进永恒的春天



柔软的儿童心理学，唤醒你和孩子的心有灵犀。
我们都错了！
孩子不是苦行僧，你也不用狠下心来做虎妈。
只要读懂孩子内心的秘密，教育就会自然、简单、美好。

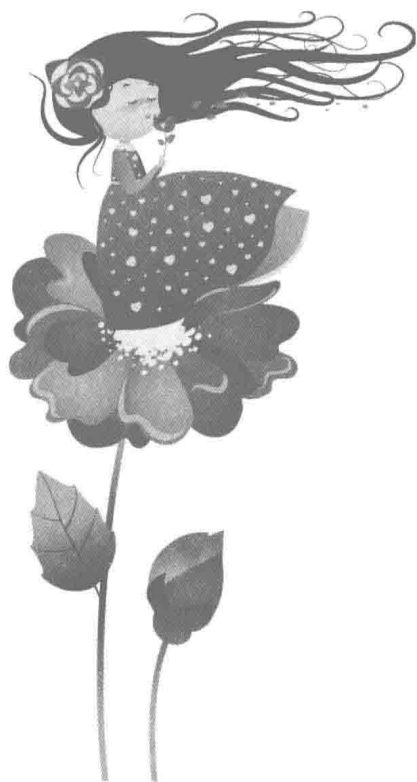
南方出版社

布谷鸟唤醒春天

发现〇岁的儿童内心的秘密

韩天霓 著

人生如四季，
但与宝贝的相遇把你带进永恒的春天



南方出版社

图书在版编目(CIP)数据

布谷鸟唤醒春天：发现0~6岁儿童内心的秘密 / 韩天霓著.
—海口：南方出版社，2016.4
ISBN 978-7-5501-1664-1

I. ①布… II. ①韩… III. ①儿童心理学—通俗读物
IV. ①B844.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第304589号

布谷鸟唤醒春天 发现0~6岁儿童内心的秘密

韩天霓/著

责任编辑：师建华 孙宇婷
责任校对：王田芳
版式设计：吴磊
出版发行：南方出版社
地 址：海南省海口市和平大道70号
电 话：(0898) 66160822
传 真：(0898) 66160830
经 销：全国新华书店
印 刷：三河市北燕印装有限公司
开 本：690mm×960mm 1/16
字 数：180千字
印 张：14
版 次：2016年5月第1版第1次印刷
印 数：1—5000册
书 号：ISBN 978-7-5501-1664-1
定 价：35.00元

新浪官方微博：<http://weibo.com/digitaltimes>

版权所有 侵权必究

该书如出现印装质量问题，请与本社北京图书中心联系调换。



小孩是天生的自我管理者

作为一个6岁小孩的妈妈，我经常需要回答身边其他妈妈们的各种问题，比如怎样对待刚出生的小孩、怎样对待4个月的小孩、怎样应对小孩发脾气以及怎样应对小孩不吃饭等问题。我想小孩儿怎么就搞不定呢？

身为一个心理咨询师，我觉得只要懂得小孩儿的心理，是很容易搞定他们的。于是我想写一本书，写下这6年来我怎样处理和小朋友的关系。

我相信，小朋友在还没有出生，也就是在妈妈肚子里的时候，就已经有了自己的思想。一个生命从0岁开始就是一个正式的人，他借着你来观察和体验这个世界。这些小不点儿是天生的自我管理者，他们可以处理好自己的一切事情。

他不属于你，但他和你紧紧相连。尊重他的独立性，相信他会做出让你惊喜的决定。

谷谷出生前，爸爸出差了，于是在预产期的前一个月里，我每天散步时，只要感觉到她是醒着的，就会对她说：“小暖暖（当初以为是个女孩），

爸爸4月1日回来，你4月2日以后出生，好不好？”

这句话说了整整一个月。每次说这句话时，我都感觉她在静静地听。

等爸爸回来的那天晚上，我告诉她，宝贝，爸爸回来了。4月2日，她就欢天喜地地闹着要出来了。

由此我知道，一个0岁的小孩就已经知道妈妈说话的意思，而且他会努力做到配合妈妈的意愿，完成妈妈交给的任务，多么难以置信。这就是爱的联结，以及因为“相信”而产生的努力。

每个小孩都是天使。

你得到了怎样的天使？

无论你得到什么样的天使，对他最好的，就是让他自己决定应该怎么做。因为任何强加的东西都是不快乐的。小孩子最喜欢的事是听自己的。

听到一个奶奶说：我们家宝宝才7个月，已经开始指挥人啦，他在路口指着要去的方向，如果你不去，他就会大哭。

应该恭喜这位奶奶，因为这正是宝宝意志的体现。如果你能发现他开始有自己的主见，并去尊重他，你的孩子就会成长为一个有主见、有立场、有自我意识的孩子。他不会被别人牵着走，因为他有自己的选择。

小孩在成长的过程中，最大的阻力来自于成人。或者说，在小孩成长的过程中，成人一直在做的事情就是与小孩争权夺利。

不信？

你可以静静地回想一下。你不想让小孩用手抓着吃饭，可是他想；你不想让小孩在下雨天踩水，可是他想；你不想让他总是在外边玩耍，可是他想去，哪怕只有一个滑梯；你不想让他大热天还在外边跑，可是他想去；你不想让他穿什么样的衣服，可是他想去……

仔细想一想，我们所做的所有努力，原来只是为了让他听话。什么叫

“听话”，就是听你的话，听大人的话。可那本来是属于他的权利！如果你肯放下，让他自由地用手抓着吃饭；让他自由地踩水；让他自由地玩耍，一直到他提出回家（你觉得不可能？可能，不，他一定会提出回家的）；让他自由地选择衣服，你觉得他不懂，没有关系，他慢慢就会懂……

小孩长大的过程，就是争取自己权利的过程。但是如果大人肯放下本来属于孩子自己的权利，大人与小孩的斗争就会少很多，大人也不会觉得小孩难带了，他活泼泼地生活，好像一转眼就自己长大了。

因此，让小孩用自己的方式慢慢成长吧。

你会不懂，小孩子为什么盯着小狗、小虫子、飞机、一片树叶目不转睛。他们从来没有见过，所以他们对这个世界充满了真正的爱。就像我们爱他一样，那是发自内心的惊喜和好奇，所以他们想停下来去观察，去研究，去解释。

所以允许他停下脚步，等他看完小虫子从这个树叶慢慢地爬向那个树叶，允许他把一根沾满土的小树枝紧紧地拿在手里……

你要知道，就像布谷鸟唤醒春天一样，每个小孩发现了一个“世界”，不——那不是——我们眼中的世界。



CONTENTS

自序 小孩是天生的自我管理者	/ 01
----------------	------

0 虚岁——灵魂的觉知	/ 1
-------------	-----

天使来敲门	/ 3
-------	-----

妈妈和小孩的交流从冒泡泡开始	/ 5
----------------	-----

母乳是天赐的力量	/ 8
----------	-----

0 周岁——自我的启蒙	/ 11
-------------	------

母亲带养的孩子更容易释放天性	/ 13
----------------	------

怀抱是世界上最好的安慰剂	/ 17
--------------	------

童年的东西长了一生，幼年的东西藏了一世	/ 20
---------------------	------

不要忽略出生几个月甚至几天的小孩的情绪	/ 23
任性的表现恰恰是自我思考的开始	/ 26
回应是孩子建设自己的重要手段	/ 29
儿童拥有一种生机勃勃的本能	/ 31
大人怎样读懂“童话”	/ 33

1 周岁——来电的 1 岁 / 35

小声说，他就可以记住	/ 37
静听花开，不是让你守株待兔	/ 39
你知道你的小孩多爱你？	/ 42
他为你重新打开了这个世界的美好	/ 46
你信任他，他就会用奇迹回应你的信任	/ 49
用爱去包容，孩子会比想象的乖	/ 52
慢慢来才是小朋友的节奏	/ 54
一切尽在应答中	/ 57
早一点知道，就没有青春期	/ 59

2 周岁——主动的小怪物 /61

- 家务劳动是小孩最好的游戏 / 63
- 我就这样假装自己没看见 / 66
- 有犯错误的童年，人生才会越来越少犯错误 / 68
- 是什么东西施了魔咒，让孩子如此害怕 / 71
- 沉浸于完全没用却很有趣的事里，是种能力 / 74

3 周岁——独立自主的我 /77

- 刷碗经济学 / 79
- 开始对自己言行所产生的结果敏感 / 82
- 唯有记忆，永远新鲜 / 84
- 如果你还激动，就证明你已经输了 / 86
- 没有墙，就不需要“逾越” / 89
- 人生即片段 / 92
- 假装游戏，是对人生产生最大价值的部分 / 93

当孩子打架的时候	/ 95
每个精彩的童年都需要有分享的伙伴	/ 98
一个自信的孩子才会是一个开放的孩子	/ 103

4 周岁——我的王国 / 107

最好的教育是爸爸妈妈在身边	/ 109
黑暗中，是他的独立在拔节	/ 113
相互说话最多的才能最亲密	/ 117
每个人的身体里都住着一个怪物	/ 119
任何“家”都是自己寻找的，关键是给他勇气	/ 123
吓唬人和吵架是不管用的	/ 125
妈妈，我爱你	/ 128
当孩子出糗的时候	/ 131
弥补比惩罚更有效	/ 133
让孩子说出做事的理由	/ 135

内心沸腾，气却排不出来才最痛苦	/ 137
给孩子发飙的时间，而不是去阻止	/ 143
如果你的孩子特别爱生病	/ 146
被当作宠物养得太久，小孩就失去了思考	/ 149
小孩内心的自我更新	/ 151

5 周岁——自我管理的形成 / 155

你的耐心配得上孩子的专注吗？	/ 157
小时候懂得反抗，长大后才会创造	/ 160
给他什么样的生活，就是给他什么样的品质	/ 163
信用的养成	/ 168
惩罚不是目的，错误的路上也不需要路标	/ 169
孩子为什么逆向操作你的意见？	/ 173
家庭“消防员”	/ 175
儿童在慢吞吞中完善自己	/ 178

小朋友就是你的慢镜头 / 183

孩子就像种子，需要的不是纠正，而是土壤 / 186

6 周岁——我是超人 / 191

“定点”思维 / 193

小孩哄“妈妈” / 194

不开心的小孩会生病 / 197

如果挑衅是一种交友方式 / 201

小朋友如何建立自己的朋友圈 / 203

用游戏的心情去面对，孩子的能量会被无限激发 / 206

带着小孩“东看西看” / 208



灵魂的觉知

0岁，是小孩和母亲灵魂的相遇。在等待了千年之后，你和你的另一个至爱相逢，他是你的宝宝。

每个宝贝都是世界上与爸爸妈妈最亲密的朋友。他是你的朋友，在灵魂的花名册上，你、爸爸和他是对等的。

平等地和他对话吧，从他在你肚子里第一次翻动身体起，就开始你们平等而亲密的对话。

天使来敲门

妊娠第38天，向妈妈报到

某一天晚上，我忽然梦到一个小男孩向我走来。方方的脑袋，长得很壮，他身后跟着一群小孩子，好像他们是他们的头领。小男孩目光坚定，像是在向某个方向前进。我不知道他从哪里来，要到哪里去，好像我只是在路边看着他。但是我知道他和我是不一样的关系，那就是——我是他的妈妈！

梦醒了，我告诉自己，有一个小孩。然后，去医院检查，我才知道自己怀孕了。

看，他从刚刚到来的时候起，就已经是一个独立的灵魂了。

你相信前生吗？你相信来世吗？你相信灵魂吗？你相信前世来生有些灵魂会一路追寻你吗？因为你们是亲人，或者你们相遇过。每个灵魂都独自上路，独自寻找属于自己的生活，包括妈妈。

所以，如果他遇上你，你应该感到幸福，因为这是一个灵魂在千百年来的万万人群中找到了你。这是灵魂的觉知和相遇。

现在谷谷6岁了。看到谷谷时，我会经常想起那个梦。是他在梦中告

诉我他来了。他早于任何人，告诉了我这个消息。难道这不是灵魂的相处吗？所以，我相信，从0岁开始，他就是独立的，他可以用独立的思想和人格与我交流。但我经常会想，他为什么和梦里长得不一样呢？梦里的小男孩是方方的头，真实的小谷谷头是有点圆的，可能那只是他前世的样子。

有很多妈妈会在这个时候想起，似乎在宝贝最初到来的时候，他向你报过到。一个朋友在怀孕之后，打电话跟我说：“怀孕后，做了一个梦，梦到一棵苹果树上结了一个很大的苹果，很红。一定是个女孩。”哈哈，我大笑，那不一定是女孩。因为是人把苹果定义为女孩，但苹果自己没把自己当女孩。

一个妈妈梦到一条蛇从树上钻出来，向她爬了过来，她本来是很怕蛇的（几乎每个女性都怕蛇），但是梦里的“蛇”充满了善意，她竟然接纳了它，然后她发现自己怀孕了。

一个妈妈在怀孕的时候梦到一个穿着雨衣的男生来敲门，她自己解释为“雨衣”——羽翼、天使的意思。事实证明，确实是一个小男孩来到了她肚子里。后来的这个小朋友，降生之后，果然是那种很乖很乖的敦厚勇敢的酷男型。

都是很神奇的梦吧？所以说，不是一个天使来敲门。

我们，和我们的孩子是上天安排的相遇。每一个生命都从孕育之初就有了他的个性，携带着他本身的特质，不像医学中讲的遗传，也不是环境学所说的塑造。他是特别的自我，从最初的开始。

所以我相信，我们之于他，就是陪他慢慢地成长，看他慢慢地长成自己。所以，每一个妈妈都可以在为人母之后，仔细想一下你的另外一个（或多个）最重要的人是怎样来与你会合的。

仔细回味在梦里他是怎样的意象和品格，这样在小朋友出生之后，你会哑然失笑，他真的具有梦里的一部分品质。那是他的原始部分，保留它，珍惜它，让每个宝贝都做唯一的自己。

妈妈和小孩的交流从冒泡泡开始

妊娠第20周，冒泡泡——妈妈，和我说话吧

怀孕第5个月，谷谷在我肚子里突然冒了一个泡泡，告诉我：妈妈，醒了，我要跟你说话啦。

在寂静的夜里，有一个这样的小东西告诉你他的存在，你就会感到：你，和宇宙的力量连接在一起，要用自己所有的爱去回应这个小泡泡。我告诉他，今天是什么样的天气，妈妈在做什么，跟他说很多的话。后来我发现话还是不够多，于是开始给他读故事。谷谷在黑暗中，已经听完了《格林童话》和《安徒生童话》。

谷谷是从我怀孕5个月时开始听故事的，一直听到他出生的那个晚上。在他3岁的时候，有一天他捧着一页纸，在那里假装读：“一个小女孩把面包丢——在泥里，大怪物——把它拖——走了。”

在随身带着谷谷到处行走的日子，坐在阳光里给他唱歌是每天的必修课。不知道是什么原因，本来很怕冷的我，即便在寒冬腊月里，也只有一件薄薄的衣服遮住肚皮，单层的，加一个外套（因为肚子太大了，什么都罩不住），但还是会觉得身体暖暖的。身体很差的我，在怀孕期间居然像喝了琼浆玉液，整整9个月连次