

【日】木下晴弘 著 颜彩彩 译

让孩子从心底 爱上学习的方法



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

【日】木下晴弘 著 颜彩彩 译

让孩子从心底 爱上学习的方法



KODOMO GA "KOKOROKARA" BENKYOZUKI NI NARU HOUHOU

©Haruhiro Kinoshita 2014

All rights reserved. Original Japanese edition published by PHP Institute, Inc.

This Simplified Chinese edition published by arrangement with PHP Institute, Inc., Tokyo in care of Tuttle - Mori Agency, Inc., Tokyo through GW Culture Communications Co., Ltd., Beijing

北京市版权局著作权合同登记图字:01-2014-6193 号

图书在版编目(CIP)数据

让孩子从心底爱上学习的方法/(日)木下晴弘著;颜彩彩译.
—北京:机械工业出版社,2015.8
(好妈妈书架)

ISBN 978-7-111-51208-0

I. ①让… II. ①木… ②颜… III. ①学习方法 IV. ①G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 195526 号

机械工业出版社(北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

策划编辑:谢欣新 责任编辑:谢欣新 王 蕾

版式设计:李自立 封面设计:吕凤英

责任校对:雕燕舞 责任印制:李 洋

北京振兴源印务有限公司印刷

2015 年 11 月第 1 版·第 1 次印刷

148mm×210mm·5.375 印张·110 千字

标准书号:ISBN 978-7-111-51208-0

定价:28.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线:010-88361066 机工官网:www.cmpbook.com

读者购书热线:010-68326294 机工官博:weibo.com/cmp1952

010-88379203 金书网:www.golden-book.com

封面无防伪标均为盗版

教育服务网:www.cmpedu.com

前 言

之前的十六年，我一直在一家补习班做备考辅导工作。

这家补习班每年都会有很多学生考上全日本有名的超难考的学校，算是一家优秀的补习班。

一到春天，那些怀抱憧憬和希望的家长们就会收到许多宣传单，上面写着“×××成功考入××学校”这种华丽的广告语。

确实，合格学生人数不是吹出来的。

但是在这少数的合格学生的背后，还有更多成绩没有提高、不断否定自己甚至掉队的孩子。

那些金榜题名的学生中，在日后碰到更大的壁垒时迷失自我的人也不在少数。

“想让我的孩子爱上学习！”

刚进补习班时，家长们大多会说类似的话。

但当时的热情随着时间流逝而逐渐沦为空谈，家长们最终会对成绩没有提高的孩子产生不满，有时甚至会和家人之间产

生不可弥补的裂痕。

当时的孩子，只在当时可以见到……

能看着自己所爱的孩子成长，这种时候在人生中，也不过只是短短一瞬间……

当时只想着孩子可以健康幸福地成长就够了……

在您内心深处沉睡的“对孩子真正的想法”和您“每天的言行”之间产生不一致的时候，请阅读这本书吧。

本书所写的是我在十六年间讲师经历中“让孩子爱上学习”的研究。但这并不是“只让孩子在当下爱上学习的研究”，而是“让您和孩子过得比现在更幸福的同时让孩子爱上学习的研究”。这不仅会让孩子得到成长，大人也会从中获益良多。

那么就开始这份讲义吧，它会让你在回顾人生的时候发觉“啊，我度过了养育孩子的幸福一生”。

目 录

前 言

第 1 章 家长的认识会让孩子爱上学习

- 孩子讨厌学习的原因 _3
- 束缚孩子的家长的价值观念 _8
- 改变人际关系，会发现改变孩子的要诀 _16
- 面对不愿面对的人时有三个方法 _18
- 改变孩子是家长的修行 _23
- 抱着不逃避而直面问题的觉悟 _30
- 家长是孩子的英雄 _33
- 要求孩子之前，自己先做到 _36

第 2 章 为了让孩子进步必须知晓的 11 点

- 孩子能看到家长在偷懒 _43
- 所有的不幸都是因为爱的缺失 _47
- 越能干的孩子越拖拉 _50
- 不要“因为是父母”就颐指气使 _54
- 热情与愤怒是相悖的 _58
- “阴暗”的孩子体内蕴藏着巨大的可能性 _63

学习能力强的孩子的父母特征 _67

自立和依赖，两个都要教 _71

绝境会让孩子和家长都得到成长 _76

想提高孩子的成绩，让他们读杂志 _80

只要选中了目标，就朝着那个方向前进 _84

第3章 孩子提高学习成绩的具体方法

学习的真正目的 _89

按照具体→抽象→具体的顺序教授新事物 _93

反复问“为什么” _95

先有灌输，后有进步 _98

意识到“制作”“打造”“创造”的步骤 _100

沉迷于游戏时，就让他玩个够 _102

找到学习火种的方法 _105

在孩子碰壁的时候 _109

科目的擅长与否，在小学高年级时决定 _113

填报志愿时需要用“做决定的方法” _117

第4章 让讨厌学习的孩子爱上学习的方法

像玩游戏一样设定限制时间 _125

学会“比例”就不会讨厌算术 _128

讨厌算术不等同于讨厌数学 _131

家长也要反复问自己“为什么” _133

让孩子尽情去做喜欢的事情 _137

让热爱运动的孩子爱上学习 _142

提高家长的经验值 _144

支持孩子当饺子店老板的梦想 _146

“喜欢的事物”也存在陷阱 _149

略长的后记 为了让孩子掌控考试，传授给父母这样三件事

眼泪让人长大 _153

成为货真价实的人 _157

最终那些坚持学习的人才不会被淘汰 _160

第1章



家长的认识会让孩子爱上学习





孩子讨厌学习的原因

新生们先后踏入补习班课堂。

家长们一般都会跟孩子一起,听开课前的说明和报名事宜。我跟家长 and 孩子们面对面坐下,看到家长脸上无一例外地带着期待,仿佛在说:“上了这个补习班,孩子的成绩一定会提高的。”

而孩子们则一脸黯淡,好像预感到“啊……又要被迫多学习了,不学不行啊”。

而眼睛发亮、带着期待的表情,好像在说“今后要在这个补习班上,跟着这位老师更用功地学习才是”的孩子,几乎一个都没有。

这究竟为什么呢?

对几乎所有的孩子来说,学习只代表着“苦行”。这又是什么?

就是因为他们都不理解“学习的意义”。



日本有句话叫“赛河原上堆石塔”，意思就是不断痛苦、空虚地重复做无意义的事情。对很多孩子来说，学习正像是在荒凉的河岸上不断滚着堆积石头的一个过程。

把学习看作此等苦差事的孩子们，稍微碰到一点问题就会产生受挫心理，一旦成绩出现下滑，精神也随之开始进入崩溃状态。

对这些孩子，哪怕再说“再加把油，鼓足斗志”也只是把他们逼到走投无路的境地。教这些学生的我们，也会感到很棘手。

所以，让孩子认识到学习的本质，这一步是很有必要的。

首先我们需要问：“你为什么要学习？”孩子如果一直以来都被父母和老师一味强迫学习，就会将内心裹上一层外壳，不愿意对大人吐露心声。

对这个问题，孩子们基本上都会如此回答：“因为我妈妈让我好好学习。”还有孩子回答：“如果不好好学习，就上不了好学校。”

然后我们会继续问：“为什么不上好学校就不行呢？”

孩子就会回答：“因为不上好学校就找不到好工作。”

“为什么找不到好工作不行呢？”“找不到好工作就过不上好日子。”孩子们一直做出重复的类似回答。

这时候就差不多该反问回去了。

“你真的确定吗？上不了好学校的人，就一定过不上好日子吗？”

这时孩子的脸上才会浮现出困惑的神情。“但是大家都是这



么说的啊。”

各位读者有何感想呢？

我们都是社会上打拼生存了很多年的大人，对这一点应该心知肚明：就算进不了所谓的“好学校”“好公司”，找不到“好工作”，但仍然过着“好日子”的人，简直是一抓一大把。

我也会给孩子们举这些人的例子，他们听了都会很惊讶。

“所以说，你们的爸妈说的话，跟现实还是有一定出入的。但他们希望你能过得幸福，这是毫无疑问的。不要忘记这一点就好。但实际情况并不如他们所说的。”

“所以你们的大脑需要重启一下。要明白，哪怕上不了好学校，也能尽情享受人生。就算学习不好，也能过上幸福生活。我说的话你们都清楚了吗？”

这么说的话，孩子们就会老实地点头回答“清楚了”。

然后我们再问一遍。

“清楚了的话，我还有一个问题，你想取得好成绩吗？”

孩子们还是无一例外地回答“想”。

“那是为什么呢？”

“成绩好的话，就更高兴。”

“成绩好就会高兴啊，为什么高兴呢？”

“因为觉得自己做得很好。”

也就是说，他们想“让自己能够做到”。想看到自己在成长。这跟因父母发脾气等原因而去学习是完全不同的。

按照我的想法,人类的 DNA 中本来就有“进取之心”。家长的虚荣心和面子被去掉后,孩子原本的进取心才会表露出来。

孩子们原本就是希望学习、希望成长的。

明白这一点之后,才能开始真正的学习。

我在这里丝毫没有批评那些希望孩子学习进步的家长们的意思。只是想说,加深对“学习本质”的认识,会有很大帮助。

可以说,一个孩子在学校要当英雄,要么学习好,要么运动好,要么在文化节和社团活动中表现活跃。

我虽然不赞同“成绩的好坏决定人生的幸福与否”这种说法,但却认为适当与他人进行“相对比较”是有益处的。

之所以比较会造成问题,是因为本末倒置而已。

孩子一上小学,立马被教育“如果成绩不好的话,未来将是一片黑暗”,根据相对评价,处在靠后位置的孩子们就会感到很绝望。

不应该这样,刚才说的学习也好,运动也好,都要让孩子先认识到学习或运动的本质,明白关注它的意义,再进行比较,只有这样,孩子们之间才会产生“自然竞争”关系,这样才可以得到相对健全的评价。

但是现在的学校,并不把竞争的本质传达给孩子们,而是直接进行相对评价,形成了“恶性竞争”的氛围。

竞争,就是通过击败对方来让自己占据高位。自己在这个过



程中完全没有感到成长的乐趣。竞争的对手,只不过是自己的“敌人”。

相反,能享受到个人成长乐趣的孩子们,在碰到对手时就会想:“那个人真是很努力啊。好嘞,那我也会进步的!”对手不再是敌人,而是可以使自己成长更有方向性的“目标”。

无论结果如何,最后总是可以跟对方握手言和。

相互认同“我们都很努力嘛”。

这一点非常重要,但有很多大人没有意识到这一点。

所以家长会说:“那孩子考了一百分,你怎么才考了八十分?”孩子们事先就被“成绩不好的话就没有将来”的价值观洗脑,就会产生“吊车尾”^①的心情。

这样的话,肯定自己是很困难的。

在没有自我成长这个坐标轴的情况下讨论相对评价是很不可取的,甚至有人提出应该改革为绝对评价,这些都是十分愚蠢的做法。

这是孩子们讨厌学习的其中一个原因。

评价的方法并不是问题所在。

问题是,是不是先给孩子灌输了“成绩决定人的价值”这一观念。

① “吊车尾”原意为吊在马车尾部的装饰,后来延伸为最后一名的意思。——译者注



束缚孩子的家长的价值观

接下来要说的,就是本章的正题。

上文所说的孩子们的状态及其背后的原因,不知道大家是否可以接受。

为了不被怒骂而学习。

为了将来进入好大学、好公司,过上好日子,而想得到好成绩。

这些究竟是哪些人的价值观?

这并不是孩子们想出来的,而是家长想出来的。这是家长们的价值观。

也就是说,家长们相信“如果成绩不好,就上不了好大学,进不了好公司,得不到好工作,就过不上好日子”。

然后家长们把这种观念,通过每天不断强化来灌输给孩子,让他们讨厌起学习来。那么家长们为何抱有这种价值观呢?



接下来我们就一起思考一下这个问题。

我当了十六年的补习班老师，在这个过程中对人进行过一些观察和思考。

或者说，为了教孩子们学习，首先不得不要观察一下人类这种生物。

结果，我明白了有些事情。

第一件就是，人类的言行举止是通过三种“本源”而发生的。在我看来，“本源”是形成人类言行及思维的基础。

从早上起床到晚上睡觉为止，所有的言行的基础。

首先是“欲望的本源”。任何人都“想得到爱”“想得到心灵的治愈”“想被认为是重要的存在”“想要被人佩服”。

接下来是“恐惧的本源”。“不想被伤害”“不想被疏远”“不想被讨厌”“不想遭受痛苦”，这些也都是人人都有的想法。

“欲望的本源”和“恐惧的本源”是内外一致的。因为“不想被伤害”其实就等于“想得到心灵的治愈”，“不想被疏远”就代表“想被认为是重要的存在”。

至于两者究竟谁强谁弱，会最终影响到人的言行，所以把二者分开来看。

此外还有一个“对自己及他人的爱的本源”。也可以说是“慈爱的本源”。