



天才

是这样炼成的

——快乐孩子更多的秘密

史蒂夫·比多尔夫 莎罗·比多尔夫 著

王 艺 李智平 译

教您如何培养聪明、坚强、自信、充满爱心的孩子

上海科学技术出版社

史蒂夫·比多尔夫

莎罗·比多尔夫

著

王 艺 李智平

译

天才

是这样炼成的

——快乐孩子更多的秘密

教您如何培养聪明、坚强、自信、充满爱心的孩子



上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

天才是这样炼成的:快乐孩子更多的秘密/(澳)史蒂夫·比多尔夫著,(澳)莎罗·比多尔夫著;王艺,李智平译.——上海:上海科学技术出版社,2009.1

ISBN 978-7-5323-9647-4

I.天… II.①史…②莎…③王…④李… III.儿童教育:家庭教育 IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 149935 号

Copyright © Steve and Shaaron Biddulph 1994, 1998

First published by Bay Books, Sydney, Australia in 1994.

This Chinese edition published by arrangement with
Harper Collins Publishers Pty Limited, Sydney, Australia.

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社
(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

上海书刊印刷有限公司印刷

开本 889×1194 1/32 印张 5.75

字数:95 千字

2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

定价:20.00 元

如发生质量问题,读者可向厂联系调换

内 容 提 要

在父母的眼里，孩子便是“花朵”，天真烂漫；在父母的期盼中，男孩该是“龙”，女孩子当是“凤”，龙凤呈祥。是“花朵”就需要呵护，成“龙”变“凤”就需要培养。

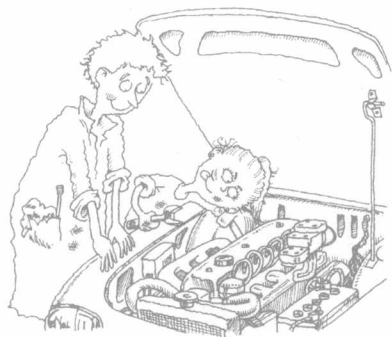
本书作者是成功的父母，也是成功的学者，在教育、培养孩子方面，心得和造诣都十分丰厚。他们从“培养未来的人才”着手，生动地演绎两种“爱”，即“慈爱：与您的孩子沟通”和“严爱：培养品行端正的孩子”，为“谁将抚养您的孩子”出谋划策；同时还以独到的眼光告诫父母，“养育男孩”和“养育女孩”是有区别的，并呼吁“家庭解放”。

它是畅销书《快乐孩子的秘密》的姐妹篇，给父母进一步揭示了“快乐孩子更多的秘密”，让人阅读后终于明白：原来“天才是这样炼成的”！



作者简介

史蒂夫·比多尔夫和莎罗·比多尔夫是两个孩子（分别为16岁和9岁）的父母。史蒂夫从事家庭心理学家的的工作已有20余年，并在全球各地举办关于童年生活的讲座，还著有其他5本书，包括全球发行量超过500万册的《快乐孩子的秘密》等。比多尔夫一家现住在澳大利亚的新南威尔士和英国两地。



致谢

感谢菲利普·桑德尔、卡罗恩·沃尔什和罗宾·弗里曼为本书出版所给予的帮助。感谢保罗·斯坦什以精湛的技艺将我们的想法画成漫画，跃然纸上。

对于我的伴侣莎罗·比多尔夫，我的感激之情更是无以言表，她养育孩子的智慧，以及在育儿和写作方面给予我的帮助，使我深受感动。

在撰写本书期间，我自己的小孩也渐渐长大，从小婴儿变成了年轻人。此间得到许多人的帮助，帮我们生存、学习和发展，在这里对这些人说一声谢谢！

感谢ITA杂志允许我援引柯斯蒂·库克伯恩的文章，感谢Boxtree出版社允许引用鲍勃·马兰的文章“母亲是必要的吗”，感谢罗斯·利弗允许引用“如此甜蜜的忧伤”，感谢克里斯托弗·格林允许引用“幼儿教育”；感谢《读者文摘》允许引用卡尔·津泽默斯特的文章“日间保育的真相”，感谢澳大利亚家庭协会，尤其是盖伊·奥蔡尔垂的《澳大利亚家庭中的儿童》一书，感谢《墨尔本时代报》和玛丽·伯希赖特允许全文引用她的文章“我的女儿，我永远的孩子”，感谢《信使报》允许使用本杰明·斯帕克的言论以及关于工作中母亲的资料。还要感谢位于墨尔本的儿童早期发展研究院图书馆馆员提供的无私帮助和研究设施。

插图

专家的说教对于家庭的健康可能是一种危害。

幸运的是，本书与“专家”二字无关！

就请您把它当作友好的建议与支持吧！

在您的心目中，您知道对您自己和您的孩子而言什么才是正确的。



自序

1

自
序

从我写就第一本有关育儿的书籍以来,时间已经过去了14载。在这些年间,人们对《快乐孩子的秘密》一书的反应,深深地影响了我。我每次和莎罗出国旅行的体会都像故地重游,拜访老朋友一般。读者们给我的内心注入了自信,使我引以为豪的同时又令我颇感不安,以及让我感到震撼的是,无论在哪里,人们都如此关心自己的孩子。

为人父母的感觉变幻莫测,有时它可以让您感到无比幸福,有时又让您觉得心如刀绞。如果有人说这是一件轻松活,千万别轻信。

目前,市面上有上百种关于育儿的书籍,这些书籍无一例外都令我产生一种奇怪的感觉——让我觉得很难受:语言逻辑严密,语气充满愉悦;书中尽是轻松愉快的建议和冗长却又整洁的列表——比如“让小孩充满自信的四个步骤”。开什么玩笑?我们还是回到现实吧。

话说回来,有些事情是非做不可的——因为许多父母都迫切需要答案。那么,我的第二本书怎么来解决这些问题呢?与第一本书比起来,这本书的讨论更加深入,因为这是数以千计的家长

的智慧结晶。在本书中您将了解到“严爱”和“慈爱”，这两个概念将成为改变家庭生活的利器。这两个概念很好地解释了养育儿女的目标——将他们抚养成有爱心、有毅力、聪明的年轻人。

本书还指出父母面临的两大挑战：

- 放弃使用暴力以及恐吓性的家教手段。
- 亲自抚养自己的孩子，而不是推给别人去做。

2 养育孩子使您重新发现自己，这是显而易见的，而且绝对值得去做。总而言之，这本书并不会给您列出显而易见的答案，而是提供一些有用的思想，帮助您找出“适合自己的方法”。

深深祝您家庭幸福！

史蒂夫·比多尔夫

Steve Biddulph



目录

1

目
录



第一章 培养未来的人才

把您的孩子看作是给予您的礼物/2

两种不同的爱/4

什么是慈爱/4

什么是严爱/5

找到平衡/5

调整平衡标准的问题/6

了解您爱孩子的方式/7

关于慈爱/7

关于严爱/7

测试结果/9



第二章 慈爱：与您的孩子沟通

要深爱您身体里的小生命/12

当您还是一个孩子的时候，有没有学过如何去爱/14

治愈母亲，帮助儿子/17

身体接触的力量/18



2

天才是这样炼成的
——快乐孩子更多的秘密



第三章 严爱：培养品行端正的孩子

想方设法进行身体接触/19

表扬的力量/20

本周练习——素质/21

时间/22

增强爱的能力/24

让您的大脑回家/25

像孩子那样，快乐存在于“现在”/27

美好的时刻/27

让每天都以快乐作为结束/28

“疯狂”的家庭生活/29

禅定：一种让自己静下心来技巧/30

个人时间——每个父母都必需的东西/32

家庭的生活之树/33

让孩子像个孩子/35

一些可行的建议/37

特别发现——孩子们需要的新型维生素/38

为什么需要纪律/42

“冷静思考”与“交涉”/45

露西的较劲/45

没有伤害，没有责怪，没有害怕/48

是淘气还是精力过剩/48

传统手段不再适用/50

如何使用“冷静思考”和“交涉”这两种方法/51

一种崭新的方法/54

让孩子听话的三个窍门/55

预防/55

转移/57

对峙/57

用3年时间从一个刚学步的婴儿成为一个明白事理的孩子/58

表现出严爱的态度/60

如果为了只求万事大吉而向孩子妥协，情况会怎样/61

培养人见人爱的孩子，一步一个目标/62
什么时候开始对孩子进行纪律教育/63
婴儿/63
刚学步的孩子/64
学龄前和学龄儿童/66
青少年/66
父母在“站着思考”和“交涉”方面经常提出的问题/68
传统教育方法的利弊/72
殴打和暴力/73
羞辱和责骂/73
奖惩机制/73
暂停/74
帮助孩子树立价值观/76
我应该打孩子吗——每个家长都必须做出的重要决定/77
态度经历了转变/78
为何父母会打孩子/79
不用“棍棒”管教孩子/81
作出决定/82
结束语/84



第四章 谁将养育您的孩子

跟着您的想法走/86
儿童保育——一项新的发明/87
家长的第二大决定/89
布谷鸟文化/89
既是个人观点，又是最新研究结果/91
儿童保育的优点/93
勇敢地面对事实/93
“我没有别的选择，应该怎么办”——必须工作的妈妈/95
打击年轻父母的信心/95
寻找平衡点，但避免妥协/96
一则新闻报道/98



- 留在家中照顾小孩的七个“野蛮”理由/98
- 父母为什么选择儿童保育/100
- 如果您不是别无选择，而是不喜欢养育孩子/101
- 如何辨别儿童保育对小孩的伤害/102
- 您可以观察接受保育的孩子/105
- 几个选择的比较/106
- 儿童保育中心是怎样的/106
- 家庭日间保育/107
- 学前班/109
- 保姆/109
- 家人和朋友/111
- 教养——保育的难点/111
- 高质量的保育也只是保育而已/112
- 照顾不等于爱/113
- 整体的情况如何/114
- 真正的问题——育儿的难处/116
- 恢复市郊的活力/117
- 这是最佳的生活方式吗/117
- 合住房屋的格局/118
- 儿童安全成长的好地方/119
- 低廉的生活成本/119
- 观点不一——专家们的争论/120
- 还有，还有/123
- 一些建议/124
- 看年龄/124
- 看保育类型/125
- 看您的情况/125



第五章 养育男孩



- 让儿子拥有积极的自我形象/128
- 我们需要什么样的男人/129
- 世界如何对待男孩/130

- 爸爸们都去哪里了/132
- 单身母亲该怎么办/133
- 严厉的管教，温和的爱/133
- 男孩为什么淘气/134
- 寻找合适的榜样/135
- 送他到爸爸家/136
- 为人之父的真正意义/136
- 打打闹闹/137
- 多动手，多教育/138
- 听着/138
- 亲力亲为/139
- 让儿子接触其他男性/140
- 男孩需要保护/140
- 男孩理解事物，需要大人的帮助/142
- 教会您的儿子尊重女性/142
- 帮助儿子学习家务技能/143
- 小结/144



第六章 养育女孩

- 母亲与女儿/146
- 父母的五种类型/148
- 辱骂型/149
- 条件型/149
- 溺爱型/150
- 疏忽型/151
- 果断关爱型/152
- 如果小孩有残疾/153
- 我的女儿，我永远的宝贝/153
- 父女关系/159
- 亲近但不要越线/160
- 让女孩学会独立/161





第七章 家庭解放

是作出改变的时候了/164

家长生气了/164

积极的新联盟/165

路在前方/166

引导家庭解放行动的信仰宣言/167

6



第一章

培养未来的人才

“慈爱”和“严爱”，
成就天才的法宝，改变家庭生活的利器



想像一下这个场景：您坐在前门的门廊上。在您面前的是您家的花园和充满绿阴的街道。除了偶尔几声鸟鸣之外没有别的噪声。您已步入老年，但依旧拥有健康的肤色和良好的身体，您穿的衣服温暖而柔软。

此时，一辆豪华、光鲜的轿车安静地停在您面前。从车里走出来的是一群充满活力的成年人。他们是您的那些已经长大的孩子！

他们一个接一个给您热烈的拥抱。他们充满活力，对能够见到您感到非常高兴。他们坐下来向您诉说着他们最近的事业、最新的成就，以及各自家庭的新鲜事。您从房间里拿出许多食物和饮料，继续和他们海阔天空地闲聊。不知不觉便到了他们该离开的时间。

您走进屋，套上了一件温暖的羊毛衫。

然后，您在窗边坐了很久，回忆着以前当他们还是孩子的时候。您对他们如今所取得的成就，以及对社会所作出的贡献，感到无比自豪。



把您的孩子看作是给予您的礼物

如果您准备相信各种媒体的宣传，那么您就会认为孩子只会带来令人头疼的问题——行为举止的问题、儿童教育的问题、健康保健的问题。

这是一个可怕的论调，因为事实是：孩子是一件美丽的礼物。其实，我们内心深知这一点，只是有时会淡忘。每5对夫妇中有一对有生育的问题，而这对夫妇就非常清