

The Price of Privilege

Madeline Levine

给孩子 金钱买不到 的富足

(美) 玛德琳·莱文 著 余欲弟 译

临床心理学博士玛德琳·莱文从业30年、
富裕时代，我们应该怎样

学者的研究成果：

本书如一剂清醒剂，让父母认清到底什么才是教养的重点！——素黑

风靡全美 版权输出10国 妈妈们争相传阅

金韵蓉 郑先子 李文道 刘称莲 齐声推荐



中信出版社·CHINA CITIC PRESS

——
美国
最受父母欢迎图书
上市加印17次！

——
荣登台湾
诚品书店畅销书榜

(美) 玛德琳·莱文 著 余欲弟 译

给孩子
金钱买不到
的富足

THE PRICE OF PRIVILEGE

中信出版社·CHINACITICPRESS·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

给孩子金钱买不到的富足 / (美) 莱文著 ; 余欲弟译. —北京 : 中信出版社, 2014.2

书名原文 : The Price of Privilege:How Parental Pressure and Material Advantage Are Creating a
Generation of Disconnected and Unhappy Kids

ISBN 978-7-5086-4018-1

I. 给… II. ①莱… ②余… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 099741 号

Copyright © 2006 by Madeline Levine

All rights reserved including the rights of reproduction in whole or in part in any form

Simplified Chinese translation copyright © 2014 by China CITIC Press

ALL RIGHTS RESERVED

本书仅限中国大陆地区发行销售

给孩子金钱买不到的富足

著 者 : [美] 玛德琳·莱文

译 者 : 余欲弟

策划推广 : 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行 : 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者 : 三河市西华印务有限公司

开 本 : 787mm × 1092mm 1/16

印 张 : 15.75

字 数 : 170 千字

版 次 : 2014 年 2 月第 1 版

印 次 : 2014 年 2 月第 1 次印刷

京权图字 : 01-2013-0704

广告经营许可证 : 京朝工商广字第 8087 号

书 号 : ISBN 978-7-5086-4018-1/G · 997

定 价 : 35.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线 : 010-84849555 服务传真 : 010-84849000

投稿邮箱 : author@citicpub.com



第一部分 为什么生活更好了，孩子却不快乐？ 6

第1章 生活富足的孩子内心或许更贫乏 9

- 为什么物质丰裕的孩子会觉得如此空虚？ 15
- 我们太关注孩子“做什么”，忘了孩子“是什么” 19

第2章 为什么孩子总是很苦恼？ 23

- 请正视问题的严重性 26
- 青春期的叛逆，长大不就没事了吗？ 32
- 出身富裕家庭的孩子，不是一定会获得所有需要的帮助吗？ 34
- 过度关心带来的压力 36
- 为何父母的关心总是不够？ 42

第3章 为何金钱买不到孩子心理的健康？ 47

- 金钱无法让我们更快乐 49
- 丰沛的物质如何妨碍孩子的情绪发展？ 52
- 拜金主义，带给孩子错误的价值观 56
- 搞不定孩子就利用物质来解决？ 60
- 拜金下的竞争很危险？ 62
- 孩子的内心伤口是无法靠钱来治愈的 63
- 收买孩子，只会加深孩子的贪念 65
- 内在的激励，才是促使孩子发展兴趣、能力的推动力 66

第二部分 富裕文化如何阻碍孩子的自我发展? 70

第4章 什么是健康的“自我”? 73

心理健康的孩子能够“拥有”自己的生活	81
学习放松,适时放手,才能帮助孩子发展自我	84
懂得自我管理的孩子,能够控制他们的冲动	87
培养有“同理心”的孩子,对人慷慨又充满爱心	92
给孩子一个可以喘息、冷静下来的“内在家园”	97
让孩子保有安全的空间来发展自己的兴趣	100
让孩子知道什么真的重要以及什么无所谓	104

第5章 不同的年龄,不同的教养策略 107

二到四岁,神奇的年龄	113
五到七岁,宇宙的主宰	118
八到十一岁,我做得怎么样?	122
十二到十四岁,我的孩子怎么了?	127
十五到十七岁,塑造“真实的我”	134



第三部分 认识教养的关键与重点 140

第6章 懂得亲情交流才是教养的关键 143

认识你的教养形态	146
以温情保障情绪的发展	149
为何夸赞有时起了反作用?	158
避免由批评和抗拒造成的伤害	163

第7章 纪律和控制扮演“黑脸”的狠角色 171

技巧1 坚定而清楚地阐明你的权威	173
技巧2 掌握孩子的行踪	175
技巧3 适当约束, 让孩子知道你说到做到	176
技巧4 保有弹性, 知道何时该让步	178
技巧5 从孩子小时候就树立规范	180
技巧6 厘清“掌握情况”与“掌控”之间的差异	181

第四部分 为什么你必须比孩子更早独立? 186

第8章 理性面对文化和社会中的挑战 189

选择适合自己的教养方式，不人云亦云	193
要求孩子对自己负责时，父母也要以身作则	195
过分要求完美，可能会带来更大失败	199
和孩子一起克服对物质生活过分渴求的欲望	204
让自己免受暴力的欺凌	208
离婚的威胁和可能失婚的形态	212
萨曼莎的故事：在黑暗中摸索	216

第9章 除了最缺的，什么都不缺的富妈妈 223

认清“做个好妈妈”的压力	226
正视我们的教养问题	230
别害怕流露自己的脆弱	231
面对忧郁的心情	235
父母也要照顾和结交朋友	237
已婚妇女工作与否的利弊得失	239
重视自己的成长和发展	243

(美) 玛德琳·莱文 著 余欲弟 译

给孩子
金钱买不到
的富足

THE PRICE OF PRIVILEGE

中信出版社·CHINACITICPRESS·北京·



第一部分 为什么生活更好了，孩子却不快乐？ 6

第1章 生活富足的孩子内心或许更贫乏 9

为什么物质丰裕的孩子会觉得如此空虚？ 15

我们太关注孩子“做什么”，忘了孩子“是什么” 19

第2章 为什么孩子总是很苦恼？ 23

请正视问题的严重性 26

青春期的叛逆，长大不就没事了吗？ 32

出身富裕家庭的孩子，不是一定会获得所有需要的帮助吗？ 34

过度关心带来的压力 36

为何父母的关心总是不够？ 42

第3章 为何金钱买不到孩子心理的健康？ 47

金钱无法让我们更快乐 49

丰沛的物质如何妨碍孩子的情绪发展？ 52

拜金主义，带给孩子错误的价值观 56

搞不定孩子就利用物质来解决？ 60

拜金下的竞争很危险？ 62

孩子的内心伤口是无法靠钱来治愈的 63

收买孩子，只会加深孩子的贪念 65

内在的激励，才是促使孩子发展兴趣、能力的推动力 66

第二部分 富裕文化如何阻碍孩子的自我发展? 70

第4章 什么是健康的“自我”? 73

心理健康的孩子能够“拥有”自己的生活	81
学习放松，适时放手，才能帮助孩子发展自我	84
懂得自我管理的孩子，能够控制他们的冲动	87
培养有“同理心”的孩子，对人慷慨又充满爱心	92
给孩子一个可以喘息、冷静下来的“内在家园”	97
让孩子保有安全的空间来发展自己的兴趣	100
让孩子知道什么真的重要以及什么无所谓	104

第5章 不同的年龄，不同的教养策略 107

二到四岁，神奇的年龄	113
五到七岁，宇宙的主宰	118
八到十一岁，我做得怎么样?	122
十二到十四岁，我的孩子怎么了?	127
十五到十七岁，塑造“真实的我”	134

第三部分 认识教养的关键与重点

140

第6章 懂得亲情交流才是教养的关键

143

认识你的教养形态	146
以温情保障情绪的发展	149
为何夸赞有时起了反作用?	158
避免由批评和抗拒造成的伤害	163

第7章 纪律和控制扮演“黑脸”的狠角色

171

技巧1 坚定而清楚地阐明你的权威	173
技巧2 掌握孩子的行踪	175
技巧3 适当约束, 让孩子知道你说到做到	176
技巧4 保有弹性, 知道何时该让步	178
技巧5 从孩子小时候就树立规范	180
技巧6 厘清“掌握情况”与“掌控”之间的差异	181

第四部分 为什么你必须比孩子更早独立? 186

第8章 理性面对文化和社会中的挑战 189

选择适合自己的教养方式，不人云亦云	193
要求孩子对自己负责时，父母也要以身作则	195
过分要求完美，可能会带来更大失败	199
和孩子一起克服对物质生活过分渴求的欲望	204
让自己免受暴力的欺凌	208
离婚的威胁和可能失婚的形态	212
萨曼莎的故事：在黑暗中摸索	216

第9章 除了最缺的，什么都不缺的富妈妈 223

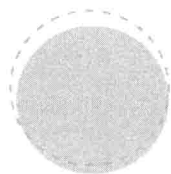
认清“做个好妈妈”的压力	226
正视我们的教养问题	230
别害怕流露自己的脆弱	231
面对忧郁的心情	235
父母也要照顾和结交朋友	237
已婚妇女工作与否的利弊得失	239
重视自己的成长和发展	243



第一部分

为什么生活更好了，

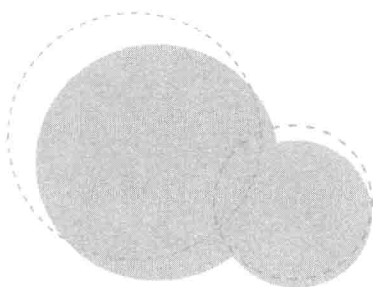
孩子却不快乐？



第1章 生活富足的孩子内心或许更贫乏

第2章 为什么孩子总是很苦恼？

第3章 为何金钱买不到孩子心理的健康？



第1章

生活富足的孩子 内心或许更贫乏

物质的富足以及父母的过度介入是
造成孩子不快乐和脆弱的原因！

周五下午六点十五分，送走这个星期最后一位闷闷不乐的小病人后，我关上门，颓然倒在我那把老椅子上，浑身筋疲力尽，莫名地感到有些泫然欲泣。刚离开办公室的那名十五岁女孩，聪明、积极，虽然备受父母宠爱却满腹怒气，父母的过度关心让她感到无比沉重。她曾用刀片在自己的左前臂上刻了“空虚”两个字，当我们聊到这个伤口时，她把袖口开洞可以套过拇指的长袖T恤卷起来，让我看她的伤痕。这种长袖T恤通常都是穿来掩饰一系列的自残行为，像是用利器切割、别针穿刺或用火柴烧自己的身体。我试图去想象我的小病人到底有多不快乐，竟然得把她的痛苦割进肉里去。

身为治疗不快乐青少年已超过二十五年的心理医生，看过形形色色的个案，我很疑惑为什么这个孩子会让我如此筋疲力尽。我住的地方和办公室都位于一处中上阶层的社区，这里的父母均受过教育，也很注重教养，但都显得忧心忡忡，且看得出来他们对子女有很高的期望。这是一个富裕的社区，社区里的青少年都备受父母关心且经济优渥，但不少上门就诊的青少年却展