

影响日本、中国、韩国几代父母  
改变数百万孩子成长之路的杰出教育家

多湖辉  
优质家教方案

如何让孩子改掉  
拖拖拉拉的坏毛病，  
**养成积极主动的  
好习惯！**



〔日〕多湖辉 著 陈潇 译



如何让孩子改掉  
拖拖拉拉的坏毛病，  
**养成积极主动的  
好习惯！**

〔日〕多湖辉 著 陈潇 译

南海出版公司  
2009·海口

## 图书在版编目(CIP)数据

如何让孩子改掉拖拖拉拉的坏毛病, 养成积极主动的好习惯! / [日] 多湖辉著; 陈潇译. - 海口: 南海出版公司, 2009.2

ISBN 978-7-5442-4408-4

I. 如… II. ①多… ②陈… III. 儿童教育; 家庭教育  
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 010144 号

著作权合同登记号 图字: 30-2008-243

[HAYAKU HAYAKU] GA KODOMO WO DAME NI SURU

© AKIRA TAGO 2003

Originally published in Japan in 2003 by SHINKOUSHI CO., LTD..

Chinese translation rights arranged through DAIKOUSHA INC., KAWAGOE.

All Rights Reserved

RUHE RANG HAIZI GAIDIAO TUOTUOLALA DE HUAI MAOBING, YANGCHENG JIJI  
ZHUDONG DE HAO XIGUAN!

如何让孩子改掉拖拖拉拉的坏毛病, 养成积极主动的好习惯!

---

作 者	[日] 多湖辉
译 者	陈 潇
责任编辑	李玉珍
丛书策划	新经典文化 www.readinglife.com
装帧设计	崔振江 内文制作 北京文辉伟业
出版发行	南海出版公司 电话 (0898)66568511
社 址	海口市海秀中路 51 号星华大厦五楼 邮编 570206
电子邮箱	nanhaicbgs@yahoo.com.cn
经 销	新华书店
印 刷	三河市三佳印刷装订有限公司
开 本	710 毫米 × 930 毫米 1/16
印 张	9.25
字 数	87 千
版 次	2009 年 2 月第 1 版 2009 年 2 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5442-4408-4
定 价	20.00 元

---

南海版图书 版权所有 盗版必究



## 目 录 Contents

### 前言 和孩子一起享受生活

#### 第一章 总催会扰乱孩子的心

总催会让孩子更混乱 / 9

说“快点快点”，会妨碍孩子独立 / 11

同时催几件事会分散孩子的注意力 / 14

总催无法培养孩子的自理能力 / 16

催“快点说清楚”，会加深母子间的隔阂 / 18

说“真不像话”，会让孩子自暴自弃 / 20

教育不能有例外 / 22

说“别撒谎”，只会让孩子撒更大的谎 / 24

逼问只会使孩子成为撒谎高手 / 26

谨小慎微会让孩子交不到朋友 / 28

说“继续努力”会使孩子泄气 / 30

#### 第二章 妈妈不耐烦才会催孩子

孩子有自己做事的节奏 / 35



“现在很忙”只是妈妈的借口 / 37

在说“很忙”前，先问一声“什么事啊” / 39

说“知道了”，会打消孩子聊天的热情 / 41

不要封住亲子交流的切入口 / 43

说“弄脏了吧”，是因为怕孩子添麻烦 / 45

教育孩子是要花时间的 / 48

父母要注意自己的言行 / 50

用平和的语气对孩子说“别急” / 52

问“作业做完了吗”，是在催孩子 / 54

说“我有空”可以增进母子交流 / 55

### **第三章 不要放弃孩子的梦想**

不要轻易击碎孩子的梦想 / 61

不要说反话，要正面鼓励孩子 / 63

说“有其父必有其子”，对孩子不公平 / 65

不催促，孩子才会主动去做 / 67

频繁地提醒会抹杀孩子的好奇心 / 69

和蔼的爸爸让孩子更轻松 / 71

说“你可是个男孩子”，是在批评孩子懦弱 / 73



说“女孩要文静”，会缩小孩子的生活空间 / 76

教育孩子要有一个良好的心态 / 78

请信任自己的孩子 / 79

要从现在开始教育孩子 / 81

即使鼓励孩子也不能撒谎 / 84

#### **第四章 幸福妈妈懂得“放手”**

妈妈不在身边时，孩子反而能做好事 / 89

父母不在场时，兄弟姐妹不会吵架 / 91

适当放手是重要的教育技巧 / 92

妈妈的道谢会使孩子心情愉悦 / 94

妈妈做错了要老实认错 / 96

发掘孩子成长中的乐趣 / 98

妈妈也有慢吞吞的时候 / 100

“利用”爸爸更好地教育孩子 / 102

妈妈不要总是一个人忙得团团转 / 105

做一个幸福的妈妈 / 107

幸福的妈妈懂得如何放手 / 109



## 第五章 孩子与妈妈的节奏

孩子的速度与节奏 / 115

和孩子一起享受悠闲时光 / 117

微笑着告诉自己“不要急” / 119

要懂得欣赏孩子的幽默 / 121

偶尔和孩子商量一下事情 / 123

在家务上偷偷懒 / 126

说“歇会儿吧”更能让孩子集中注意力 / 128

妈妈要有快乐的心情 / 130

妈妈有理想，孩子更要有理想 / 132

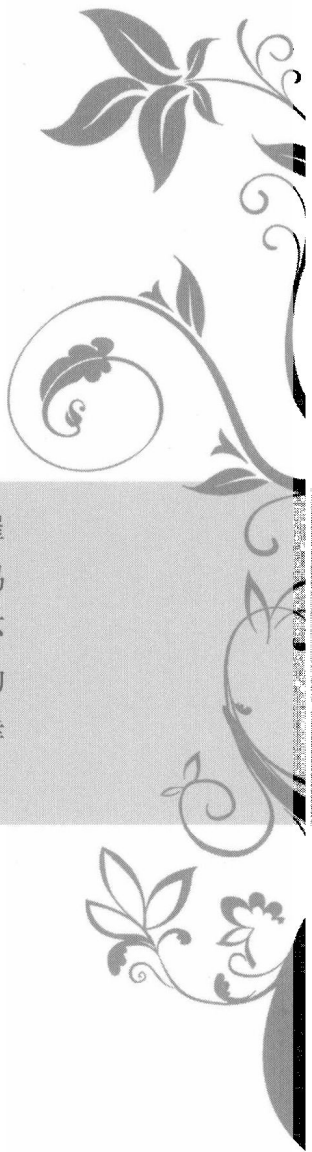
孩子的成长是父母最大的幸福 / 134

## 结语 献给疲惫的妈妈们

# 前言

## 和孩子一起享受生活

孩子有自己的生活节奏和做事速度，妈妈总催会让们感到慌张，感到很有压力。与其催促，妈妈不如配合孩子的节奏，多给孩子一点自由，这不仅让自己轻松一些，还会发现以前没有注意到的孩子的优点。放松下来，和孩子一起享受悠闲、幸福的亲子时光吧！







## 都市里的悠闲时光

前几天，我在雨后的街上散步时遇到这样一件事：

一位三四十岁的妈妈领着女儿走在我前面，两个人正准备过马路。商业街的马路有点宽，交通灯马上就要变成黄灯了，走在这对母女前面的人都已经跑起来了，和她们拉开了一段距离。

我本来也想趁灯没变前赶紧跑过去。可是看到刚下完雨还湿漉漉的柏油路，便打消了这个念头。“紧跑几步也是能跑过去的，可路上都是水，还是等等再走吧。”我这样想着，脚下的步伐也渐渐慢了下来。这时，黄灯开始闪烁，红灯就要亮了。我突然听到走在前面的妈妈对女儿说：“快点走啊！要变红灯了！”但孩子对妈妈的话好像完全没有反应，这个孩子看上去也就上小学三四年级吧。

“看看，变成红灯了吧！都是因为你东张西望，走得这么慢！”妈妈似乎还想说什么，却被孩子兴奋的声音打断了，她指向妈妈身后的天空，高兴地喊道：“妈妈，你看，你看，彩虹！”

多漂亮啊！”我也顺着孩子指的方向看去，在两幢大厦之间，蓝天上果然架着一道彩虹，确实很漂亮。

“啊，真的是彩虹！真漂亮啊！已经好久没看见过彩虹了！”妈妈一边看着彩虹，一边高兴地说。路边等红灯的人听见母女俩的对话，都纷纷抬头仰望。周围依旧是车水马龙，但在那个时刻，世界好像静止了一样，一切都是那样美好与闲适。

## 你注意到孩子的反感了吗

妈妈们平时都很爱催孩子“快点快点”吧。换句话说，在妈妈看来，孩子永远都是慢慢腾腾、磨磨蹭蹭的；永远都是悠闲自在、不慌不忙的，或者说做事很没有效率。

让我们来看看孩子们的情况，他们经常被妈妈催太慢，最后很可能就会认为：“我也许真的很磨蹭。”

我想问问经常催孩子的妈妈们，你们小的时候，是不是也经常被妈妈催“快点快点”？当时你们是不是也觉得很烦，经常想：“真啰唆，我又不是大人，哪能那么快啊。”

那么，你们现在催自己的孩子的时候，是否回想过自己小时候对妈妈催促的反感呢？恐怕没有吧。你们现在当妈妈了，是大人，大人有自己的时间表和节奏，能把东西收拾得整整齐齐，有效地利用每一分、每一秒，不论是干家务活儿还是处理工作上的事情都是这么利落。而且觉得只有这样，才感觉放心、踏实。

但是妈妈们并没有注意到，孩子们有自己的生活节奏。这种生活节奏在成人看来慢得简直让人急得牙痒痒，但对孩子们来说却是恰到好处的。就举前面那个例子来说吧，比起紧跑几步快速通过马路，孩子觉得彩虹更有趣。

所以，妈妈们要多多理解孩子。多给孩子一点自由，这样也能给自己的心灵带来一份悠闲。留有这样的空间，妈妈就会发现孩子更多的优点。

其实，妈妈在催孩子“快点快点”的时候，看到的只是孩子的缺点。甚至可以说是妈妈们“心不在焉”，脑子里只想着接下来的计划，根本就没注意孩子。妈妈只是看到孩子慢慢腾腾、磨磨蹭蹭的有点生气，于是一个劲儿地大声催孩子“快点快点”罢了。

不仅如此，我还注意到：与之前相比，最近这种爱催孩子的妈妈似乎越来越多了。

的确，现在的生活比过去方便多了，效率也提高了，整个社会的节奏也比以前快了一拍。但是人们并没有因此而感到悠闲轻

松，反而更忙碌了，大家都被各种计划赶着走。

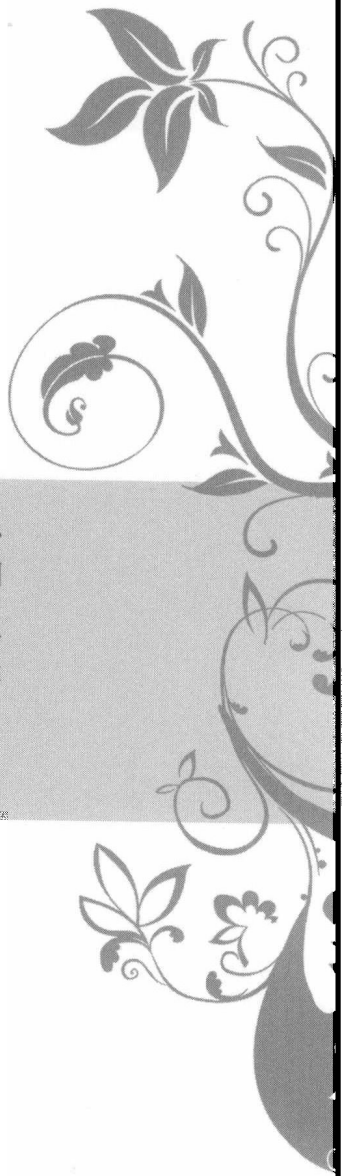
总是催孩子的妈妈们不也是这样吗？因为急着要去干下一件事，实在受不了孩子慢腾腾的速度，于是嘴里不知不觉地就溜出“快点快点”这样的话了。

在这里，我想提醒各位妈妈，不要忘了孩子有自己的生活节奏，不要总催孩子，将自己的压力强加给孩子。与其催促孩子，不如配合孩子的节奏，和他一起享受时光，这不是很好吗？希望各位妈妈在读这本书的时候回想一下自己的口头禅，不时反省一下自己的做法，做一个快乐、积极的好妈妈。

# 第一章

## 总催会扰乱孩子的心

妈妈在教育孩子的时候，不仅会催他们“快点快点”，还经常说“会了吗”、“真不像话”、“别撒谎”等。可是这些话不仅不能让孩子改掉拖拉的毛病，培养孩子的自理能力，还会打乱他们做事的节奏，分散孩子的注意力，甚至会让母子间产生隔阂。





## 总催会让孩子更混乱

妈妈们对孩子磨破嘴皮、苦口婆心最爱说这两句话：一句是“快点干”，另一句是“好好干”。

比如，看到孩子把桌子弄得乱七八糟的，漫画、玩具、游戏机、课本、练习册等都胡乱地堆在桌子上，一般来说妈妈都难以忍受。

大多数妈妈会大声地训斥孩子：“桌子这么乱，怎么能做作业！快点收拾干净！”

这个时候，“快点收拾干净”就是第一声训斥。

挨了训的孩子一般都会慌慌张张地开始收拾桌子，但是很少有孩子能够达到大人所要求的那么麻利又那么整齐。

孩子们一般都是把漫画和玩具随便塞到书柜和玩具箱，桌子上还是凌乱地摆着铅笔、橡皮、剪刀等，测验的试卷也到处飞。然后再把课本和练习册随便找个地方一塞了事。

“干什么呢？这是整理吗？”



这时响起了妈妈的第二声训斥，这回是要求“好好干”。对于孩子来说，最困难的莫过于此。“好好整理”就是说必须把漫画、玩具、游戏机都收拾整齐，放到各自的箱子里，课本和文具也是一样。

这时，因为要“好好整理”，所以孩子的动作慢了下来。看到孩子慢腾腾地半天也没什么进展，妈妈就会发出第三声训斥：“快点干！”

在短短的几分钟里，妈妈接连发出了“快点干”和“好好干”两个命令，孩子到底该听哪个呢？

“好好整理的话，肯定要花很长时间。但是妈妈又说‘快点’。这不是矛盾的、不可能做到的吗？”恐怕孩子们心里都在这样发牢骚吧。我赞成孩子们的想法。妈妈的这两句话本来就是矛盾的。

如果只有一句话，孩子就不会觉得难办或矛盾了。假如只能说一句话，妈妈们会选哪一句呢？

我想会选“好好干”吧。把乱七八糟的桌子收拾干净，意思应该是整理得整整齐齐。如果桌子收拾干净了，地板却被弄得乱糟糟的，还是没有“收拾干净”。这样一来，妈妈催“快点干”不是只会让孩子更混乱吗？

妈妈催孩子“快点干”的时候，最容易出现这样的矛盾。恐怕妈妈们自己也注意到了这一点，但是总是不知不觉地就催促