

明桥大二

快乐

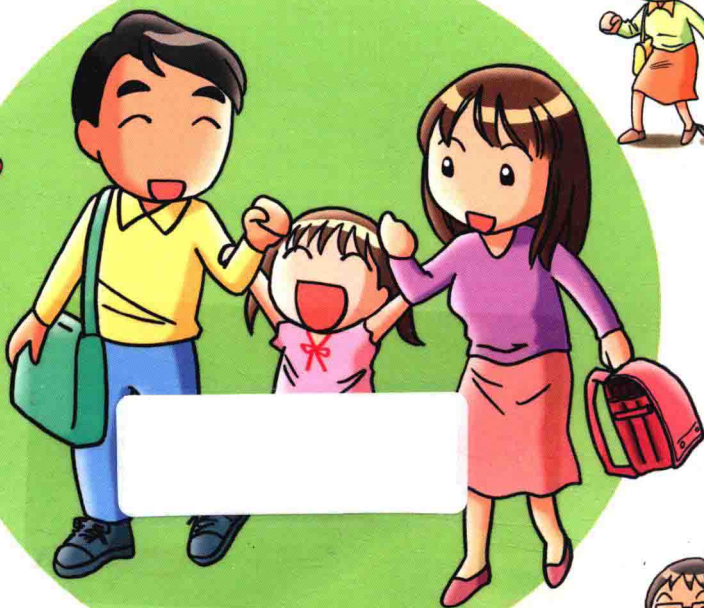
家庭育儿

[日]明桥大二 著
育儿专家
儿童心理专家

[日]太田知子 绘
妈妈插画家

邢行丽 译

塑造孩子好性格



人民东方出版传媒
People's Oriental Publishing & Media
東方出版社
The Oriental Press

明桥大二



快乐

家庭育儿

[日]明桥大二 著

育儿专家
儿童心理专家

[日]太田知子 绘

妈妈插画家

邢行丽 译

塑造孩子好性格

人民东方出版传媒

People's Oriental Publishing & Media



东方出版社

The Oriental Press

图书在版编目 (C I P) 数据

塑造孩子好性格 / (日) 明桥大二著 ; (日) 太田知子绘 ; 邢行丽译 . — 北京 : 东方出版社 , 2018.8
(明桥大二快乐家庭育儿)
ISBN 978-7-5060-9412-2

I . ① 塑 … II . ① 明 … ② 太 … ③ 邢 … III . ① 性格 - 家庭教育 - 儿童教育 IV . ① G781

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 321014 号

Kosodate Happy Advice 3

by Daiji Akehashi

Copyright © Daiji Akehashi 2006

All rights reserved

Simplified Chinese translation copyright © ICHIMANNENDO PUBLISHING. 2006

Published by Oriental Press.2016

First original Japanese edition published by ICHIMANNENDO PUBLISHING. 2006.
Simplified Chinese translation rights arranged with ICHIMANNENDO PUBLISHING
through BEIJING HANHE CULTURE COMMUNICATIONS CO., LTD.

本书中文简体字版权由汉和国际 (香港) 有限公司代理

中文简体字版专有权属东方出版社

著作权合同登记号 图字 : 01-2016-8323

明桥大二快乐家庭育儿 : 塑造孩子好性格

(MINGQIAODA' ER KUAILE JIATING YU' ER : SUZAO HAIZI HAOXINGGE)

作 者 : [日] 明桥大二

绘 者 : [日] 太田知子

译 者 : 邢行丽

产品经理 : 张 旭 边梦飞

责任编辑 : 王莉莉

出 版 : 东方出版社

发 行 : 人民东方出版传媒有限公司

地 址 : 北京市东城区东四十条 113 号

邮政编码 : 100007

印 刷 : 小森印刷 (北京) 有限公司

版 次 : 2018 年 8 月第 1 版

印 次 : 2018 年 8 月第 1 次印刷

印 数 : 1—10000 册

开 本 : 880 × 1230 毫米 1/32

印 张 : 5

字 数 : 60 千字

书 号 : ISBN 978-7-5060-9412-2

定 价 : 39.80 元

发行电话 : (010) 85924663 85924644 85924641

版权所有 , 违者必究

如有印装质量问题 , 请拨打电话 : (010) 64023113

序 言

前些天，我跟一位妈妈有过这样一场对话。

“培养孩子的自我肯定感，真的是很重要的呢。”

“您能明白，真是太好了。”

“所以下次我想让孩子去上学习培训班。”

“啊？”

“我觉得孩子上培训班的话，肯定会对自己更有自信的。”

“原来是这样啊……那您的孩子说过想去上培训班吗？”

“孩子说不想去。但是，我想让他去。”

“这样啊……但是如果孩子坚持不愿去的话，怎么办呢？”



“那我就告诉他，不管什么培训班，反正得选一个。”

“您是觉得孩子不投入某个兴趣的话，就无法养成自我肯定感吗？”

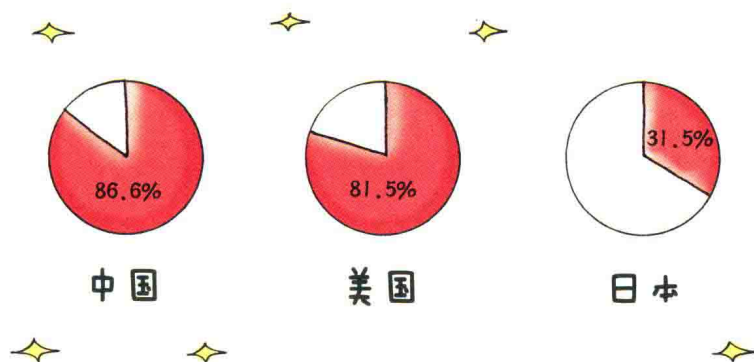
“正是如此！！”

对话尚未有进展，却感觉到了言语间的火药味，最终对话就这么结束了。

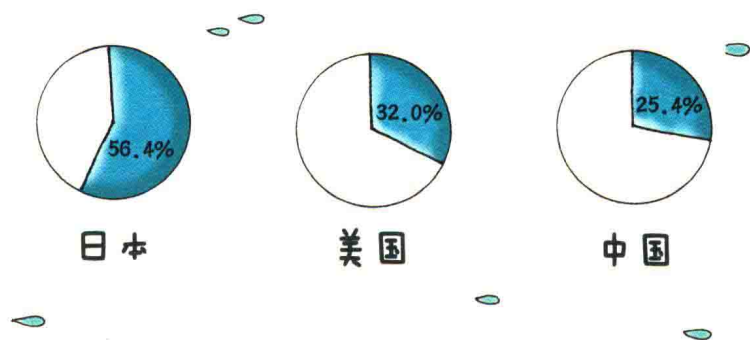
此前，文部科学省开展了一项关于中国、美国、日本三个国家中学生自我肯定感的委托调查，并于2002年公布了此项调查的结果。（日本青少年研究所《关于中学生生活意识的调查》）。



(1) 回答“我是不比其他人差，有自己的价值的人”的孩子的比例



(2) 回答“有时觉得自己是个没用的人”的孩子的比例



确实，这中间也许存在着国民性的差异，我并不认为仅凭这个调查就能够断定一个国家育儿质量的好坏。

但是，即便如此，日本孩子自我肯定感低的状况很突出，这一点是不得不承认的。

日本的孩子与中国、美国的孩子相比，不可能是特别没用的孩子。那么，为什么日本的孩子对自己的评价如此之低呢？

日本社会对孩子总会使用一些否定性的语言，比如“任性”“没精打采”“撒娇”等，不就是一种社会倾向导致了这样的结果吗？

“我有我的存在价值”“我是可以活在这个世上的”，这种所谓的自我肯定感，对于活在这个世上的每个人来说是最重要的东西。但是，我们没有在孩子的心里培养起这种意识。

让孩子做某件事情，然后表扬孩子，仅仅如此并不能培养出孩子的自我肯定感。因为事情进展不如意的时候，大人反而会否定孩子。





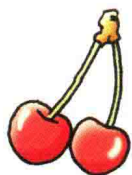
培养孩子的自我肯定感，就是认同孩子现在最真实的样子。无论孩子去不去培训班，学习成绩优不优秀，孩子都是在拼命地生活着。

首先，需要认同孩子的这份努力。“你真棒，你是我的宝贝”，得把这样的话告诉孩子，让孩子知道自己的重要性。

只有有了这种心理基础，培训班也好，学习方面也好，才能激发出孩子各种挑战的欲望，然后树立起自信，即便遇到挫折也能够拥有重新来过的勇气。

孩子学习能力下降的话，大家都会慌成一团。然而，比学习能力更重要的，孩子的自我肯定感是如此低的这件事，我们是否需要重新反思呢？

“明桥大二快乐育儿”系列着重强调了自我肯定感（自我认同感）有多重要。并且，如果大人接受孩子的撒娇，孩子才能获得自我肯定感。



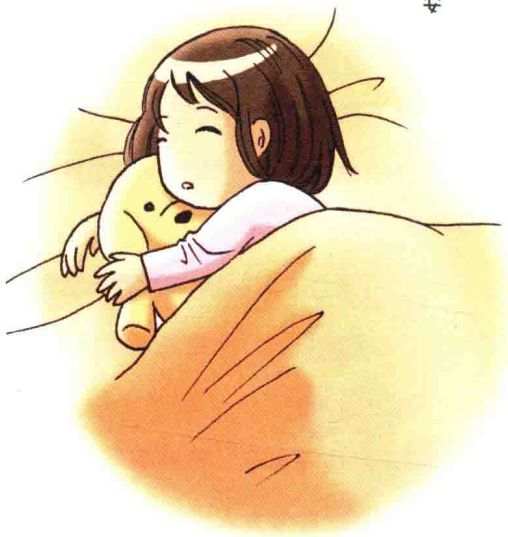
另外，为了培养孩子的自我肯定感，还有很重要的一点，那就是培养孩子自立[→]的意识。

我将以这个主题为中心，同时应读者的要求，谈谈如何应对青春期的孩子。

拥有无限宽广未来的孩子们以及各位父母们，请你们拿出信心和勇气吧！若拙著能为此略尽绵薄之力，真是无比的荣幸。

明桥大二

晚安



1

如何培育孩子的心灵 ①

反抗，是孩子萌生

自立意识的表现

2

▶ 恶作剧，是孩子开始拥有自主性的证明。

如果过于斥责或制止孩子的话，会打消孩子自立的意识。

2

如何培育孩子的心灵 ②

认真倾听孩子说话

12

▶ 即便是父母不愿意听的事情，但如果孩子的主张是正确的，也要坦然接纳。这样可以培养出孩子对自己感知方法及判断的自信。



3

如何培育孩子的心灵 ③

让孩子拥有自信 16

- ▶ 让孩子自己去苦恼、思考，找到答案，这样他们才会逐步建立自信心。

当孩子失败时，重要的不是一味否定，令孩子窘迫不安。

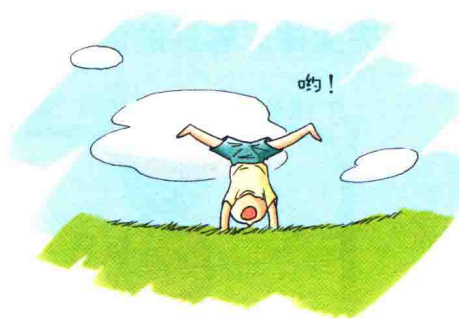
4

如何培育孩子的心灵 ④

反抗，孩子成长的证明 20

- ▶ 反抗，是孩子成长的证明，是值得高兴的事。

在青春期完全不反抗的孩子，反而会让医生担心。



5

如何培育孩子的心灵 ⑤

陪伴在摇摆不定的孩子身边

24

- ▶ 首先让孩子自己迈步。

大人用同样的速度跟随着孩子。

尊重孩子的成长节奏。

6

如何培育孩子的心灵 ⑥

父母放下肩上的担子， 就会轻松

30

- ▶ 父母感觉轻松，孩子也会变得快乐。



7

完全抹灭撒娇的话，我们就无法生存下去

34

- ▶ 请多肯定孩童时代的“撒娇”。



8

10岁以前的撒娇对于孩子人格基础的构筑， 十分重要 42

- ▶ 即使孩子过了10岁，也绝对不算晚。

9

并非任性的孩子，才会不去学校或患上 身心性疾病、拒食症 46

- ▶ 无法按自己的意愿来，一味地附和他人，一直勉强着自己的孩子，才会如此。

10

孩子为什么会这么累？ 50

- ▶ 说累的孩子多了，但是，孩子能将“好累”说出口，不是坏事。



11

“为了不让孩子将来走偏，得从小严加管教”，
这种想法是错误的

56

▶ 父母拼命想管教好孩子，结果却适得其反，这类案例比比皆是。

12

育儿支援

64

▶ “育儿支援”现在成为日本全社会的课题。

读者来信：

亲子温馨一刻①

68

亲子温馨一刻②

70



父母问得最多的问题

Q.1

我对育儿没有自信，每天都很苦恼 72

Q.2

孩子不顺心就闹脾气，
真不知道该怎么办才好 78

Q.3

孩子“认生”若不早点改过来，
以后会很让人担心吗？ 84

Q.4

怎样才能让孩子坚强点，不哭呢？ 88

Q.5

怎样才能让自己变得更有耐心呢？ 94



Q.6

不希望孩子将来是动辄发怒的暴脾气，
需要增强孩子忍耐的能力吗？

100



Q.7

要满足孩子的要求到什么程度呢？

106

Q.8

独生子会给孩子的成长带来什么问题吗？

112

Q.9

单亲母子家庭对孩子的成长会造成影响吗？

116

Q.10

为了打开孩子的心扉，
该怎么跟孩子说话才好呢？

120



Q.11

对父母说孩子的问题时，老师需要注意什么？

126

Q.12

孩子不想去上学了，父母该怎么办呢？

132

