

〔日〕长谷川洋三 著

儿童教育的 探讨

人 民 卫 生 出 版 社

儿童教育的探讨

〔日〕长谷川 洋三 著

李治中 李德森 译

崔玉华 审校

人 民 卫 生 出 版 社

(京)新登字081号

儿童教育的探讨

〔日〕长谷川 洋三 著

人民卫生出版社出版

(北京市崇文区天坛西里10号)

河北省遵化市印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 5 $\frac{1}{8}$ 印张 112千字

1991年8月第1版 1994年4月第1版第2次印刷

印数: 2 001—5 000

ISBN 7-117-01586-1/R·1587 定价: 3.90元

前 言

《儿童教育的探讨》的推荐词

本书作者长谷川洋三氏，在森田疗法上的立场和观点，已于《森田式精神健康法》书中做过介绍。在这里简要介绍长谷川氏的略历：长谷川氏曾在东京外语大学俄语系求学，中途退学。1940年至1952年，当新闻记者，活跃于报界。尔后充任出版社的职员。自1957年参加“生活发现会”，到1970年以来，担任该会理事长。从职业上来说，长谷川氏既非医师，也不是心理学家，而是一位新闻工作者。长谷川氏和森田疗法的最初相遇，是从亲友水谷启二氏逝世开始的。水谷在青年时代，曾患神经症。经森田正马先生的治疗而痊愈。水谷运用自己的体验，对患神经症的人们，施行了森田疗法。与此同时，创立了生活发现会这个组织，对于患者的病后调养，尽心尽力。水谷氏去世后，生活发现会逐渐走上衰退的道路，但长谷川对其进行积极地协助，现在竟使其发展成全国性的治疗组织网了。前面已经说过，长谷川氏本来不是受过专门职业训练的专家，尽管如此，但他使生活发现会，发展到今日的情况，是长谷川氏尽了最大的力量和努力的。从这个事实，即可简单地说明：森田理论任何人都能容易理解，如果按照这一理论行动时，即使并非专家，也能很好地解除神经症的苦恼。

长谷川氏，曾面向一般人，著作了有关森田疗法方面的许多书籍。这本书，是将森田正马的精神应用于儿童教育上

的唯一著作，通过症例详细说明育儿方面的基本态度，能够很容易地理解森田疗法。再者还叙述了森田正马先生在幼年、少年时期的许多情况，对了解森田的其人其事，大有参考价值，故推荐本书，务请一读为快！

浜松医科大学精神神经科教授
森田疗法学会

理事长

大原健士郎

1989年6月1日

译者的话

本书运用日本森田疗法的理论和在儿童教育方面的实践，不仅可以治疗儿童的神经症，而且可普遍适用于一般的儿童教育。以家庭教育为基地，对学龄前儿童，在陶冶情操，促进身心健康上，具有积极作用，愿以此献给儿童的父母和幼儿教师们借鉴参考。

计划生育工作，是我国的基本国策。优生固属重要，而优生优教更不可忽视。但父母对独生子女，往往娇生惯养，过分溺爱。虽望子成龙，心情迫切，但因教育不当，而事与愿违者则大有人在。此皆因缺乏优生优教知识所致。针对这种情况，本书第一部分是介绍母亲们，在集体学习森田疗法座谈会上，发表的教育子女的心得体会。既有成功的经验，也有失败的教训。介绍她们是如何通过学习，从教育孩子的困境中解放出来的体验。第二部分是理论结合实际，阐述森田疗法在儿童教育上的观点和方法，并列举与西方蒙特索里的教育法，有不谋而合之处。重视劳动和日常生活训练，激发儿童的自发兴趣，培育儿童适应环境的能力；了解儿童具有模仿性强的特点。身为教育者，应做到言传身教，因势利导，使儿童健康成长。第三部分是教育子女应当注意的事项，从胎教谈起，以及培育婴幼儿，从小养成各种良好习惯等。这些都是我们经常遇到的问题。本书对此作了深入浅出，通俗易懂的剖析，可供阅读。

李治中 李德森

1990年12月

目 录

前言 《儿童教育的探讨》的推荐词	[1]
译者的话	[3]
第一部 母亲们互学互助	1
学习森田疗法理论, 抚育子女	1
参加座谈会的前后	1
父亲对教育孩子有重要作用	4
从井井有条地整理家务做起	6
母子心理的平衡	8
信赖孩子是很重要的	10
与孩子相处的方法	13
神经症儿童拒绝上学是可以治疗的	15
致新参加座谈会的朋友们	17
举办母子集体寄宿活动	17
寄宿活动的开始	18
目的和计划	19
三天的共同生活	20
母子寄宿活动的收获	23
参加者的喜悦	23
体会到别人的辛苦	25
宝贵的体验	25
从孩子身边解放出来	27
辅导人员的感想	28
从讲师的报告中获得的教益	30

自我的新发现	31
举办母子寄宿以后	32
在摆脱过分溺爱、过多干预之前	33
检查过分溺爱，解决了女儿不上学的问题	33
摧残了幼儿的成长	34
孩子拒绝上幼儿园	35
在因孩子拒绝上学而苦恼的日子里	38
遇到“发现会”	40
时机终于成熟了	41
母亲的注意力转向他方(外向化)	43
检查过多干预，克服了孩子的口吃和腹痛	45
口吃和尿床	45
上幼儿园	47
在小学里又出现口吃	48
参加母子集体寄宿活动	49
看到孩子的优点了	50
新的出发	51
“我是五年级学生了”	52
第二部 森田疗法在儿童教育上的观点和方法	53
蒙特索里教育法与森田疗法	53
很早以前森田正马就与蒙特索里教育法共鸣	53
把精神发育迟滞的少年领到自己家里来教育	56
等待孩子感到寂寞	57
调动自发兴趣的时机	58
重视日常生活的训练	60
早期发现障碍，实施相应的教育	61
在教育家的家庭里，教育轻度精神发育迟滞的儿 童	62

从低能儿教育发展到森田疗法·····	63
过家庭生活·····	63
使其寂寞无聊,引起工作欲望·····	64
适应自发兴趣,实施体验性教育·····	65
重视适应性·····	66
环境与父母·····	68
孩子不能选择处境·····	68
孩子的发育阶段及其精神上的特征·····	71
儿童是模仿父母而发育成长的·····	74
作为感情教育的森田疗法·····	76
森田疗法是感情修养法·····	76
注重自然“感觉”的指导·····	79
儿童教育的方针——感情的五个定律·····	81
重视感觉教育·····	83
没有触觉就没有精神·····	85
培养自发性·····	88
希望工作是人类的欲望·····	88
蒙特索里的劳动观·····	89
胎儿就已开始活动·····	91
溺爱及过多干预,会摧残独立精神的萌芽·····	93
日常的家务劳动,是家庭教育的基础·····	95
以家务劳动培育感觉·····	95
从身边开始着手·····	96
在蒙特索里的“儿童之家”里·····	97
按照儿童的自发兴趣因势利导·····	99
孩子们不需要奖励·····	101
森田先生教育儿童要珍惜东西·····	102
第三部 抚养孩子的要点 ·····	105
了解自己,了解孩子·····	105

胎教	108
不要看着电视喂奶	109
尽量做到母乳喂养孩子	111
满足宝宝的自发性活动要求	113
重视母子体肤的接触作用	115
跟在孩子的后面走	117
申叱不如表扬	119
有效地培养孩子的兴趣	122
全家人都来分担家务	124
遵守全家人同桌吃饭的习惯	128
不要使孩子产生自卑感	130
养成使用礼貌用语的习惯	133
创造共同培育儿童的场所	134
父亲也要在教育子女方面尽到责任	136
附录 介绍森田正马先生	139
日本明治时代杰出的知识分子	139
经历	141
对父亲强迫学习的反抗	141
害怕地狱画卷	142
幼年时患夜尿症	143
反抗父亲，擅自进京	144
为上高中，密约当别人的养子	145
神经症的体验	146
森田疗法是教育的新发现	148
从“必须如此”到“顺应自然”	149
后记	533

第一部 母亲们互学互助

学习森田疗法理论，抚育子女

生活发现会（以下简称发现会），是大家通过集体学习森田疗法理论，陶冶神经质，促进身心健康的群众团体。这个发现会现在（1984年7月）在日本全国100多个地区，召开了座谈性质的学习会。母亲座谈会是其中的一个。它是以互相讨论、互相帮助的形式，共同解决有关抚育子女的苦恼问题。除每月按期召开一次例会外，还试办了母子集体寄宿和母子集体郊游等活动。母亲座谈会的基本立场是以学习森田疗法理论（以下简称森田理论）为抚育好子女而发挥作用。创办以来，为时虽不过三年，但我们满怀希望能够建成母子共同成长的发轫之地，不断召开每月的例会。下面是1984年1月召开的座谈会记录。司会与总结执笔者是母亲座谈会的代表干事手塚郁惠女士。

参加座谈会的前后

手塚：我们为了解决教育儿童的各种苦恼问题，创办了母亲座谈会，至今已经三年了。今天希望大家来谈谈：参加母亲座谈会后，您认为哪些地方是好的，自己学到了些什么？发生了怎样的变化？孩子们又是如何变化的种种问题。

小系：（其长女四岁，本人过去为达到理想的育儿目的，曾学习过保育工作，但现实未能如愿，是因完全失去信心，在育儿方面陷入困境而入会的）。

我最初参加母亲座谈会，是在1982年的5月。同年1月曾向本会发起人写信说：“因为母子关系陷入困境，为此问题，想带着孩子去参加可以吗？”那正是想从深渊中，想方设法爬上来的时候。那天我正在发烧，身体不适，是在被窝里写的这封信。

尔后接到了热情的回信说：“请您来吧！等待着您。”那时我是多么高兴。把回信反复地看了又看，心情激动得久久不能平静。但是，每到渴望的座谈会日期，不是我就是孩子发烧，未能前来。好不容易盼到了3个月后的5月，才得以实现。那天我想无论如何必须发发言，挨号等待着作自我介绍。我还未环视周围，已发现目光都正朝着自己，当时感到身体就疲劳不堪了。但是，在长谷川先生讲的森田先生教育子女的论点上，发现和自己一边教育子女，一边学习而写的记录，有许多共同之处时，内心久久感动不已。（不能平静）

我之所以有惊人的进步是因为坚持写体验记。按照告诉我说的要改写若干遍，每写一次，虽然有些不愿写的地方，但还是把隐瞒的部分暴露出来。后来觉察到，即使认为可以了，但其中还隐瞒着只有自己才知道的重要部分。于是，这次由自己再次加写进去。经过这样的反复认识，反复实践，那时才完全感到是从困境中摆脱出来了。

之后，对教育孩子开始变成了乐趣，而且对自己的行动，也能够控制自如了。与以前相比大不相同，不仅自己可以从事更广泛的工作，而且也可以从各种角度去观察孩子了。

小林：（其长子7岁，长女4岁。在长子上幼儿园后1~2个月期间，就再也不愿意去了。为此，她觉得可别再让小女儿也讨厌上幼儿园。这件事似乎成了自己的人生目的。但当小女儿平安无事地上了幼儿园时，自己反而被莫名其妙的不安所纠缠，苦恼得手足无措起来。这次是第二次参加座谈会）。

我认为参加发现会的好处是在精神上有了寄托，觉得无论如何，定能康复。可是一回去，就觉得发现会远离现实，又返回到不安和苦恼的日日夜夜中去。尽管如此，由于参加了生活会，就觉得有路可走了。

我是不善于教育孩子的。有时突然生气；有时决定不训叱孩子，但是在应当申叱时，竟也不加申叱，方法死板得很。如不申叱就想百分之百地不申叱，即使稍微告诫了几句，就深感内疚，陷入自我厌恶的困境。

因在保育科毕业，学得一知半解的知识，强烈地认为抚育孩子非按这些知识办不可、总觉得孩子不和小朋友玩，就是社会性的落后。如孩子刚从学校回家，就立刻问他：“你的小朋友呢？”“今天和谁约会在一起玩？”我认为这就是培养孩子的社会性。但是，站在孩子立场上想，从学校里很疲乏地回来也许想睡一会儿午觉，却又被母亲赶着出去，其心情会越发不安起来。我觉察到这是为了自己安心，把孩子赶出去，正是自己的任性行为（一意孤行）。

尔后，幸亏参加了发现会，使我对丈夫的态度，也变得体贴了。在过去总是发牢骚，怨天尤人，可是现在我感到过去的作法，给他增添麻烦，太对不起他了。这种心情，即使读多少书，也是体会不到的。正因为有同甘共苦的人在一起，才产生了安心感。而且我感到了岂止是我自己不安，丈夫、母亲不都是很艰辛地生活着吗？

对于孩子，不去理解孩子的性格，而只是随心所欲地去做。当发现孩子畏首畏尾的态度时，便说：“为什么偏在那个时候啼哭？妈妈不丢人吗？”凭自己的感情用事。我心里虽然知道这种作法不对，却一点也改不了。

奈良只要理解自己的：生活方向，也就可以吧！也许你现在

是最苦恼的时候。

手塚：变化，仍然是需要一定时间的啊！

小林：我丈夫对我参加座谈会，最初是很反对的。但因为
我坚持力争才答应了。而且今天来的时候，他对我说：“路上
当心点，你去吧。”仅从这点来看，也算是个进步吧！

奈良：如果您发生了变化，您丈夫也会变化的。

注：小系和小林二位，都是在大学的保育科学学习过的母亲。正
因为学习过保育，具有很多知识，但是受这些知识的束缚，不能很好地
观察自己的孩子，而想以自己的理想和模式，去塑造自己的孩子。当
她发觉这是一种自私作祟时，才看到自己孩子的真正姿态。

父亲对教育孩子有重要作用

伊藤：（其长女是小学四年级的学生。长子上小学一年
级。长女在上小学一年的时候，因为不去上学，她感到苦恼，
才入会的）。

以前听孩子说：“不愿上学”啦，“小朋友好发坏啦”，怕“明
天在学校里受难为啦”等等。我被这些问题纠缠不休，卷入了
孩子的处境里，非常挂念，总想设法去解决这些问题。

但是现在学习了森田疗法以后，我开始明白了一些问题。
从表面上来看，问题虽然很复杂，但是只有一个原因，就是
孩子不能克服困难的问题。既然如此，使我想到现在有各种
困难是理所当然的，即使有各种困难，心里不愿意干，也只
有干下去才能克服。想到这里，孩子再说这道那，也不会感
到不安，而且也不再受其困扰了。

手塚：那是大不相同了，这是由于您认识了孩子。

伊藤：例如听孩子说：“老师叫念语文，心里就发慌。”我
想首先要消除这种不安心情，便对他说：“没什么，放心吧！谁

都会发慌的。”但是参加座谈会以后，受到启发，开始考虑自己在行动上可以做些什么了，于是便对一直呆坐在椅子上为难犯愁的孩子说：“你先练习着念念课文好不好呢？”孩子听了说：“好的。”这使我感到非常意外。我以前是光看到孩子心里不安，没有采取行动去解决不安的根源，没有尽到帮助的责任。这也就是说，已经能清楚地对孩子表达作父母的意见了。

我因为孩子不去上学，一直不断地去“生活咨询处”请教，他们认为：追赶着孩子说：“上学去吧！”这是不可取的。还有，把生活上的一切问题，完全由她自己处理，虽然这样做是好的，不过，心里总认为，即使心里不愿意，也是有必要采取什么行动来解决问题的。之后，当孩子已经休学三个月左右的时候，我丈夫果断地说：“这样下去可不行，叫她上学去吧！这是社会生活必然的规律啊！”

因为丈夫是采取和我过去光劝告完全相反的办法，所以我内心深感不安。便一再和丈夫商量，最后决定不管是否顺利，但总归是自己的孩子，父母应该尽上责任。又不是交给别人去管教，而是作父母的自己来负责进行教育呀！也许搞不好，越发恶化、终生失学。果真如此，那只好由我们夫妇去教她学习啦！话说到这里，就按照丈夫的意见去办了。

小系：既然到了这一步，我想会有进展的吧？

中崎：可不得了！这正是重要的时候。

伊藤：总之，别无他法，只好这么办啦！孩子也感觉父母都下了决心，看到爸爸妈妈的态度也变了。当然我们也是一本正经的，都很认真啊！

小林：我也有这种体会。不过，孩子还会又哭又闹，紧紧地搂抱着妈妈不放，来表示反抗吧！

伊藤：领着她去，心里非常难过。既感到是自己的羞耻，

又觉得孩子也很可怜。尽管如此，但在某种情况下，仍然必须对孩子针锋相对才行。

现在已经有了很大的变化，虽然还有许多困难，但已经与“拒绝上学”无关了。

川崎：我经常对孩子说，父亲也是不愿意去上班的，但也得去。默默无言，到时就去上班的父亲，便成了很好的榜样。

伊藤：嗯、对啊！我也是常这么说，不过，做母亲的如不从态度上表示对爸爸的感情，孩子年纪小，是不会理解的。因此，首先要树立爸爸的威信。当他外出时，规规矩矩地站在门口说声：“您走啦！”表示敬意。这种示范作用，我过去并未做到。

注：据说现在父亲在家庭里的形象淡薄了。如果能象川崎、伊藤二位那样，考虑得那么周到，父亲的形象自然不会淡薄了吧！再说回来，做父亲的如逃避家务，不关心抚育子女，母亲的关怀也就无所寄托了。

从井井有条地整理家务做起

山口：（在2~3年前，身患育儿神经官能症。其长女是小学二年级的学生。她自从孩子咬伤了邻居的儿童，受到邻居女主人的谴责后，开始患病的。因为她本来就有不愿见人的性格，加之发生了这件事，内心非常痛苦，常常责难自己，以致陷入了困境，所以才参加发现会。入会2年左右后参加座谈会。这是第二次）。

我和别人谈话时，就面孔呆板，声音颤抖，实在没法参加社交活动。光想一动不动地躲在家里哪里也不去。但在座谈会上听说：“能考虑问题，就能作出行动”。这对我是一个很大

的冲击。但是，当我一行动起来，看法也随之发生变化，紧接着就开始想干点什么工作了。因此，心情比以前有所好转。不过现在虽然认为可以到人前去啦，但有时仍不能去，心里很苦恼。

手塚：这是不是无论如何都必须去呢？

山口：象和大家一块去吃饭啦……

奈良：我也和你一样，一到别人面前，就精神紧张，身体直打哆嗦。这种单纯怕见人的病，我想是可以治好的。不要光呆在家里考虑消除这种不安，而是把思想转移到家庭事务上来。把家务事整理得井井有条时，也就能够外出啦！这真令人奇怪！我自从过着有规律的健康生活以后，全神贯注于自己的希望，外出就愉快了。

小林：把家务搞得井井有条，就能治好对人恐怖症吗？

奈良：能够治好的。人如果手足活动，身体活动起来，感情也随之转移，而且感情是向好的方面转移的。

手塚 不管想去还是不想去都应强迫自己去那些较好的地方。

伊藤：为了解除不安而去吧！……

奈良：那反倒更增加不安……这并不是有无不安的问题，不安是不安，说不说都一样吧？

手塚：你如果去自找不安，多少会有的。

小林：我小的时候，早晨一起床就找有什么不安，所以从孩子时的不安，就逐渐变成大人的不安啦。

手塚：正相反，这是在做扩大不安的训练。

中崎：首先必须有信心，“干得好，干得好”才行。

手塚：如果能做得到，孩子也能做到。

奈良：您如果光找自己不好的地方，对于孩子也会光找