

孩子的性格 由妈妈决定

Haizi De Xingge

You Mama Jueding

[日]秦野悦子 著
杨林蔚 译



日本著名育儿专家 秦野悦子

与其改变性格 不如发展个性

做孩子性格的陪跑者

咪咕阅读



中国出版集团



现代出版社



孩子的性格 由妈妈决定

Haizi De Xingge

You Mama Jueding

[日]秦野悦子 著
杨林蔚 译



中国出版集团



现代出版社

版权登记号：01-2014-7954

图书在版编目（CIP）数据

孩子的性格由妈妈决定 / （日）秦野悦子著；杨林蔚译. —北京：现代出版社，2016.4

ISBN 978-7-5143-3860-7

I. ①孩… II. ①秦… ②杨… III. ①家庭教育—儿童教育 IV. ①G78

中国版图书馆CIP数据核发字（2016）第058719号

KODOMO NO KININARU SEIKAKU WA OKAASAN SHIDAI DE
MIRUMIRU KAWARU

© Etsuko Hatano 2012

Illustrations by Motoko Yoshinobu

All rights reserved.

Original Japanese edition published by PHP Institute, Inc.

This Simplified Chinese edition published by arrangement with

PHP Institute, Inc., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo
through GW Culture Communications Co., Ltd., Beijing

孩子的性格由妈妈决定

作 者 [日] 秦野悦子

译 者 杨林蔚

责任编辑 曾雪梅

出版发行 现代出版社

通讯地址 北京市安定门外安华里504号

邮政编码 100011

电 话 010-64267325 64245264（传真）

网 址 www.1980xd.com

电子邮箱 xiandai@vip.sina.com

印 刷 三河市国新印装有限公司

开 本 880mm × 1230mm 1/32

印 张 5

版 次 2016年4月第1版 2016年4月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5143-3860-7

定 价 27.00元

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载

前言

如果说妈妈的教育方式会决定孩子的性格，你会怎么想？

若真是如此，那妈妈每天在孩子面前表现出的一举一动，都有可能造成无法挽回的影响。那么妈妈身上的责任未免也太过重大。

不过，最新的发展心理学研究已经明确证明这种武断的结论是错误的。而且，在孩子出生到妈妈把他抚养成人的这段时间里，倘若育儿没有取得预期的效果，除了与妈妈的教育方式有关之外，孩子本身具有的强烈个性也是无法忽视的原因之一。

在孩子性格养成的过程中会受到很多因素的影响。“妈妈的教育方式会影响孩子的性格”这点毋庸置疑。但是在妈妈影响孩子的过程中，孩子也同样会影响到妈妈。性格就是在养育者与被养育者相互影响的过程中被塑造出来，并非只是单方面的作用。本书就是基于“妈妈的教育方式会影响到孩子性

格”的立场，来探讨如何正确处理孩子性格养成与育儿中的问题。

从妈妈的角度来看，那些让人觉得“头疼”的孩子都是父母单方面认为他们“不成器”，是“坏孩子”，从而导致自己身处辛苦和无奈之中。如果和孩子沟通不顺利，可能问题并不是因为哪一方有性格缺陷，而是在不知不觉的过程中让亲子关系陷入了模式化的窠臼。这种情况并非只在孩子的青春期中出现，在儿童期和幼儿期也存在同样的问题。

希望本书能够成为妈妈重新审视孩子性格的契机。

秦野悦子

目 录

前言 // 1

第一章 孩子的性格是这样形成的 // 1

1 性格是怎样形成的 / 3

在人际关系中塑造的性格 / 3

在处事方法中塑造的性格 / 4

在亲子交往中塑造的性格 / 5

在环境和文化中塑造的性格 / 6

在社会中塑造的性格 / 6

在角色中塑造的性格 / 8

天生的特质 / 9

压力也会影响性格 / 12

2 妈妈的性格会影响孩子 / 14

亲子关系与孩子的性格 / 14

过度支配造成没主见 / 14

过度服从造成蛮横 / 14

过度拒绝造成懦弱 / 15

过度保护产生依赖 / 15

从看电视中表现出来的亲子相处模式 / 16

教育方法体现妈妈的性格 / 17

妈妈需要一种平衡感 / 19

认同自己的性格 / 20

3 孩子的性格让妈妈有喜有忧 / 21

为何无法认同孩子的性格 / 21

兄弟性格不同的疑惑 / 22

不要对孩子抱持过多的期待 / 23

第二章 孩子的性格取决于妈妈 // 27

1 了解妈妈自己的性格 / 29

2 了解孩子的性格 / 31

大人眼里孩子的性格 / 31

看的角度不同，孩子的性格也不同 / 32

优点也会变成缺点，坏处也能成为好处 / 35

从多方面接受孩子的性格 / 36

性格有多重判断标准 / 39

3 亲子性格不同，亲子关系也会不一样 / 41

妈妈的性格类型 / 41

孩子的性格类型 / 46

妈妈与孩子的性格组合 / 49

4 兄弟姐妹的不同性格 / 52

不断成长中的家长 / 53

家庭赋予的角色性格 / 53

长子（最先出生的孩子） / 54

末子（最后出生的孩子） / 55

次子（中间出生的孩子） / 57

独生子 / 58

单亲家庭里的孩子 / 59

老人带大的孩子 / 59

第三章 这样的性格该如何处理？ // 61

1 孩子的性格令人担忧，该如何是好？ / 63

导致性格令人担忧的三个要素 / 63

罗列出“问题性格” / 65

为什么会感到担忧——寻找令人焦虑的原因 / 67

想做什么？定好目标！ / 71

处在变化中的育儿和生活环境 / 72

2 让期望中的性格变得更好 / 74

与其改变性格，不如发展个性 / 75

有助于养成好性格的“咒语” / 78

表达出的意思与真心相反 / 79

语言表达的方式错了 / 80

表扬的话却传递出了负面的信息 / 81

把感情用语言传达给对方 / 83

不要强求孩子有“大人样” / 84

保留喝一杯热茶的时间 / 85

3 断定孩子“性格不好”之前 / 86

自认为是个“坏孩子” / 86

内心的苦恼变成了身体上的疾病 / 89

粗暴之下的自我抑制 / 90

过于努力的“好孩子” / 91

不会调整情绪 / 92

与受到欺负的孩子产生共鸣 / 92

4 这样的性格，让人如何是好？ / 95

【自作主张型】 / 95

粗鲁·强势 / 95

消极·畏怯 / 96

逆反·不老实 / 97

顽固·好强 / 97

自己的事情自己不去做 / 98

【动作行为型】 / 99

动作慢腾腾 / 99

容易放弃 / 101

爱慌张 / 101

坐不住 / 102

神经质·爱挑剔 / 103

【朋友关系型】 / 104

找麻烦·欺负人 / 104

受欺负 / 105

不跟别人说话（内向·害羞） / 106

不会体贴人 / 107

5 比说教更有效的处理方式 / 108

孩子拖拖拉拉，导致去幼儿园或学校迟到 / 108

说谎 / 109

对家长恶语相向 / 112

挑食 / 113

被小朋友欺负 / 114

长大了还撒娇 / 114

光顾着玩游戏很晚才睡觉 / 115

6 不用唠唠叨叨训孩子的“小妙招” / 117

总是撒娇，想和朋友多玩一会儿 / 117

玩具丢了一地也不收拾 / 119

总是说“不要”、“讨厌” / 120

第四章 妈妈的心得：如何培养出好性格的孩子 // 123

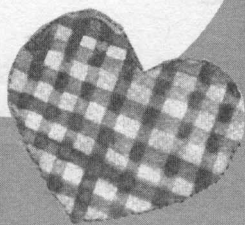
1 培养孩子健康心理的方法 / 125

- 拥抱、蹭脸——亲肤育儿法 / 125
- 养成基本的生活习惯 / 126
- 尊重个性，自由成长 / 127
- 2 养成孩子好性格的表扬方式与批评方式 / 130**
 - 明白表扬和批评的重点所在 / 130
 - 表扬能够加深亲子关系 / 132
 - 表扬与恭维不同 / 132
 - 表扬孩子的五个要点 / 133
 - 批评孩子的五个要点 / 135
- 3 创造能让孩子自由成长的环境 / 138**
 - 全面相信他鼓励他 / 138
 - 偶尔巧妙地恭维一下 / 139
 - 认可孩子内心的成长 / 139
 - 不要让孩子觉得自己没用 / 141
 - 不完美也没关系 / 142
 - 自如地表达情感 / 143
 - 做一个正直的人 / 144
 - 不要说“随你的便” / 144
 - 把家变成一个放松的场所 / 145
 - 睡觉前回顾一天的生活 / 146

后记 // 149

第一章

孩子的性格是 这样形成的



孩子们爱玩的电脑游戏中有一类角色养成类游戏。虽说是已经设定好的程序，但玩家在游戏过程中能体验到自己的角色在经验积累和不断努力下，能力不断提高，在游戏中成长起来。

这种游戏之所以受到众多玩家的喜爱，多半是因为人生也是如此。人并不是一生下来就具备某种能力，而是通过后天积累的个人经验和努力的程度，从而走上各自不同的人生道路。游戏角色的性格特征主要由两部分构成，一是每个角色的原始设定，这个很难改变；二是通过游戏经验获得，这个则很容易操纵。这方面与真实生活中的人类性格形成方式也非常相似。

在论及不同的性格之前，我们先共同梳理一下“性格到底是个什么东西”。

1 性格是怎样形成的

说到孩子的性格是怎样形成的，并不能简单地定下什么是因，什么是果。因为能够影响性格的因素有很多种。

首先，就让我们一起来看看都是哪些因素塑造了性格吧。

在人际关系中塑造的性格

塑造孩子性格的因素中值得一提的首先就是人际关系。

妈妈是孩子的人生中第一个遇到的、也是维系时间最长的人际交往对象。因此，亲子之间的相互作用对孩子的性格会造成很大的影响。特别是在婴幼儿期——人格形成的基础阶段——这个非常时期中的亲子交往更是重中之重。不过，要是说这段时期会左右孩子一生的性格，则是言过其实。除了父母之外，还有很多人会对孩子的性格产生影响。

对孩子来说，最亲近的人就是家人了。提到家人，并不是指母亲和孩子或者父亲和孩子这种一对一的关系，而是人一生下来最先接触的小集团。在这个集团中，每个人所扮演的角色也会影响到性格的形成。例如所谓“老大性格”和“老么性

格”的说法，就是以他们在家庭中的角色命名的。

此外，等孩子到了三岁以后，他的社交圈就慢慢扩大了，住在附近跟他一起玩耍的同龄人，以及早教中心和幼儿园的老师这些成年人，都会对孩子性格的形成产生影响。

综上所述，在孩子成长的社会化过程中，他的性格是在人际交往及相互关系的影响下形成的。

在处事方法中塑造的性格

所谓性格，其实就是一个人在行为举止中表现出来的一贯模式。也就是说，一个人会对某种行为作出同样的反应。反过来讲，一个人在采取某种行动时，会根据得到的结果去调整接下来的行动（模式）。

例如，婴儿看到人之后露出了微笑的表情，如果此时大人把他抱起来陪他玩耍，那么婴儿往后遇到人也都会微笑。若是又得到了拥抱的“奖赏”，那么这样的经历经过数次重复之后，就会建立起良好的人际关系。一旦婴儿与特定的某个人之间建立起这种良好的关系，那么在婴儿心中就会产生“人值得信任”的牢固观念，他的脸上就会经常泛起微笑。在大人看来，这样的孩子不认生，性格开朗，讨人喜爱。这种良好的人际关系就会逐渐扩大其影响范围。

在心理学领域，婴儿的这种待人方式被称为“内部工作模式”，正得到人们的广泛关注。指的就是个人将人生初期与特

定的某人之间形成的交往方式作为处事模式，将其运用于和
他人的交往之中。

婴儿和大人到底是谁先影响了谁这并不重要，关键是明
白了良好关系的建立需基于双方的相互作用。

也就是说，孩子的性格并非由他一个人创造出来，而是
人和人相互作用的产物。

在亲子交往中塑造的性格

亲子的血缘关系虽然密不可分，但是彼此之间的交往却
应保持恰当的距离。

当孩子长大成人后，妈妈要和他们保持“一碗汤的距离”；
而在婴幼儿时期，则需要保持“目光可及，需要的时候手也够
得到”的距离。没有必要随时随地都和孩子黏在一起，妈妈的一
举一动以引起孩子注意、触发他们的反应为标准，能起到
“扳机”的作用为佳。

有的时候，大人为了引起孩子的注意，就把自己觉得好
玩的东西展示给他们。结果不仅没有得到预期中的反应，甚至
还会破坏亲子关系，把气氛搞得很尴尬。这就像是在操作电脑
时，不断敲击键盘发出指令，导致屏幕死机；或者是打开了过
多的窗口，电脑一时处理不过来，响应速度变慢。每个孩子都
是独立的个体，都有自己的个性。“敲击键盘的频率”如果超
过了他的承受能力，自然就不能令他顺利启动，也做不出来恰

当的反应。虽然这个道理显而易见，但妈妈们很有必要放在心上。

因此，并不是说单方面给予孩子越多的刺激就越好，重要的是能让孩子有良好的反馈表现。为了适时扣动“扳机”，家长们还是要先好好了解孩子自身的情况。

在环境和文化中塑造的性格

一个人的性格是在各种各样的关系中养成的，自然也离不开他所生活的时代和社会环境中那些常见行为模式的影响。

例如有人会被描述成“很中国”。当然，并不是说每个中国人都很能忍耐、勤勉和亲切，但是在中国特有的环境、气候以及长期的历史发展中，人们已经形成了某种行为模式，每个中国人都多少受到了这种影响。

外国人也不例外。我们总说拉丁美洲人热情，德国人严谨等。这也就是所谓的千篇一律，事实上也没有这么绝对。但不能否认的是，不同的水土、文化和环境确实会造就不同的性格。

在社会中塑造的性格

与前面提到的国家和文化类似，这里说到的“社会”，是相对狭义一些的概念。当孩子进入小学和幼儿园后，他们会接触到除了父母以外的其他成年人。他们对孩子造成的影响就可