

做个好爸爸，需要好方法

爸爸这样做， 妈妈孩子 都快乐



儿童生活辅导顾问、医师

明桥大二 著

太田知子 * 绘
黄薇嫔 * 译



海峡出版发行集团
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP



江苏出版社

爸爸这样做

妈妈孩子

都快乐

儿童生活辅导顾问、医师

明桥大二 著

太田知子◎绘

黄薇嫔◎译



海峡出版发行集团
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP



鹭江出版社

图书在版编目(CIP)数据

爸爸这样做,妈妈孩子都快乐/(日)明桥大二著;
(日)太田知子绘;黄薇嫔译. --厦门:鹭江出版社,2012.4
ISBN 978-7-5459-0458-1

I. ①爸… II. ①明… ②太… ③黄… III. ①家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第020360号
著作权合同登记号 图字13-2012-013

ISOGASHII PAPA NO TAME NO KOSODATE HAPPY ADVICE
By DAIJI AKEHASHI
Copyright © DAIJI AKEHASHI 2007
All rights reserved
Simplified Chinese translation copyright © ICHIMANNENDO PUBLISHING, 2011
With BEIJING HANHE CULTURE COMMUNICATIONS CO., LTD.
Published by LUJIANG PUBLISHING HOUSE

First original Japanese edition published by ICHIMANNENDO PUBLISHING, 2007
Simplified Chinese translation rights arranged with ICHIMANNENDO PUBLISHING.
through NISHIKAWA COMMUNICATIONS CO.,LTD.

爸爸这样做,妈妈孩子都快乐
明桥大二 著 太田知子 绘 黄薇嫔 译

责任编辑/熊 弢
策 划/吴常春
出 版/鹭江出版社
地 址/厦门市湖明路22号
邮 编/361004
电 话/0592-5046666 0591-87539330
010-62376499(编辑部) 010-65921349(发行部)
印 刷/北京画中画印刷有限公司
规 格/880毫米×1230毫米 1/32
印 张/6.125
字 数/200千字
版 次/2012年4月第1版第1次印刷
书 号/ISBN 978-7-5459-0458-1/G·239
定 价/28.00元

(如有印装错误,请寄印刷厂调换或致电鹭江出版社)

爸爸这样做 妈妈孩子都快乐

◆目录

1 如果爸爸参与育儿…… 2

2 一起照顾，轮流休息 4

一定能够增进夫妻关系

3 爸爸参与育儿，
能提高孩子的自我肯定感 8

- ◆不健全的自我肯定感，
会造成孩子无法养成良好的品格与遵守规矩，
或无法集中精神学习



- 4 爸爸很想回家
与孩子拉近亲子关系，
但工作状况经常不允许 —— 16



- 5 爸爸积极陪伴孩子，
能够培养亲子间紧密的情感纽带，
使孩子得以活泼成长 —— 24

- 6 孩子出生后，
爸爸能做什么？ —— 28

- ① 尽量提早回家
- ② 自己的事自己做
- ③ 帮孩子洗澡
- ④ 安抚晚上哭泣的宝宝
- ⑤ 帮孩子换尿布



- 7 陪孩子一起玩 —— 36

能够消除爸爸的压力，
同时强化亲子间的情感纽带



8 爸爸说笑话，
家里的气氛更融洽 ————— 40

9 孩子希望爸爸做什么？ ————— 44

◆无论长到几岁，
孩子们私底下对爸爸总是比谁都要担心、关心

10 若能获得父亲的认同， ————— 48
孩子会更有信心走进学校或社会



11 夫妻有必要分工吗？ ————— 52

12 对妻子说些感谢、安慰的话 ————— 56
——这样一来，那些话会
回馈到自己身上



- 13 支持妻子、为妻子打气的話，—— 60
以及绝不可对妻子说的话

- 14 明明是想慰劳妻子，
但结果却事与愿违 —— 68

◆丈夫不明白妻子真正想要的是什么

- 15 **听妻子说话 ①**
男人与女人，
说话的目的稍有不同 —— 72

◆男人说话的重点在于传达事情，
女人的重点则在传达自己的心情

- 16 **听妻子说话 ②**
“沉默”的态度会给人
“不重视”的感觉 —— 78

◆遇到“无法反驳”的情况，最好也要有些反应

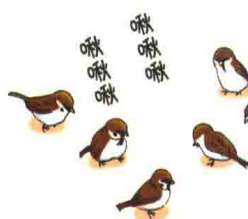


17

听妻子说话 ③

别突然打断妻子的话 ————— 84

- ◆ 对话不断持续、无法中断时，
该如何不动声色地结束对话呢？



18

听妻子说话 ④

“是啊”这类表示同感的话语，
比解决方法更重要 ————— 88

- ◆ 要与妻子同忧共患，
只提出解决方法是行不通的

19

听妻子说话 ⑤

别用“可是”、“但是”
等来否定对方 ————— 92

— 投稿 —

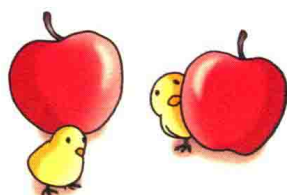
亲子间的温馨絮语 ————— 99

来自读者的投稿



20 爸爸该批评孩子的时候
一定要批评 ————— 102

这点对于妈妈与孩子间的
关系也相当重要



21 体罚对于孩子成长的
负面影响很大 ————— 112

对年老父母施暴的子女之中，
不乏孩提时代受过体罚者



22 父亲缺位，
会使母子关系过于亲密，
妨碍孩子的自立 ————— 118

23 妻子陷入产后抑郁状态，
该怎么办? ————— 124



24 孩子成长到青春期了
爸爸这时能够做什么? ————— 134

25 为什么父亲不愿理解
女儿拒绝上学的原因? ————— 140
◆首先最重要的是慰劳父亲

26 “爸爸，我希望你活下去!”
孩子们最希望的事 ————— 146

后记 ————— 165





爸爸，
你回来啦！

(小学一年级·男)

1

如果爸爸参与育儿……

(1) 妈妈会轻松一些。

如此一来，母子间将建立更亲密的关系。

妈妈对爸爸的爱也会更加深厚。



(2) 孩子将会明白，自己不仅受妈妈疼爱，也拥有爸爸的爱，自我肯定感便能因此提升。

(3) 获得爸爸的称赞，孩子将在处理人际关系以及进入学校或社会时更具勇气。

(4) 爸爸陪孩子玩，也能顺便锻炼身体、增强体魄。

(5) 爸爸该严则严，孩子就会养成遵守规矩的习惯。

(6) 爸爸说笑话，家里的气氛会变得更融洽。

反之，如果爸爸做的与上述各项恰恰相反，那么对于孩子的成长便会造成负面影响。

我将从下一章开始循序渐进地为各位说明。

2

一起照顾，轮流休息

一定能够增进夫妻关系



自从孩子出生以来，哺乳、换尿布、抱小孩、哄小孩睡觉等成了父母双方生活的重心。即使孩子在半夜哭泣，也非起床照顾不可。在慢性睡眠不足之下，父母身心各方面都疲惫到了极点，**周末假日也不得空闲。换句话说，育儿这件事根本就没有节假日。**

任何人如果每天二十四小时、一年三百六十五天无休止地工作，都会支撑不住的。因此，**父母亲必须注意，偶尔也得给自己或对方放个假才行。**

请保姆或祖父母帮忙照顾小孩，不失为一种方法。最便利又不花钱的做法，则是父母亲的某一方负责照顾孩子半天或一天，而另一个人则抓紧这段时间休息。



——一到假日，孩子总是起得特别早——

●能够理解妻子的辛苦，也能加强自己与孩子之间的情感纽带

在外面上班的人或许会想，难得一个休息日，要好好休息一下。但无论工作也好，做家事照顾小孩也罢，两者都同样辛苦。请父母双方试着商量出轮流休息的办法吧！

这么做，能够带来许多好处。比方说轮到父亲一个人照顾孩子时，既能够了解母亲的辛苦，也能够加强与孩子之间的情感纽带，更重要的是，夫妻关系一定会更和睦。

照顾小孩的确劳心劳力，但换得的幸福却是付出的好几倍。



