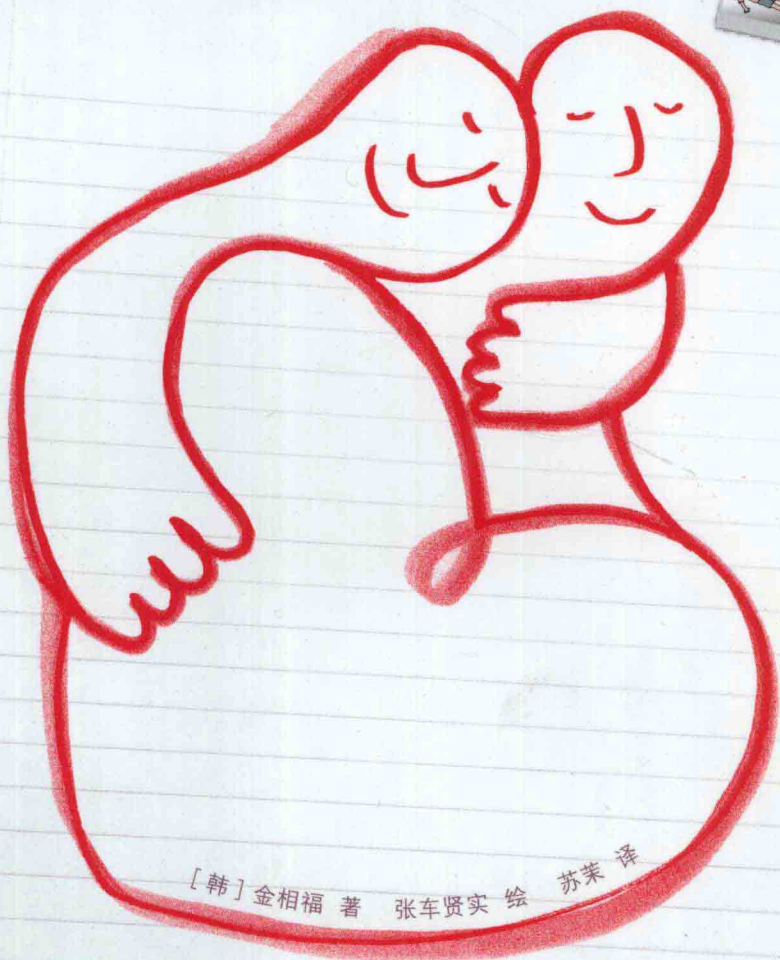


爸爸妈妈，你们真棒！



[韩]金相福 著 张车贤实 绘 苏茉 译

엄마, 힘들땐 울어도 괜찮아 ~

妈妈，累了就哭吧



浙江文艺出版社

妈妈， 累了就哭吧

爸爸妈妈，你们真棒！

[韩] 金相福 著 张车贤实 绘
苏莱 译



浙江文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

妈妈,累了就哭吧/[韩]金相福 张车贤实著;苏茉译;—杭州:
浙江文艺出版社,2008.7

ISBN 978-7-5339-2673-1

I. 妈… II. ①金… ②张… ③苏… III. 日记-作品集-韩国-现代
IV. I312.665

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 117835 号

엄마, 힘들 땐 울어도 괜찮아 Mom, You Can Cry Whenever You Want to by Kim Sang-bok

Copyright©2004 Book21 Publishing Group - 21st Century Books

ALL RIGHTS RESERVED

Simple Chinese copyright©2008 by Shanghai 99 Readers'Culture Co.,Ltd

Simple Chinese language edition arranged with Book21 Publishing Group

Through EYA(Eric Yang Agency)

版权合同登记号: 图字:11-2008-73

责任编辑: 曹 洁

特约编辑: 王轶华

装帧设计: 李 佳

妈妈,累了就哭吧

MA MA LEI LE JIU KU BA

[韩]金相福 张车贤实 著 苏茉 译

浙江文艺出版社出版发行

<http://www.zjwycbs.cn>

杭州市体育场路 347 号 邮编:310006

杭州钱江彩色印务有限公司 浙江省新华书店集团有限公司经销

字数 100 千字 开本 890×1240 毫米 1/32 印张 6.25

2008 年 7 月第 1 版 2008 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5339-2673-1

定价 25.00 元



仁川某两所中学的学生们，夸奖了自己的父母，并把自己的感受用4行日记的方式记录了下来。

这本书中的文字虽然不是那么赏心悦目，却是以真诚的4行日记为基础编写的。我希望，真实记录了学生和父母之间情感的这本书能够把这份感动也传达给读者。下面，我们一起来看看这些夸奖日记吧！

“看到爸爸的背影，心里很踏实。”

我是一个有 19 年教学经验的中学（仁川检丹中学）思想品德课教师。有一天，和我在一个学校工作的同事跟我谈起了自己为了和正在上高中的儿子更好地沟通，买了一本畅销书的事情。

他说，前几天，儿子在自己身后说了一句“看到爸爸的背影，心里很踏实”。自己并不是一个很棒的爸爸，也没有做什么值得儿子自豪的事业，更没有腾出很多时间陪伴儿子，只是时时盼望儿子能够成为一个对社会有用的人，可儿子却给了自己温暖的回报。听了儿子的这句话，我的同事想起了自己多年来努力生活的经历，于是和自己的妻子聊着往事，哭了整整一夜。

一直以为还不懂事的儿子；偶尔耍脾气，不理解父母心情的儿子；认可父母对自己的爱，感激父母养育的儿子……儿子的一句话，让父亲开心得整晚没有合眼。





子女也可以夸奖父母！

原来儿子的一句话就能让父母如此感动，对自己的儿子有一个更清晰的认识，这对我来说也是一个全新的挑战。

所以，我想到把这个经验推广到课堂上，让我的学生们也把感谢的话告诉自己的爸爸妈妈。

首先，我翻看了教科书上有关孝道的内容，并通过网络查阅了很多资料，但都没有成功的经验可以借鉴。

大部分都是孝顺父母是子女的义务等等老生常谈的话题，孩子们从小听到的都是这些话，还有就是父亲节母亲节的时候学校组织的一些活动。

我问学生们：“有谁夸奖过自己的父母，请举手。”学生们听了都笑了，说：“怎么会夸奖父母呢？父母夸奖我们的时候倒是很多。”

于是，我把同事的故事讲给学生们听。

谢谢您，爸爸！



“其实父母也像大家一样喜欢听你们的夸奖，只要是真诚的夸奖，他们听了一定会很开心的。”

“我的爸爸妈妈绝对不会的，他们不会改变的。”

学生们都这样回答。

“我们来试一试吧，试一次看看效果怎么样。”

我把这个问题当做作业布置给了大家，下次上课的时候要发言：父母的反应如何，有什么问题。结果学生们回家实践后的反应普遍是：“第一次，感觉很紧张。”“很怕看到爸爸妈妈的表情。”“家人们很少在一起，还没有机会。”“心理压力很大……”另外一种反应是：“觉得家人之间也需要表达赞许。”

“感觉到自己应该对父母更好一些。”“夸奖父母之后发现家人之间的关系更加和谐了。”

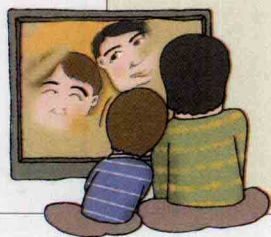
不管反应如何，至少子女的夸奖让父母有了不同程度的回应，这让我非常期待。我觉得学生们也可以通过这种沟通，对自己和父母之间的关系有一个全新的认识。就这样“夸奖父母”成了我的教学重点，在不给学生太大压力的情况下，增进他们和父母之

间的感情,我想这是一个新的尝试。

有两点我必须强调:

首先,“妈妈,累了不妨哭出来吧!”如果我的学生可以把这样的话直接说给自己的妈妈听,我想我的教学目的也就达到了(这句话不但表明孩子已经理解了父母的辛苦,更说明孩子知道鼓励父母,给父母加油,这就是我希望看到的结果,不是吗?)。

还有一点就是本书的附录,相信很多像我一样的老师都想实践一下。所以我把这次活动的资料附在了书后,希望对大家有所帮助。



不知不觉改善我和爸爸妈妈关系的夸奖日记

“夸奖日记”并不是传统意义上的写满赞美词句的日记。而是打破固有观念，记录子女称赞父母的过程和感受的4行日记。通过这些简单的4行日记，子女和父母增进了了解，关系也在不知不觉之间得到改善，效果和速度让我很惊讶。学生们一边写夸奖日记，一边在想什么呢？看看以下几个事例，大家就知道了。

| 夸奖日记样本 |

夸奖的过程	我身体不大舒服，放学回家就到房间里躺在了床上。妈妈细心照顾我，睡了一觉醒了之后，感觉舒服多了。
夸奖的话语	“妈妈是魔术师吧，魔术师的手这么快就把我治好了。”
父母的反应	“嘘，不要告诉别人！”
今天夸奖父母时的感受	其实我觉得妈妈的身体也经常不舒服。

“夸奖日记”这个教学活动的时间大概是两三个月，总共写30篇，内容有统一的要求。即夸奖的过程、夸奖的话语、父母的反应、今天夸奖父母时的感受。学生分别记录这4项内容，就算完成了一篇“夸奖日记”。

“夸奖日记”7大原则

写夸奖日记的时候，一定要注意这几点：

1. 秘密：夸奖日记要像自己写的日记一样，不让父母看到。
2. 无代价：夸奖父母，不对父母提出任何要求。
3. 细心观察：仔细观察父母的举动、语言、表情、价值观等等，记在心里，作为夸奖日记的素材。
4. 多样化的表达：表达方式尽量多样化，不要过于重复，努力提高表达能力。
5. 勇气：对父母的夸奖越是难以表达，说明父母和子女之间缺少沟通，所以要鼓足勇气，坚持下去。
6. 学习的态度：多听善于夸奖的朋友说话，努力学习。
7. 自然：尽量避免露骨的过于直接的夸奖，自然表达自己对父母的感情。

日期	5月7日 星期三(第7篇) 年级 班 号 姓名:×××
夸奖的过程	运动会结束后回家,妈妈笑着迎接我。
夸奖的话语	“妈妈微笑着开门迎接我,觉得整个客厅都是明亮的。”
父母的反应	妈妈说:“很累吧?”然后帮我按摩,晚上一家人到外面吃饭。
今天夸奖父母时的感受	我的一句赞美的话让家人的心情一下子好了起来,觉得自己很了不起。

日期	6月7日 星期六(第14篇) 年级 班 号 姓名:×××
夸奖的过程	吃晚饭的时候,爸爸说要戒酒。
夸奖的话语	“真的?不能后悔哦!说话算数,您一定能做到!”
父母的反应	爸爸说:“当然。”表示一定要戒酒成功。
今天夸奖父母时的感受	其实,听爸爸说要戒酒已经有100次了,但是不忍心打击爸爸的积极性,所以还是给他加油打气,我觉得爸爸听了也非常开心。

日期	6月7日 星期六(第14篇) 年级 班 号 姓名:×××
夸奖的过程	妈妈下班回来得很晚,看起来心情不大好。
夸奖的话语	“妈妈看起来很累啊,您知道吗?任何时候我都会陪在您身边。”
父母的反应	“光说说就完了?是不是应该按摩一下?”
今天夸奖父母时的感受	本来想开个玩笑,让妈妈放松一下。最后还是直接说出了心里话,不过妈妈还是很高兴,她太辛苦了。

通过这几篇夸奖日记大家就能体会到,子女一句称赞的话语对于父母多么重要。在一个家庭中,这样的话语可以发挥很大作用。如果父母只是一味地对孩子说:“你们只要好好学习就可以了!”孩子们的主观能动性完全无法发挥,对孩子来说这种单方面的要求也是不够人性化的,会让家人之间的关系越来越冷漠。

我们一起看一下开始写夸奖日记两三个月之后,学生们的感受吧。

这段时间,我坚持给爸爸妈妈写夸奖日记。我发现爸爸妈妈也需要关怀,只是我一直没有留意这一点。不管我有什么样的要求,他们都会想尽办法满足我,而我却很少为他们做什么。写夸奖日记的过程中,我懂得了父母和我一样,也需要关心。我很爱爸爸妈妈,当然他们也爱我。从现在开始,我要多多夸奖爸爸妈妈。爸爸妈妈,我爱你们!

在这之前，我觉得很多事情都很烦。被父母教训——或者想做的事情没成功都会很生气。但是在写夸奖日记的这段时间里，“我学会了站在父母的立场考虑问题，体会到了他们听到女儿夸奖时的幸福”。现在，我尽量少发脾气，也慢慢理解了父母的很多想法。

学生们为了完成夸奖日记，必须观察自己的爸爸妈妈。于是他们看到了父母脆弱的一面，辛苦的一面，当然也看到了很多优点。但不管是看到哪一面，都是在朝着积极的方向发展。正因为看到了父母的脆弱，于是更加关心父母；看到了父母的辛苦，于是更加尊重父母；总之因为爱父母，所以无条件地爱他们……

虽然每天在同一个屋檐下共同生活，但大家好像忘了多夸奖别人的长处，宽容别人的缺点时获得的快乐。

妈妈总是觉得没什么值得你骄傲的，觉得非常抱歉。因为工作忙，不能好好照顾你，没能给你买漂亮的衣服，没能好好跟你聊聊，很少关心你在想什么，没能让你有个弟弟妹妹，总是让你一个人玩……回想一下，亏欠你的实在太多了。

随便做了一个菜，你也会满脸欢喜吃得很香，还说“妈妈做的菜最好吃”。听到你这句话，我忽然觉得很满足，很舒服。妈妈今后也要多多夸奖你，让你有个好心情。

不只是学生，父母也通过夸奖日记有了很多思考。来自孩子的称赞出乎意料，是他们从来没有经历过的。就在这“当头一棒”的夸奖中，父母也获得了回顾自己的人生，整理自己心情的机会。

赞美越多，父母脸上的笑容越多，生活也更有意义了。从前，我不知道家人对我来说这么重要，现在充分体会到了家人是多么珍贵，是世界上最宝贵的财富。

绝大部分学生重新认识到了家人的重要，之前只是“吃饭睡觉”的家现在成了幸福的源泉。

当然，学生们有这样的感悟也走了很多弯路。有的学生对于写夸奖日记深感烦恼，曾经想放弃，最终都坚持了下来。大概很少有人想到“夸奖NG”会成为本书内容的一部分。正因为学生们深刻的体会才会有这本书的诞生。

现在，我正式邀请各位读者进入夸奖日记的世界，抛弃一切先入为主的想法，做好充分的心理准备，进入夸奖日记的世界吧。

日期

5月6日 星期二(第20篇) 年级 班 号 姓名:xxx

夸奖的过程

走到爸爸面前。

夸奖的话语

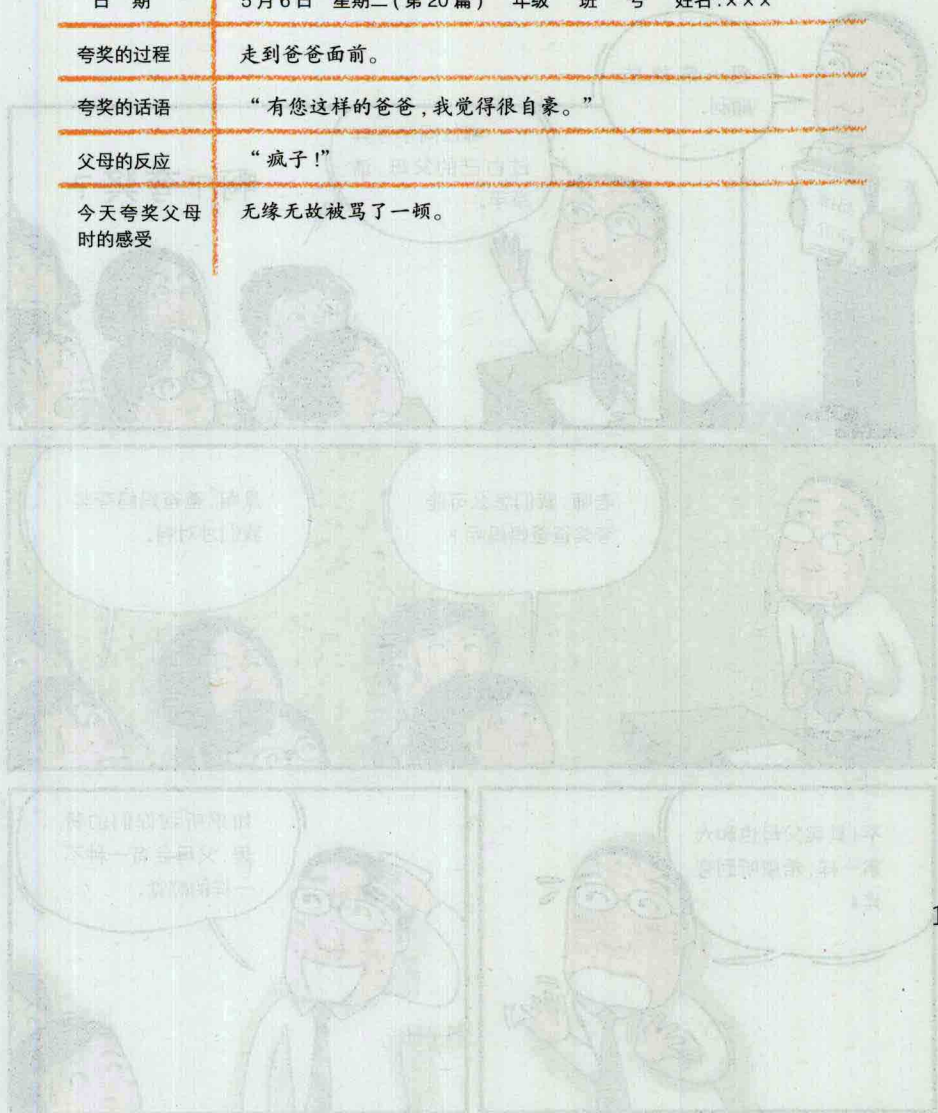
“有您这样的爸爸,我觉得很自豪。”

父母的反应

“疯子!”

今天夸奖父母
时的感受

无缘无故被骂了一顿。



啊？夸奖？





夸奖日记就是这样开始的。



| 提前告知 |

1. 本书中的所有事例都是以真实发生的故事为基础的，为了保护隐私所有的名字都用了假名。
2. 素材来自仁川检丹中学初中三年级学生（2003年，实行夸奖日记教学3个月）和仁川九月女子中学一年级学生（2002年，实行夸奖日记教学2个月）实行夸奖日记教学的教学成果。
3. 本书中的所有漫画都是在学生们夸奖日记的基础上创作的，描写部分是漫画作者的想象。
4. 每页最下面的文字是学生们以“夸奖父母”为题创作的5行诗的一部分。5行诗中出现的漫画形象是仁川检丹中学三年级学生（2003年）美术课创作的“我的未来”的一部分作品。