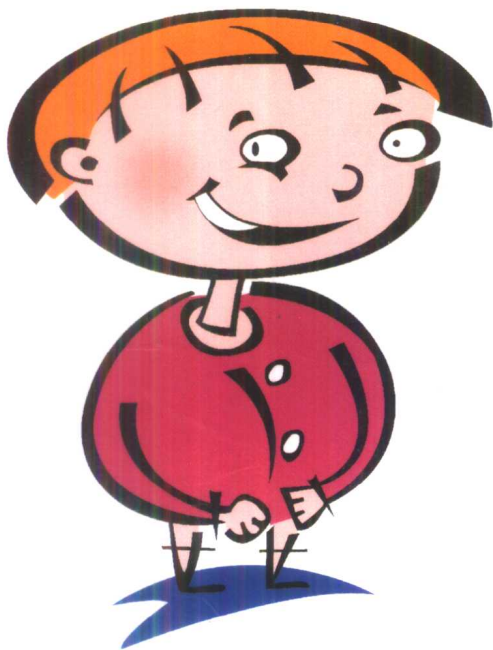




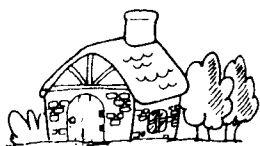
作者 平井信义
译者 陈苑瑜



如何培养 温柔与体谅 的孩子

致全天下的父母亲

四川辞书
台湾汉湘



生活频道丛书 04

如何培养 温柔与体谅 的孩子

——致全天下的父母亲

四川辞书出版社

台湾汉湘文化事业股份有限公司

生活频道丛书 04

如何培养温柔与体谅的孩子

——致全天下的父母亲

作 者 / 平井信义

译 者 / 陈苑瑜

责任编辑 / 游晓辉

封面设计 / 屈 谦

技术设计 / 康宏伟

责任出版 / 唐 莹

出 版 者 / 四川辞书出版社

发 行 / 台湾汉湘文化事业股份有限公司

地 址 / 四川辞书出版社

邮 政 编 码 / 成都市盐道街3号

电 话 / 610012

传 真 / (028)6678300 6715554

印 刷 / (028)6652832

规 格 / 四川五洲彩印厂

版 次 / 880mm × 1230mm 1 / 32

印 次 / 2000年2月第一版

印 数 / 2000年2月第一次印刷

书 号 / 6000册

定 价 / ISBN7 - 80543 - 841 - 2 / G · 252

*版权所有，翻印必究。

*本书如有印装质量问题，请寄回出版社调换。

*电话 / (028)6660384

图书在版编目(CIP)数据

如何培养温柔与体谅的孩子/(日)平井信义著;陈
苑瑜译. —成都:四川辞书出版社, 2000.2
(生活频道; 4)
ISBN 7-80543-841-2

I. 如… II. ①平…②陈… III. 儿童教育: 家庭
教育-基本知识 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 10473 号

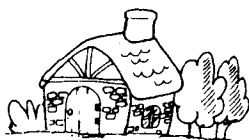
103



生活频道

- | | |
|-----------------|-------------|
| 01 新配方·茶叶减肥法 | 定价: 15.00 元 |
| 02 解色事典 | 定价: 14.00 元 |
| 03 快乐速读记忆法 | 定价: 15.00 元 |
| 04 如何培养温柔与体谅的孩子 | 定价: 15.00 元 |
| 05 健康新观念 | 定价: 20.00 元 |
| 06 安心坐月子小百科 | 定价: 18.00 元 |
| 07 钙与人体的奥妙关系 | 定价: 18.00 元 |
| 08 手足按摩法精选 | 定价: 21.00 元 |

① 好 ② 书 ③ 介 ④ 绍



生活 * 频道



前言——培养孩子的健康的心灵……………（ 1 ）

1 孩子的眼睛在发光吗——培养自发性 ……………（ 3 ）

● 谁是“好孩子”……………（ 4 ）

听话的孩子就是“好孩子”吗……………（ 4 ）

缺乏自发性会导致孩子拒绝上学……………（ 6 ）

● 自发性的发展……………（ 7 ）

婴儿期——温和的宝宝令人担心……………（ 7 ）

“淘气时代”——“淘气”可发展自发性……………（ 9 ）

第一反抗期——试着信任孩子……………（ 14 ）

为何孩子未出现第一反抗期……………（ 16 ）

中间反抗期——“顶嘴”……………（ 17 ）

1

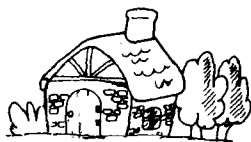
生活频道

目

录



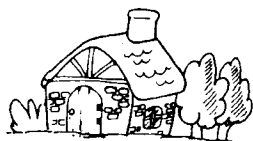
向孩子学习	(18)
第二反抗期——你要为他的“反抗”高兴	(20)
青春期也不“反抗”的孩子	(21)
●“无言之行”有助于发展自发性	(24)
试着完全信任孩子	(24)
“自由”与“放任”不同	(26)
建议你实施“无言之行”	(27)
意外的“敌人”竟是父亲	(30)
●如何面对孩子“打架”	(31)
“打架”是一种游戏	(31)
不能尽情玩耍的孩子	(35)
孩子“打架”，父母不宜介入	(36)
胆小的孩子	(38)
手足争吵，切忌裁决	(39)
模仿“打架”	(41)
●妈妈，你会跟孩子玩吗	(44)
“开玩笑”、“搞恶作剧”是幽默的开始	(44)
做幽默的父母	(46)
我的妈妈最伟大	(48)



● 试着让自发性得到发展	(49)
不要设定“好孩子”的模式	(49)
人之初,性本善	(51)
2 “心灵基地”筑好了吗——培养“体谅”的心	(53)
● 父母的“体谅”培养孩子的“体谅”	(54)
夫妻之间也需要“体谅”	(54)
教坏孩子的是谁	(56)
接受“体谅”、培养“体谅”	(57)
不怕生的小孩是危险的小孩	(59)
母亲是孩子“心灵的基地”	(60)
不要拒绝肉体接触的撒娇行为	(64)
“欺负别人的小孩”患有亲肤关系(skinship)缺 乏症	(66)
三子百魂	(67)
● 爸爸妈妈,你是否看见了自己的心	(69)
父母的自我本位会导致家庭暴力	(69)
如何预防孩子拒绝上学	(72)
完美主义的母亲请注意	(73)
协助与拒绝上学之间有关系	(74)



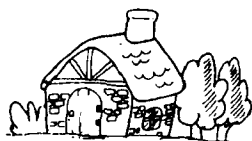
导致孩子心理偏差的“严格教育”	(76)
教育方式的失败	(78)
父母的缺点也很多	(80)
父母以身教表现的“体谅”	(82)
妈妈头上“长角”了	(84)
给孩子一个母亲的温暖形象	(86)
● 父亲的责任	(88)
预防不良行为,爸爸的协助是关键	(88)
极具魅力的父亲形象	(90)
● 父母当以身教养育孩子	(93)
三种教育方式	(93)
生活习惯的培养	(95)
身教是最好的教育	(96)
3 出问题的孩子——麻烦出现前必须行动	(99)
出问题前的对策	(100)
● 缺乏生气的孩子	(100)
设法培养孩子的兴趣	(100)
孩子缺乏生气的原因与对策	(102)
● 忧郁、内向的孩子	(106)



生活 * 频道

母亲一出门,孩子就忧郁·····	(106)
你疼孩子? 其实是过度保护 ·····	(107)
父亲的坚定决心能挽救孩子 ·····	(108)
● 神经质的孩子 ·····	(111)
神经质是遗传吗 ·····	(111)
不干净没关系——别让孩子神经质 ·····	(113)
● 迟钝——动作慢吞吞的孩子 ·····	(114)
提高孩子的兴趣 ·····	(114)
急躁的母亲培养出迟钝的孩子 ·····	(117)
● 不跟朋友玩的孩子 ·····	(119)
亲肤关系(skinship)对小学生也很有效 ·····	(119)
不会与朋友玩耍的孩子会在青春期遭遇挫折 ·····	(121)
● 说谎与偷窃的孩子 ·····	(122)
孩子为什么说谎 ·····	(122)
偷窃的孩子的内心 ·····	(124)
4 孩子的不良行为——原因与对策 ·····	(129)
● 拒绝上学 ·····	(130)
急性型拒绝上学与慢性型拒绝上学 ·····	(130)
绝对不要对孩子说“给我上学去” ·····	(132)

接踵而至的家庭暴力大风暴	(134)
开始上学前的漫漫长路	(136)
● 发生性偏差的孩子	(139)
是不是过分警惕性觉醒	(139)
面对孩子的性好奇	(140)
偷内衣的寂寞小孩	(142)
● 自杀的孩子	(144)
挫折经验少的孩子很危险	(144)
如果“心灵的基地”无法筑成	(145)
 结语——培养一颗充满“热情”、“体谅”的心	 (147)



生活 * 频道

前

言

——培养孩子的健康的心灵

我从事顾问工作已将近四十年。这份顾问工作就是接受父母亲——尤其是母亲询问关于养育子女的问题，并为其提供切实可行的解决方案。起初，我担任小儿科医师，专门处理以身体为主的照顾问题。至于孩子们，当然以婴幼儿为多。

在接受咨询的这段时间，我开始发现家庭的人际关系，也就是家族关系发生了各式各样的变化。除了孩子们的身体之外，我的兴趣慢慢地转向其心灵发展与偏差这方面。那就是心理卫生——也可称做精神卫生。如何培养一个健康的心灵、如何预防心理偏差、如何纠正已经出现心理偏差的孩子——这些都是精神卫生研究的内容。要知道不安的心灵会逐渐影响孩子们的身体，也就是会使其患所谓的心身症（在某种精神性、心理性条件下引发的身体疾患或症状）。常言道“健康的身体寄



于健康的心灵”便是此意。除此之外，有很多孩子在行为上出现的问题也让父母亲十分烦恼。忧郁、内向、任性、反抗、毛躁、无生气、不念书只爱玩等问题想必让父母亲伤透了脑筋。当然，孩子还有许多小毛病也让父母亲心烦。相信也有许多妈妈为孩子的尿床而头痛不已。

孩子进入青春期后，拒绝上学、家庭暴力、神经衰弱、精神病、离家出走、不良行为等问题陆续出现，有些父母甚至随之掉入不幸的深渊。这种青春期的问题许多都是源自于婴幼儿时期，其中不少问题可采取逆向方式，即在学童期及早拟妥对策，使之在短期内得到矫正。

然而，有不少对孩子的发展过程漠不关心的父母们，不但没有注意到孩子在发展过程中出现的偏差，甚至旁人都看得出那个小孩有问题，他们却深信他是“好孩子”。出乎意料的是，看起来温和乖巧、天真无邪、事事顺从父母的孩子，心理多半都出现了偏差。反倒是发展顺利的孩子经常惹恼父母，如“反抗”父母。因此，发展心理学强调两岁至三岁是孩子进入“第一反抗期”的阶段。二三年级的小学生多半都会“顶嘴”。

真正的“好孩子”到底是什么样子呢？如何培养孩子的健康的心灵？——让我们好好地思考这些问题吧！

1

孩子的眼睛在发光吗

——
培养自发性





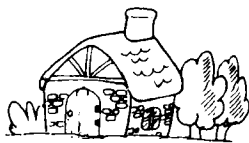
谁是“好孩子”



听话的孩子就是“好孩子”吗

什么样的孩子才是“好孩子”？我们以妈妈们为调查对象，得到高居首位的答案竟是“听话的孩子”。这个答案反映出妈妈们对教育持有特殊的想法。因为这些妈妈们在自己还是“小乖乖”的时候，就被父母要求必须“听话”。在我小学时代，父母就经常训诫我：“父母说的一切，小孩子都要乖乖遵从！”如果顶嘴，父母就会大骂“不孝”，或是动手处罚。不孝也跟不忠扯上关系，说起来简直就是“不道德”的表现。无论父母的要求多么自私、无理，小孩子都不能违逆其意。这正是封建社会背景下的一种亲子关系。这些父母认为小孩子不能有自发性的自我主张，而没有自我主张、父母说什么都全部照做的小孩就是“好孩子”。

我认为母亲与父亲之间，若有所谓服从形式的听话现象，她们认为的“好孩子”就应该是这样。这类母亲与父亲，往往希望自己的小孩和他们一样。



生活 * 频道

关于这一点，在一些国家中，父母教导小孩必须“清楚地表达自己的意见”。而且在表达意见的过程中，还包括了说“NO（不）！”因为大人之间的交往也是如此。我在欧美生活期间，如果有朋友想找我“去喝茶”。可是，我不太愿意。那么，我可以告诉他“我不能去”。虽然我拒绝了，可是他绝对不会因此感到不舒服。你可以老实地告诉他们“因为今天晚上妻子在家里等我”。朋友会说“原来如此”。他知道了我拒绝的理由，事后也就不会记恨、抱怨。

不过，在我们国家却很难说出“不”字，别人一找我们，就会不由自主地“跟上”。尤其是上司开口邀约，更有一种命令的感觉，如果不答应，事后可能就不妙了——因为你破坏了他的情绪。今天如果拒绝了他，明天可能会有不利于自己的情况出现，甚至因此而吃了哑巴亏。其实不只是父亲，在母亲身上也发生了很多相同的事情。夫妻之间，有不少做太太的仍存有古代“夫唱妇随”的想法。相信也有对自己的先生始终“相敬如宾”的妻子吧？“相敬如宾”一词，在英文或德文中都找不到。



缺乏自发性会导致孩子拒绝上学

只懂得服从双亲而成长起来的孩子，自发性不会强。所谓“自发性”就是能够自己思考，寻找自己想要的做法，不依赖他人的行动力。也可以说是独立性或主动性。不少孩子和夫人都缺乏这种“自发性”，特别是强调听话模式之教育的母亲最为明显。这样的母亲在面临必须自己解决问题的时候，会感到无比困难甚至束手无策，这种状态就是人称的“育儿精神官能症”。因为孩子不可能完全像育儿书上所写的一样，有很多时候必须靠母亲自己的力量，也就是必须自发性地解决问题，因此，在不知如何处理的情况下，母亲可能会感到无比困难甚至束手无策。

目前，拒绝上学的儿童很多是自发性发展明显迟缓的孩子。即使已经成为了国中生或高中生，有不少孩子的自发性仍然停留在两三岁时的阶段，无法培养出独立思考、解决混乱状况与困难的能力。孩子拒绝上学的现象在欧美国家中极为少见，而在有的国家中却经常发生。也就是说，压抑孩子自发性发展的教育方式非常多，双亲或老师要求孩子服从自己的命令，而且只有服从命令的孩子才能赢得“好孩子”的称赞，但