

在日本教育界
引起革命性的巨大影响的
儿童教育名著

[日]星一郎 著 傅珉 译

把孩子培养成 不怕失败的人



学林出版社

将与弗洛伊德、荣格齐名的三大心理学家阿德拉博士的
心理学理论运用于儿童教育领域的经典之作

在日本教育界引起革命性的巨大影响的
儿童教育名著

把孩子培养成 不怕失败的人

将与弗洛伊德、荣格齐名的三大心理学家阿德勒博士的
心理学理论运用于儿童教育领域的经典之作

学林出版社

图书在版编目(CIP)数据

把孩子培养成不怕失败的人 / (日)星一郎著;傅珉译. —上海: 学林出版社, 2010. 1

ISBN 978 - 7 - 80730 - 945 - 1

I. ①把… II. ①星… ②傅… III. ①成功心理学—少年读物 IV. ①B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 240027 号



把孩子培养成不怕失败的人

作 者——[日]星一郎

译 者——傅 珉

责任编辑——叶 刚

封面设计——魏 来

出 版——上海世纪出版股份有限公司

学林出版社(上海钦州南路 81 号 3 楼)

电话: 64515005 传真: 64515005

发 行——上海世纪出版股份有限公司发行中心

(上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

照 排——南京展望文化发展有限公司

刷 刷——上海商务联西印刷有限公司

开 本——640×978 1/16

印 张——13

字 数——18 万

版 次——2010 年 1 月第 1 版

2010 年 1 月第 1 次印刷

书 号——ISBN 978 - 7 - 80730 - 945 - 1/G · 291

定 价——22.00 元

(如发生印刷、装订质量问题,读者可向工厂调换。)



前 言

因为从事心理治疗这份工作,我听过很多母亲向我倾诉她们的育儿烦恼。这其中,最近我听到最多的是:

“我家那孩子,遇到一点点困难,马上就放弃不干了。”

“谁说了他几句什么就受不了了,立刻变得垂头丧气的。”

“不反复地催促,他自己是不会主动行动的。”

其实,孩子们身上出现的这些问题,原因都在如何面对“失败经验”的方法。

事情进展不顺的时候、遭遇失败的时候,如果总是受到父母的训斥:“这样怎么行!”长此以往孩子便会觉得“反正我是个差劲的孩子”,因而丧失自信,萎靡不振;或者常闹别扭,缺乏进取精神。

另一方面,现在,从没有过失败经验的孩子在不断增加。父母对孩子过度保护,“不许那样干”、“照着大人说的去做”,处处事先为孩子铺设好轨道。

从不知失败为何物而成长起来的孩子,将来会怎么样呢?





受到一点点的伤害,便怎么也难以重新开始;也许会成为只能按指示行动的机器人;害怕失败不敢挑战,埋没了自已的种种可能性;非常重要的一点是,没有超越失败努力向前的精神,是跟不上我们这个激烈变动的社会的。

让我们看一看这个社会:有受到很小的挫折便一蹶不振的年轻人;有认为出了问题只要辞职就算是承担了责任的政治家;也有给社会带来了不良后果,说一声“对不起”便自杀身亡的人。凡此种种,都是因为他们不善于从失败中学习。

本书所介绍的阿德勒心理学,不把失败当作“坏事”,反而把它看成是一次“重要的经验”。特别是对孩子们来说,失败乃成长过程中的一个巨大的机会。阿德勒心理学,是与弗洛伊德、荣格并称的奥地利神经科医生阿尔夫列德·阿德勒所倡导的实践心理学。其教育法注重灌输孩子自信和干劲,被称为“勇气育儿法”。

阿德勒博士的教育法,不会对失败的孩子严加训斥,也不会对孩子的失败弃置不顾,它提倡在接受孩子失败事实的基础上,引导孩子去思考“接下来怎么做才能走向成功”。此外,还教育孩子如何承担起失败所产生的责任。

在现代社会,只会按照指示行事,已不再能确保平安无事了。自己主动进行尝试,善于在不成功的经验中学习,进而走向成功,这种能力将是不可缺少的。

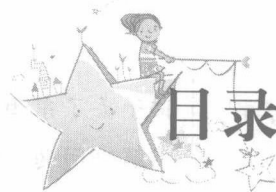
把孩子培养成不怕失败的人,是给予孩子、让孩子





能够适者生存于这个社会的最高礼物。

对孩子而言,父母是自己接触到的最初的人际关系,与父母的相处,直接影响到孩子怎样成长。本书对育儿的中枢问题——聪明地面对失败的方法,进行了论述。为了使孩子的能力通过一个个小小的失败获得巨大的提高,本书介绍了有关的思考方法和具体技巧,如能给正在辛勤育儿的各位带来一些帮助,本人将不胜荣幸之至。



目录 contents

序章 不服输的孩子和害怕失败的孩子完全不同

- 1 你认为保护孩子不遭失败是父母的职责吗 / 3
- 2 具有应对能力的孩子比“好孩子”更有发展潜力 / 5
- 3 父母害怕失败,孩子就不敢挑战 / 7
- 4 孩子需要的帮助和不需要的帮助 / 9
- 5 相同的失败反复出现的重要原因 / 11
- 6 教孩子负起责任比让他说“对不起”更重要 / 13
- 7 抛弃“决不能失败”的观念 / 15

第一章 不要一味批评,而要教孩子以后应该怎么做

- 8 不要再对孩子说“不行”,应该和孩子一起思考“以后怎么做” / 19
- 9 为了让孩子不再丢三落四,首先父母要改掉越俎代庖的习惯 / 22





- 10 孩子丢了东西马上就给他买,孩子就会失去解决问题的能力 / 24
- 11 不光提醒孩子别粗心,要和孩子一起考虑减少错误的方法 / 26
- 12 不要强迫孩子去道歉,而是要帮助他学会自己道歉 / 28
- 13 孩子帮助别人时出了差错,这时不能训斥孩子 / 30
- 14 虽然没有帮上忙,也一定要表示感谢 / 32
- 15 对不能守约的孩子,告诉他规则比惩罚他更重要 / 34
- 16 宠物死了不要责备孩子,让它成为孩子的宝贵体验 / 37
- 17 通过虐待动物的事情,让孩子理解对方的痛苦 / 39
- 18 不要训斥在车上吵闹的孩子,要让他注意自己打扰了别人 / 41
- 19 每天重复催促“快起床”,孩子就越发爱赖床 / 43
- 20 “别人说你坏话你会怎样”比“不要说别人坏话”更有效 / 45
- 21 孩子私自拿钱时,教他应该怎么做比惩罚他更好 / 47
- 22 指责孩子性格上的缺点,不如通过具体方法来改变孩子 / 50



- 23 不要中止孩子难以完成的计划,而要让他学会
修改计划 / 52
- 24 想让父母帮忙的事情,也让孩子自己决定 / 54

第二章 充分发挥孩子的才能和干劲的魔法的语言

- 25 结果不理想的时候,更能理解“努力”的意义
/ 59
- 26 孩子旷课,是一种用“大过失”掩盖“小过失”的
行为 / 62
- 27 遇到困难便怪罪别人,孩子将成为只会发牢骚
的人 / 65
- 28 父母的一句话,可以给孩子不因受到批评而泄
气的自信 / 68
- 29 坏心眼的朋友,让孩子明白什么是合不来的人
/ 72
- 30 让孩子明白,争执不是“谁对谁错”,而是“想法
不同”的问题 / 75
- 31 对于受到打击的孩子,决不要说“这可没办法”
/ 77
- 32 因很小的勇气而受到表扬的孩子将变得敢于
挑战 / 80
- 33 孩子出了差错时与其说“别介意”,更应该说
“不要紧” / 82



- 34 老老实实认输是今后迈向胜利的第一步 / 84
- 35 消除对于胜负的执著,是保持心情愉快的要领/ 87
- 36 “怎么做才好呢”比“你要这样做”,更能让孩子接受 / 89
- 37 先和“一个人”成为朋友,然后再和大家 / 91

第三章 有父母这样帮助,孩子就能生气勃勃地接受挑战

- 38 靠一句“不要中途而废”,改变不了半途而废的毛病 / 95
- 39 与其费力地“劝解”,不如等孩子情绪稳定后重新振作 / 98
- 40 当孩子隐瞒事实时,要分析他为什么要隐瞒 / 100
- 41 不要为考试不合格羞愧,而要承认孩子所作出的努力 / 102
- 42 不要追问“为何撒谎”,而要重视“为什么目的而撒谎” / 105
- 43 孩子为虚荣心而撒谎时,要注意他隐藏在话里的愿望 / 108
- 44 对怕羞的孩子,讲讲自己的丑事比说“别在意”更管用 / 110
- 45 对缺乏挑战精神的孩子,与其讲大道理不如打比方为他鼓劲 / 112



- 46 “让这孩子一起玩”，这句话剥夺了孩子自我主张 / 114
- 47 对缺乏自信的孩子，扮演角色的游戏是很有趣的 / 116
- 48 担心被人讨厌的孩子，让他确认对方的想法 / 118
- 49 对于“我不想干了”不能听过且过，要搞清孩子的真实想法 / 121
- 50 给孩子创造练习的机会，孩子就不会退缩 / 123
- 51 把失败的责任推给别人，只是在宣泄自己的烦躁情绪 / 125
- 52 让孩子明白哭不能解决问题，要学会用语言去表达 / 127
- 53 让孩子自己选衣服，培养孩子“自己考虑”的能力 / 129

第四章 任何体验都和“成功”连接在一起的习惯术

- 54 不要因危险而不让孩子接触，要让孩子掌握方法 / 133
- 55 在解释游戏机的危害前，先要知道游戏机的魅力 / 135
- 56 不想看到孩子成最后一名是因为父母怕丢人 / 137
- 57 养成自己找东西的习惯，孩子才会考虑整理的方法 / 139





- 58 让孩子道歉前,先要让他产生想表示歉意的
意愿 / 141
- 59 孩子雨天在外玩耍而体会到的新的经验 / 143
- 60 遇到不快的事情父母不必“出面”,“协力”更有
用 / 145
- 61 让孩子具有说“不”的习惯,可以防止恶性事件
发生 / 147
- 62 转校时鼓励孩子寻找新的朋友,而别认为孩子
可怜 / 149
- 63 不要完全由父母决定哪所学校,而要尊重孩子
的选择 / 151
- 64 只要有父母无条件的爱,就不会为自己的长相
自卑 / 154
- 65 不要问孩子“为什么讨厌父亲”,而要问“讨厌父
亲哪里” / 156
- 66 让孩子去喜欢他讨厌的人,不如让他学会如何
与人相处 / 158
- 67 比起刨根问底,表示自己的担心更容易打探到
孩子的烦恼 / 160
- 68 比起责备孩子不去学校,表扬他为去学校作出
努力更有效 / 162
- 69 “别人欺负你,别怕他”,这是把孩子逼入困境的
话 / 165



- 70 | 和小朋友发生矛盾时,要分清是“恶作剧”还是
“恶意欺负” / 167
- 71 | 父母承认自己的过错,孩子就能认真地道歉 / 169
- 72 | 让父母的失言,成为和孩子沟通的机会 / 171
- 73 | 打了孩子后,要反省的是“自己的方法”而不是
“自己” / 174
- 74 | 不能对孩子践约的时候,比道歉更重要的是弥
补 / 177
- 75 | 并非十全十美的父母,让孩子更放松 / 180

第五章 阿德勒博士“从失败中教育孩子”的教诲

- 76 | 看重的不是“成功的孩子”而是“成功的事情” / 185
- 77 | 不要和其他孩子比较,而要注重孩子本身的进
步 / 186
- 78 | 比起“结果”,更要注重“过程” / 187
- 79 | 告诉孩子他做得好的事情,而非做得不对的事
情 / 188
- 80 | 要告诉孩子“还有这种方法”,而不是“应该这么
做” / 189
- 81 | 应该鼓励孩子用自己的语言加以表达 / 190
- 82 | 教孩子如何“对别人有帮助”,而非“不给人添麻
烦” / 191





序 章

不服输的孩子
和害怕失败的
孩子完全不同

XU ZHANG



1 你认为保护孩子不遭失败是父母的职责吗



对 做父母的来说,自己的孩子在运动会上大显身手、在展览会上得了奖、在学校取得了优异成绩、升学考试合格了,这些都是值得夸耀、令人高兴的。

相反,如果因为忘了东西被老师严厉训斥、在学校足球队进不了主力阵容、从书包的角落拿出皱巴巴的分数很低的考卷,父母也许就会惊慌不安、失望沮丧、勃然大怒。

越是热衷于培养孩子的父母越容易确信“保护孩子免受失败是自己的责任”。所以,就像事先不让孩子接触危险品一样,总是教授孩子如何能够获得成功的方法。“这样做就能成”、“不那样做可要失败哟”,如此为孩子铺设好轨道。

这样,总有父母为自己未雨绸缪而长大的孩子,也许从来没遇到失败。因为只要听父母的话就不会错。

但是,能够永远这样顺利吗?

在小学里成绩是第一名的优等生,即使能进有名



的初中学校,在那里却未必也能成为第一名;进入有名的高中学校后也难保证成为第一名。要是进了名牌大学,那么要拿第一就更不容易了。等到踏上社会,则更是如此。总会在哪里尝到失败的滋味。不可能到了社会上还“照母亲说的去做”吧。

所谓溺爱孩子,并不是指无论什么昂贵的东西都会给孩子买上一大堆。从不让孩子遭受失败,总是牢牢地守护着他,这样培养孩子才叫做溺爱。

从不知失败滋味长大的孩子,会是一个经不起失败的孩子,会“讨厌拿不到 100 分的自己”。进入青春期以后,朋友之间关系也变得复杂了,孩子将会遇到许多的失败。于是,那样的孩子每当遇到一点小小的失败,就会难以振作起来。

父母的责任,不是保护孩子免遭失败,而是善于让孩子正确地体验失败。

