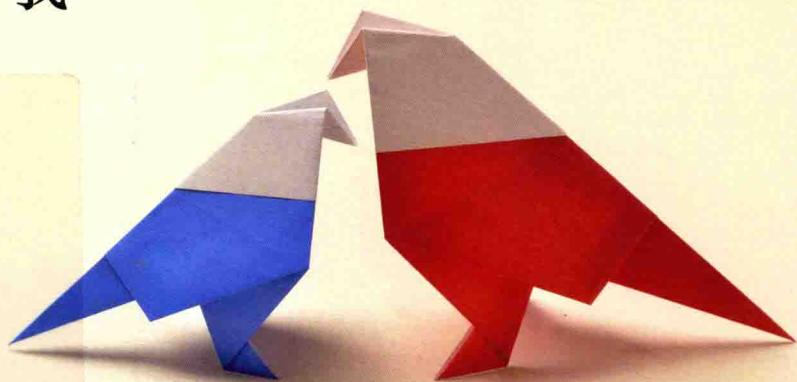


【韩】卢庆实 著 金英坤 绘

李俊 译

妈妈， 谢谢 你懂我

写给孩子，也写给大人的心灵词典



北京日报出版社

妈妈，
谢谢你懂我

写给孩子，
也写给大人的心灵词典

【韩】卢庆实 著 金英坤 绘
李俊译

北京日报出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

妈妈, 谢谢你懂我: 写给孩子, 也写给大人的心灵
词典 / (韩) 卢庆实著; (韩) 金英坤绘; 李俊译. --
北京: 北京日报出版社, 2016.6
ISBN 978-7-5477-2064-6

I. ①妈… II. ①卢… ②金… ③李… III. ①家庭教
育—儿童教育—通俗读物 IV. ① G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 066445 号

北京版权保护中心外国图书合同登记号: 01-2016-0886

엄마 내 마음 아세요, 아빠 내 마음 아세요.

Text Copyright © 2010 노경실 (Noh Kyung Sil 盧慶實)

Illustration Copyright © 2010 (주) 북이십일 을파소

All rights reserved.

Simplified Chinese copyright © 2016 by Sunnbook Culture & Art Co., Ltd.

Simplified Chinese language edition arranged with Book21 Publishing
Group through Eric Yang Agency Inc.

妈妈, 谢谢你懂我: 写给孩子, 也写给大人的心灵词典

出版发行: 北京日报出版社

地 址: 北京市东城区东单三条 8-16 号东方广场东配楼四层

邮 编: 100005

电 话: 发行部: (010) 65255876

总编室: (010) 65252135

印 刷: 北京美图印务有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2016 年 6 月第 1 版

2016 年 6 月第 1 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/32

印 张: 5

字 数: 60 千字

印 数: 1-8000

定 价: 35.00 元



• 目录 •

- 01 用 0.6 秒消除陌生感 •001
- 02 和妈妈吵架了，我是个坏孩子吗？ •008
- 03 女生注定比男生强吗？ •016
- 04 打小报告的人真是讨厌 •022
- 05 男生之间也会嫉妒吗？ •026
- 06 真的能从血型判断性格吗？ •032
- 07 你从父母身上遗传到了什么？ •038
- 08 我们小学生也会为经济烦恼 •044
- 09 小狗狗也会得抑郁症呢 •050
- 10 好孩子是揍出来的吗？ •054
- 11 暴力倾向会像怪物一样慢慢长大！ •060
- 12 光集中注意力就能提高成绩？ •066
- 13 成绩不好，将来一定会成为失败者吗？ •072
- 14 转学是你的业余爱好吗？ •078



- 
- 
- 15 总是忘事，怎么办才好？ •084
 - 16 哭不是丢人的事情 •090
 - 17 身体健康，才会漂亮 •096
 - 18 心灵受创伤，身体也会受影响 •102
 - 19 没钱给爸妈买礼物怎么办？ •108
 - 20 碰到坏脾气的同学该怎么办？ •112
 - 21 连麻雀都会集思广益，我们呢？ •118
 - 22 有趣的人更吸引别人 •124
 - 23 悲观与乐观只在一念之间 •130
 - 24 我玩游戏是为了变聪明 •136
 - 25 分享会让人更幸福 •142



用 0.6 秒消除陌生感

“贤浩！”

听到民植声音的一刹那，贤浩垂下的肩膀马上提了上来，脸上也露出了喜色。

“贤浩，你被分到三班了吧？我被分到七班了。”

“是啊……”

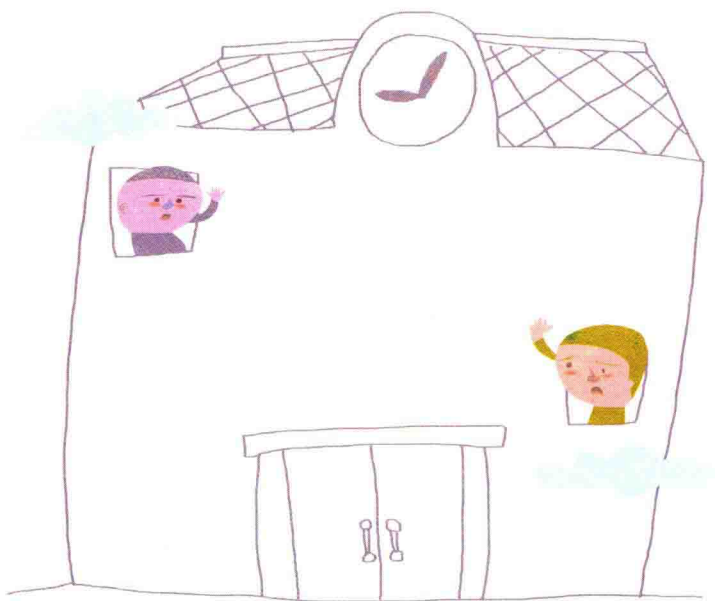
贤浩的肩膀又垂了下来，说话的声音也变小了。

今天是开学第一天，但是贤浩并不开心。民植是他在白石小学最好的朋友，可这次他俩被分到了不同的班级，而且，民植所在的七班在三层，自己所在的三班在二层。

“下课之后，一起去补习班好吗？”

贤浩的语气略带乞求，民植听完之后笑了。

“知道了。倒是你，别因为分到不同班级了就背叛



我们的友情哦。”

站在教室门前，贤浩有些害羞，不好意思推开门进去。

新学期一开始，学校就把班主任的名字刻在了教室的门牌上。看着“卢燕京”三个字，贤浩想，新班主任会是一个什么样的人呢？应该是位女老师吧！希望不要像可怕的老巫婆，也不要像隔壁的神经质大婶。如果是位像天使一样善良的人该多好，对学习成绩不好和淘气

的学生也不打不骂就更好了！

丁零零零零零……

贤浩轻轻地推开了门，虽然他试着不弄出任何动静，但同学们的目光还是齐刷刷聚集到了他身上。贤浩发现新的班主任还没有到，于是用目光搜寻熟悉的面孔。

“呼……”

看到几张熟悉的面孔之后，贤浩安心地舒了口气。可是他发现，几个熟悉的同学已经各自分了组，懒洋洋地向贤浩打了个招呼，又埋头私聊了起来。

“唉，这可怎么办才好呢……”

贤浩无奈地走向了一个空位置，脸上挂着尴尬的微笑，用很小的声音向同桌的男孩子打了个招呼。贤浩本来想说“你好”，可不知为何词不达意地问道：

“这里有人坐吗？”

贤浩发现，这位同学的头发有三分之一染成了黄色，还穿着一件胸口上印有硕大骷髅头的夹克。或许是因为贤浩不够热情，对于他的提问，这位同学只是摇了摇头。贤浩把书包放在书桌上，然后坐了下来。他觉得自己就像偷坐了别人的椅子一样，似乎有一股寒气从臀部开始蔓延全身。

“哎呀，好凉！”贤浩心想，“这家伙怎么回事，莫非是不良少年？我没办法和这家伙成为好朋友……”

贤浩左思右想，心里很不舒服。陌生的教室，陌生的同学，陌生的书桌和椅子，陌生的氛围……接下来登场的就是陌生的老师了吧。为了安定情绪，贤浩深吸了一口气，憋了一会儿之后才吐出来。

“炳国和宗哲，还有洪柱和东秀真是不讲义气。美美和智英，还有海丽和秀珍也一样！你们这些家伙就算成双成对坐下了，那也应该过来打个招呼吧？我可是和一个奇怪的家伙同桌了呢……”贤浩觉得这几个三年级时的同班同学很是讨厌。

此时此刻，贤浩感觉自己孤身一人被扔在了遍布狼群的森林，十分不自在。贤浩想大吼发泄，甚至想冲出去跑回三年级的教室。

“和大家不熟，感觉十分尴尬，浑身不自在。我快要疯了！”





01

2009年，美国加州大学圣地亚哥分校的内德·沙辛博士和哈佛大学的研究团队经过研究发现，人类大脑认知问题后，转换成语言并用正确的语法说出口的时间为0.6秒。也就是说，人类把“想法”转换成“言语”的时间为0.6秒。

02

如果贤浩先向新同学以及之前的同班同学打招呼，对陌生环境的恐惧也许就烟消云散了。如果今天你在新的教室开始了新学期，迎来了新同学，那就用真诚的微笑和他们打招呼吧。“你好！我叫×××。”适应陌生环境只需要0.6秒哦！





我的心灵手册

- 请仔细想想和班里的哪个同学还没有打过招呼，然后把他们的名字写下来。明天早上到了学校，记得先和他们打招呼，说声“你好”。要是觉得害羞，可以每天和一个陌生同学打招呼。到了期末，你会发现自己有了很多好朋友。



和妈妈吵架了， 我是个坏孩子吗？

在上学路上，贤浩百思不得其解：

“妈妈和姐姐都是女人，所以才关系好吗？为什么我每天都会和妈妈吵架呢？”

贤浩觉得一年 365 天中，最起码有一半以上的天数都和妈妈吵过架。

前天，贤浩和朋友们打了一场棒球比赛。回到家之后，贤浩受到了妈妈的责怪。

“玩完回来了就赶紧冲个澡，去看书学习吧！”

那是在玩吗？棒球比赛难道是幼儿园小朋友们过家家？贤浩越想越生气，于是大声吼道：

“妈！我根本就没有去玩，是去比赛了！”

“比赛？你要去参加奥运会吗？你以为玩玩棒球，就会有人给你颁发奥运金牌吗？赶紧给我洗澡去，满身的汗味！”

“只有摘得金牌才能去运动吗？只认金牌的肮脏的……”

贤浩把后半句咽了下去。他本来想说“肮脏的世界”，但是上次因为这个口头禅，被妈妈狠狠修理了一顿。

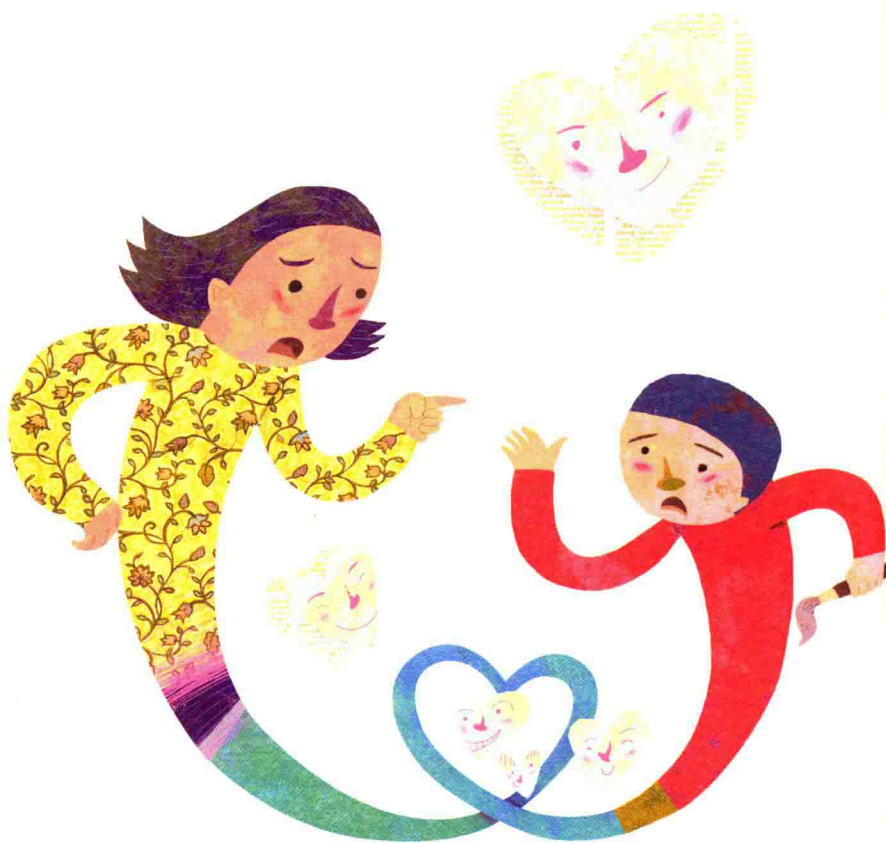
贤浩昨天过得也不安宁。在做绘画作业时，妈妈凑过来说道：

“儿子，妈妈觉得你要是把海画得再蓝一些会更好……”

“这幅画是关于环境污染的，所以我故意把海水画成黑色了。”

“原来如此。不过，既然海水的颜色这么黑，为什么还有一群孩子在里面游泳呢？看着好奇怪呀。”





“孩子们还不知道环境污染的危害，所以在黑色的海水里游泳。”

“还是很难理解呀。要是用死鱼替代游泳的孩子们会不会更好一点呀？”

“那不行！我觉得孩子们在污染的海水里游泳，才能更好地表现出环境污染的严重性。”

“内容一目了然，才会更好地表现出环境污染的严重性吧？”

“要是只考虑环境污染的严重性，我还不如直接把画板全都涂成黑色呢！”

“不过……妈妈觉得……”

突然，贤浩生气地说道：

“这么多意见，要不然你替我做吧！”

“儿子，妈妈只是向你表达了自己的意见而已，为什么要发火呢？妈妈和儿子之间连这种话都不能说吗？”

“我不知道！我觉得不是环境污染的问题，而是我们的家庭有问题！”

“你说什么？你是不是快到青春期了，怎么这么敏感？如果是外人，会对你说这些吗？因为我是你妈，所以才给你这些意见的！”

“这哪里是在给我提意见，明明是和我吵架嘛！”

“吵架？我觉得是意见冲突而已。”

“还不是一样……”

贤浩收拾好画板和画具，回自己房间了。妈妈望着贤浩的背影无奈地说道：

“贤浩，妈妈觉得与你和你姐聊天时是最幸福的。可是，聊天时产生不同意见是在所难免的。你要把这说成是吵架，未免也太过分了吧？”

贤浩关上房门之后心想：“哪里过分？我只是说了实话而已……”

结果，心烦意乱的贤浩没有认真做绘画作业，只在剩余的画上匆匆补了几笔后就结束了。

今天早上，贤浩又因为一些琐事和妈妈起了冲突。两人吃早餐时，因为吃不吃糙米的问题，说话的声音变得越来越大。妈妈说道：

“今天开始每天三顿都要吃糙米饭，所以就算不爱吃也要忍一忍。”

“我不吃。我和爸爸要吃大米饭。爸爸也不爱吃糙米饭呀。”

“可是糙米对身体很好啊……”