



0-6岁育儿经



0-6岁

◆
韩国文化体育观光部
评选的优秀育儿图书!

◆
韩国naver网站
网民推荐最多的育儿类图书!

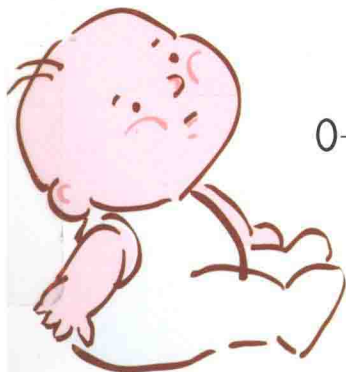
◆
韩国EBS、SBS、KBS等
众多主流媒体热情推荐!

怎么养?

韩国育儿大师许永林教授的新概念育儿方法

(韩) 许永林 著
张倩倩 译

0-6岁养育关键词——玩、陪伴!
玩出独特潜能,
陪出健康心性!



◆ 漓江出版社

0-6岁育儿经



0-6岁 怎么养？

韩国育儿大师许永林教授的新概念育儿方法

(韩) 许永林 著
张倩倩 译



◆ 漓江出版社

桂图登字：20-2012-059

图书在版编目 (CIP) 数据

0-6岁怎么养? ——韩国育儿大师许永林教授的新概念育儿方法/(韩) 许永林著; 张倩倩译. —桂林: 漓江出版社, 2014.4

书名原文: Backward children

ISBN 978-7-5407-7055-6

I. ①①0… II. ①许… ②张… III. ①婴幼儿—哺育 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第059715号

Backward children by Youngrim Hur

Copyright © 2011 by Youngrim Hur

All rights reserved.

Simplified Chinese Copyright © 2014 by Lijiang Publishing House

Simplified Chinese language edition arranged with Global Contents Publishing Group Co., Ltd.
through Eric Yang Agency Inc.

0-6岁怎么养?——韩国育儿大师许永林教授的新概念育儿方法

作 者 (韩)许永林

译 者 张倩倩

责任编辑 周群芳

装帧设计 红十月设计工作室

责任监印 周 萍

出 版 人 郑纳新

出版发行 漓江出版社

社 址 广西桂林市南环路22号

邮 编 541002

发行电话 0773-2583322 010-85893192

传 真 0773-2582200 010-85890870

电子信箱 ljcb@163.com

网 址 <http://www.lijiangtimes.com.cn>

<http://www.Lijiangbook.com>

印 制 北京大运河印刷有限责任公司

开 本 700×1000 1/16

印 张 17.25

字 数 194千字

版 次 2014年4月第1版

印 次 2014年4月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5407-7055-6

定 价 28.00元

漓江版图书：版权所有，侵权必究

漓江版图书：如有印装质量问题，可随时与工厂调换



序 言

0—6岁是孩子最重要的时期

做完收音机和电视解说之后，收到很多地方的各种演讲邀请，这是一件很愉快的事情。但是，演讲与以一般大众为对象的广播不同，演讲需根据不同的对象事前对内容作出不同的构想，这可能会成为一种负担。但是正因为这样，既能够促进学习，又能通过演讲最后接踵而来的问题和整个过程的讨论，使最近父母们的苦恼变得一致。在这一过程中产生的问题始终就是：生孩子养孩子都是一样的，但父母的意识却非常不同。

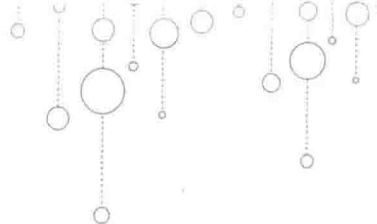
那就是父母们培养子女的方法是错误的。也就是说比起治疗更加注重预防。一个孩子接受各种治疗之后，父母对于自身错误的育儿方式感到后悔，但又不知所措的样子使我非常难过。

经过一番讨论，很多父母认为孩子从小就应该学会独立生活。在短暂的依恋母亲的时期，母亲却强迫孩子进行独立练习。父母根据自己的计划胡乱地给孩子施加压力，以至于毁坏了孩子的幼儿期。

有些父母把8个月的幼儿带去英才院，不停地让孩子看闪存卡上的英语和韩文。后来，因为只要一拿出卡孩子就会不停地说“讨厌讨厌”，最后以致不得不把孩子送到小儿精神科。

有些孩子常常上补习班，父母为了给孩子释放压力，一周带孩子去一次文化中心，交上入场费，看孩子一边做游戏一边骄傲地说“木槿花开了”。这种场景，让我感到非常寒心。

想和小区朋友做游戏，也得交了入场费才能一起玩。对于这样的现况，



问父母的话，很多父母会做以下这样的辩论。

“大家都这样做，因为不安所以也不能无动于衷！”

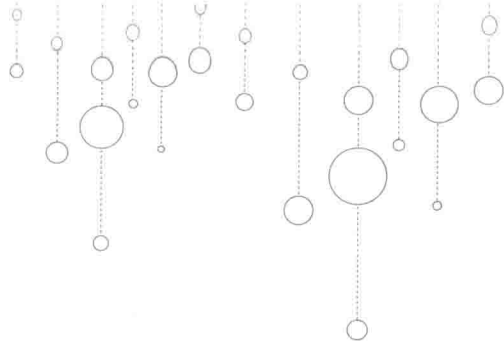
孩子在享受玩的过程中，通过观察对方、了解自己来度过幼儿期，在学龄期（一般是指6—12岁，小学生时期）的时候努力学习，长大进入社会后努力工作，这是教育的过程，父母对子女所做的就是让他们走向社会。

但现实是：孩子从小就没有玩的时间，奔波于学校和补习班，到了真想埋头学习的时候就会变得精力分散，后来就会慢慢变得自闭，最终只能送去小儿精神科接受治疗。

不是因为父母错误的养育方法而把孩子送入小儿精神科的，而是因为父母等养育者错误的教育观。放任不管2—3岁以上的孩子，不能做好孩子的分阶段培养，从而送去小儿精神科的情况很多。

人生最基础的时期是6岁以前，在这一时期孩子们应该在完全的爱护和关心中成长。而父母们处于混乱状态，他们把孩子们送到各处去接受教育，这样就不能使孩子快乐地享受自己的幼儿期，这些孩子以后遇到社会问题也不能解决，其中就有我们的责任。

因此，笔者在第一章指出这个时代最重要的问题和令人苦恼的课题。第二章指出准父母的性以及怀孕、胎教、胎谈（怀孕中爸爸妈妈让子宫中的胎儿轻轻听到的音乐和话语）、障碍儿预防、母乳授乳等。第三章介绍错误方法培养的孩子中关于他们生活习惯的事例以及解决方案。第四章通过各种事例说明家庭内的氛围能够培养出有创意的孩子，并说明具体方法。



第五章从孩子们的角度说明不存在问题孩子，只存在问题父母和问题家庭这一事实。第六章对于频繁发生的体罚和虐待进行全新地判断，通过讨论说明兄弟间为何经常打架。第七章说明以爱为基础的情况下进行教育很难，但是介绍了自己的一些方法和原则。第八章是通过把最近的父母和之前的父母进行比较，介绍权威父母和非权威父母对于孩子来说，孩子是怀着怎样的感受成长的。

并且，最后第九章介绍网路上出现频率最高的讨论事例——Q&A，这一事例包含父母是如何育儿的。

最后，我要向帮助我能完成“错误方法培养的孩子”这本书的出版社职员们表示真诚的感谢，也要对帮助我出版此书的提供重要事例的很多家庭表示感谢。

遥望北汉山

在研究室，许永林

序言 0—6岁是孩子最重要的时期 / 1

第一章 错误方法培养的孩子

妈妈是孩子最早和最好的养育者 / 002

孩子不能在没有指导下成长 / 007

两者中选择最重要的那一个——这是智慧中的智慧 / 012

孩子应该先玩再学习 / 016

第二章 正确养育孩子的第一步

提前作好准备的父母才会享受育儿过程 / 024

为了孩子的健康，夫妻要作好同房计划 / 028

怀孕和胎教是育儿的开始 / 031

传达父母内心的胎中教育 / 033

母乳既是爱的交汇也是一种对话 / 036

妈妈的双膝是最初的学校 / 039

第三章 影响孩子一生的习惯

生活习惯决定孩子的一生 / 044

肥胖的孩子，是父母造成的 / 048

孩子的饮食习惯像妈妈 / 051

正确的排便习惯能使孩子成为有创造力的人 / 055

好的语言习惯造就好的人格 / 058

睡觉规律的孩子有好的睡眠习惯 / 063

沉迷于影像和磁带的孩子 / 065

我的孩子头脑聪明，为什么会精力不集中？ / 070

孩子的散漫，会持续一生吗？ / 074

第四章 家庭的良好氛围造就有创意的孩子

- 与爸爸好好沟通的孩子学习也会好 / 080
- 孩子们通过亲自体验而学习 / 084
- 偶尔离开家去田野和山上玩 / 089
- 还有其他能够提高注意力的学习环境吗? / 091
- 父母允许孩子提离奇的问题会使孩子变得像爱迪生一样 / 095
- 学会忍耐, 才能成为有竞争力的人 / 099

第五章 人是孩子最好的玩具

- 和孩子一起玩的爸爸妈妈才是孩子最好的学习教材 / 104
- 人是孩子最好的玩具 / 109
- 只想玩电脑的孩子 / 113
- 自己单独玩的孩子, 问题在哪里? / 118

第六章 体罚是虐待儿童

- 体罚是虐待儿童 / 124
- 除了体罚这种打孩子的方法外, 就没有别的方法吗? / 127
- 孩子们在打打闹闹中长大 / 131
- 兄弟间打架怎么办? / 134
- 情感虐待, 会给孩子致命的伤害 / 137

第七章 对孩子的关爱和训导

- 父母要首先教导孩子 / 142
- 称赞是一种良药 / 147
- 孩子的自尊心源于自信心 / 153
- 爱是动词, 要不断地让孩子感受得到 / 156
- 口渴的时候, 因人而异, 喝水的量是不同的 / 159

第八章 权威性的父母，有权威的父母

- 权威性的父母，有权威的父母 / 164
- 适合自己孩子的个性 / 168
- 对于孩子的失误不要太敏感，要让他们独立地成长 / 172
- 做自己喜欢的事情是一种幸福 / 177

第九章 与许永林教授的现实对话

- 妈妈自己养育的孩子 / 182
- 再婚家庭的孩子 / 191
- 有盗癖的孩子 / 193
- 孩子看妈妈的眼色 / 195
- 讨厌爸爸的孩子 / 197
- 暴力家庭的孩子 / 199
- 不听妈妈话的孩子 / 201
- 自残的孩子 / 203
- 咬手指甲的孩子 / 205
- 自慰（手淫）的孩子 / 207
- 撒赖的孩子 / 209
- 哭着纠缠的孩子 / 211
- 攻击性的孩子 / 213
- 闹觉的孩子 / 219
- 吮手指头的孩子 / 223
- 对妈妈的话感到厌烦的孩子 / 225
- 爱看电视的孩子 / 227
- 饮食习惯不正确的孩子 / 229
- 背着妈妈偷偷做坏事的孩子 / 233
- 大小便不能独立解决的孩子 / 235
- 说话晚的孩子 / 238



怕生的孩子 / 243

和朋友关系不好的孩子 / 246

因为是周末夫妻，所以丈母娘养育孩子 / 249

有受伤经历的孩子 / 251

向孩子出气发火的妈妈 / 253

教师讨论 / 255



第 | 一 | 章

错误方法培养的孩子



儿童最初的教育不是由头脑和理性决定的，而是受孩子的感觉和心情以及妈妈的影响。妈妈让孩子端上一杯水，会关注孩子是否把水洒掉。所以当孩子把这种小差事做得很好时，妈妈就会对孩子露出非常满意的微笑。像这样，妈妈要向着对孩子的身心、知识和智慧发展有利的方向去做。

——裴斯泰洛齐（瑞士教育家）



妈妈是孩子最早和最好的养育者



通过和 30 多岁的妈妈进行讨论，感觉到了时代的差异（代沟）。我作为两个孩子的妈妈，一方面觉得能够分享她们的苦闷，另一方面也认识到：我们对养育孩子所持有的态度是根本不同的。例如，过去认为妈妈在家里照顾孩子是理所当然的，但是最近那些来咨询室的妈妈们，都想把孩子托付给其他人，自己去工作，她们大多数情况就是来问孩子什么时候能够独立生活。

不久前，来讨论的一位妈妈生完第一个孩子，因为去职场上班就把孩子托付给婆婆家，现在马上要生第二个孩子，所以对她来说怎样解决育儿问题成为一种苦恼。现在把 3 岁的第一个孩子送去了幼儿园，把第二个孩子送到婆婆家，对此她也不知道该怎么办，问了一些具体的解决方法。职场女性对这样的事多少都会有些共鸣。

每个孩子到什么时候能够独立生活，时间是不同的。更重要的

是孩子是否已经作好了与妈妈分开的准备。有的孩子在3岁之前就能独立生活，所以把他送到幼儿园也能很好地适应；相反，有些孩子到了五六岁，也不能和妈妈分开，即使送到幼儿园，也是整天在园长怀中哭。

因此，对于孩子什么时候能够独立生活，妈妈应该耐心地等待，并作出正确的判断，但是很多妈妈并没有这么做。

孩子还没有作好独立生活的准备，父母就开始着急并强迫孩子作一些独立生活的练习，这可以说是培养孩子方面存在的问题。当问妈妈“为什么要生孩子，为什么要这样做？”时，她们却说“因为爱孩子”或者“为了孩子的幸福”。如果是真正爱孩子的话，这样的方法去培养孩子能使孩子感到幸福吗？

一位妈妈经营一所很小的社论补习班，她说自己每天在孩子要放学时正好去补习班上班，所以经常不在家里。她自己还满意地觉得孩子能够茁壮地成长。在孩子上小学五年级的时候，补习班运营状况不好，妈妈就在家待着，可孩子并没表现出有多开心。当我听这位妈妈说了孩子不开心的理由，我的心扑通一下凉了。

“在我需要妈妈的时候，妈妈没在我身边。学校运动会的时候，我的朋友们和家人亲密地围坐在一起，而我虽然带着妈妈给做的紫菜包饭，但却是自己坐在藤树下面吃。那时候就对妈妈怀有怨言，那时的记忆我很长时间都不能忘记。现在我不需要妈妈了，所以也没有什么可说的。”

直到那时候，这位妈妈才明白了孩子内心中妈妈的空缺，她感到后悔万分，就来到咨询室。看到她伤心的样子，我的心里也不是滋味。

这个事例中，孩子虽然没有出现问题行为，但因为妈妈没能意

识到孩子的内心想法，以后也会感到很后悔。像这样，在孩子成长期，妈妈的空缺给孩子带来的痛苦记忆会对孩子以后产生不好的影响，这样的孩子情感上容易出现问題。

那么，在孩子迫切需要妈妈的时期，把孩子交给奶奶或保姆养育，会对孩子造成怎样的影响呢？为了孩子幸福的未来，应该做出怎样的选择呢？对此，应该给予更加慎重的考虑。

在幼儿教育中，从出生到满3岁这一时期是决定孩子一生的时期。因为0—3岁这一时期会决定孩子的习惯、性格和社会性等，如果父母能使孩子幸福地度过这个时期，孩子就会成为情感稳定、有自信的人，如果不能，孩子就会产生一些严重的问题行为，最终被送到咨询室或小儿精神科。

实际上，经过一番讨论发现：孩子1岁之前，就送到奶奶那儿或幼儿园里，只在周末才和爸爸妈妈在一起，这样的孩子身上会出现各种各样的问题。而妈妈把孩子乱扔东西、大声嚷、不合心意就咬别人打别人等这些行为看做过分的攻击性行为。

孩子的这些行为就是因为妈妈过早地把孩子托付给别人养育，孩子和妈妈之间没有进行充分的交流而产生的愤怒感和挫折感的表现。美国哈佛大学以18名幼儿为对象进行了25年的分阶段研究（分阶段研究就是随着时间变化同时包含反复观察所进行的相关关系研究），表明：孩子出生后的10个月决定人格的形成。也就是说，孩子出生后一年内就能形成自己的人格并且影响一生。

研究人类发展的埃里森说，孩子在0—3岁期间，如果能和妈妈更多地进行交流，就会和妈妈之间建立信任感，长大后就会与其他人之间形成信任关系。也就是说，因为在这一时期，孩子都是通过哭来表达所有的想法，所以妈妈作为孩子最早和最好的养育者应该

正确地了解孩子哭的理由，从而更好地养育孩子。

如果孩子饿了哭的话，就给他吃奶，尿布湿了哭的话，就给他换尿布。通过这样的过程，慢慢地孩子就和养育者之间产生了信任感。并且如果这种信任感增加的话，孩子即使是饿了或尿布湿了，也会慢慢地等待而不会哭。

如果孩子哭，妈妈能够作出正确的反应，孩子就会产生安全感，并且对父母和周围的人以及整个世界产生信任。相反，尿布湿了不给换，肚子饿了不给吃奶的话，孩子就会感到不开心不安全，以至于不能相信任何人。

和妈妈充分交流、积极肯定的孩子，以后会成为独立性非常强的人。相反，如果孩子不能与妈妈进行适当的交流，会成为消极否定的孩子，并且会因不信任而产生发火、愤怒和攻击性的行为。

所以，孩子出生后至少1年里，应该与妈妈密切地交流，形成正确的依恋关系。

实际上，孩子出生后1年里，妈妈精心养育孩子的话，面对孩子“边打边说”“大声叫”“乱扔东西”等行为，妈妈会感到非常有趣。相反，因为很忙不能与孩子进行交流的妈妈，1年后对孩子出现的问题行为就会感到非常苦恼。

来咨询室的妈妈大都是说“我的孩子之前不这样，最近却经常做这些异常的行为”这样的话。其实孩子的问题行为是在1年前形成的，随着逐渐积累，孩子也变得消极否定，以至于最后做出这些攻击性的行为。

妈妈看到3岁以后的孩子出现的问题行为，就会努力地了解情况，并且放弃工作，最后把孩子带到小儿精神科或咨询室。妈妈想用药物治疗或游戏治疗等来矫正孩子的问题行为，但是是很难的。

已经形成的性格或习惯在孩子的内心中扎了根，要想矫正这些问题行为得需要好几倍的时间和努力。因此，等到发现孩子的问题行为后才对育儿感到苦恼的人，最终就会用错误的方法培养孩子。

孩子不能在没有指导下成长



养育孩子是一种开拓崭新人生的方式，培养方法错了，不能挽回；累了，也不能放弃。但是，最近通过和新时代的父母进行交流，感觉他们不能够正确地认识育儿的重要性，其中表现最明显的一点就是他们“不想为孩子牺牲自己的人生”。

20 世纪 80 年代，出生在富裕环境中的 80 后们都有利己主义倾向和消费倾向。他们现在大部分已经结婚并且有了孩子，但遗憾的是，对他们来说人生的中心仍然是“我自己”。

某广告公司采访了 8 名 80 后主妇，结果发现：他们的子女大多数每天有 5—6 小时在游乐场或幼儿园，妈妈们利用孩子们不在家的时间来做做运动、购物，享受自己的趣味生活。

她们说：“虽然要尽力为子女付出，但是不想为了子女牺牲自己的全部；虽然旧时代的人们后来大多与现实妥协，但是我不会抛弃我