



好孩子 的成功99% 靠妈妈的陪伴



每天3小时“妈妈的味道”为孩子创造人生的奇迹



(韩) 李贤秀 ◎著 赵妍 ◎译

妈妈是孩子最好的“玩伴”，别让电脑电视替代你

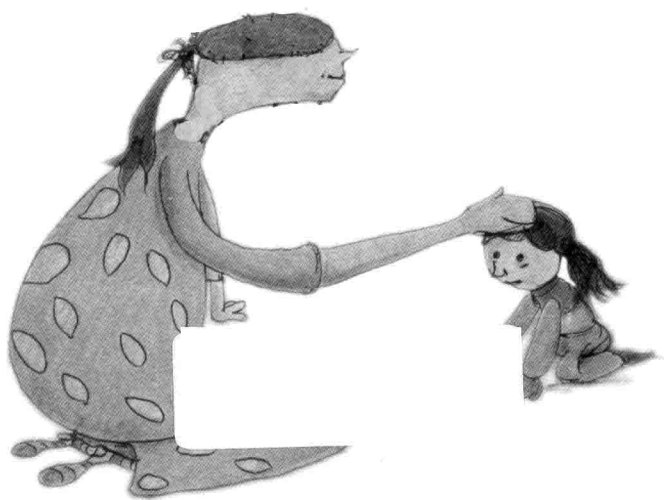
 海天出版社 (中国·深圳)



好孩子的成功

99%靠妈妈的陪伴

(韩) 李贤秀 ©著 赵妍 ©译



图书在版编目(CIP)数据

好孩子的成功99%靠妈妈的陪伴/ (韩) 李贤秀著; 赵妍译. —深圳: 海天出版社, 2015.01
ISBN 978-7-5507-1203-4

I. 好… II. ①李…②赵… III. 家庭教育—经验 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第227941号

版权登记号 图字: 19-2014-140号

하루 3시간 엄마냄새 (Scent of a Mom, for Three Hours a Day)

Copyright © 2013 by Lee Hyeon Soo

Simplified Chinese edition Copyright © 2014 by **Grand China Publishing House**

Simplified Chinese language edition arranged with GIMM-YOUNG PUBLISHERS, INC.
through Eric Yang Agency Inc.

All rights reserved.

No part of this book may be used or reproduced in any manner whatever without written permission
except in the case of brief quotations embodied in critical articles or reviews.

本书中文简体字版通过**Grand China Publishing House (中资出版社)**授权海天出版社在
中国大陆地区出版并独家发行。未经出版者许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中
的任何部分。

好孩子的成功99%靠妈妈的陪伴

(HAO HAIZI DE CHENG GONG 99% KAO MAMA DE PEIBAN)

海天出版社出版发行

(地址: 深圳市彩田南路海天综合大厦7-8楼 518033)

<http://www.htph.com.cn>

订购电话: 0755-25970306, 83460397

出 品 人: 陈新亮

执行策划: 桂 林 黄 河

责任编辑: 涂 俏

责任技编: 蔡梅琴

责任校对: 赖静怡

特约编辑: 吴月丹 董莹雪 杨华妮

装帧设计: 张 英 邱燕娴 方誉霖

深圳市东亚彩色印刷包装有限公司印刷 海天出版社经销

2015年01月第1版 2015年01月第1次印刷

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 14

字 数: 168千字

定 价: 29.80元

海天版图书版权所有, 侵权必究。

海天版图书凡有印刷质量问题, 请随时向承印厂调换。

为精英阅读而努力

Dream成才





중국 독자 여러분, 안녕하세요.

‘하루 3시간 엄마냄새’ 저자 이현우(李賢秀)입니다.

한국과 중국은 다른 문화는 갖고 있지만

자식을 끔찍하게 사랑하고 품 안에서 키우는

동양의 전통을 공유하고 있습니다.

동양의 전통적인 육아 방식에는 부모와 아이들 모두

행복하게 라는 참으로 지혜로운 비밀이 숨겨져

있습니다.

엄마냄새가 아이의 인생에 기적을 만드는

따뜻하고 놀라운 이야기에 여러분은 초대합니다.

감사합니다.

저자 이현우 드림.

中国的读者朋友们：

大家好！

我是《好孩子的成功 99% 靠妈妈的陪伴》的作者李贤秀。

中韩两国虽然有一些文化差异，但在东方传统观念方面有很多共通之处，如我们同样信奉“无条件爱孩子，把孩子捧在手心”的教养方式。

因为东方的传统养育方式中蕴含着让父母和孩子都幸福的智慧与秘密。

本书讲述了一个温馨而又惊奇的故事，我想通过这个故事告诉大家，妈妈的味道真能够为孩子的人生创造奇迹。

谢谢。

李贤秀



每天给孩子 3 小时就够了？ 柳存惠

现代人的生活节奏非常快，需要处理的事情又非常琐碎、繁杂，经常听到很多同事朋友说其实他们也想用多一点时间陪孩子，但是就是挤不出来，刚说坐下来陪孩子看看书，公司的电话就来了。“333 陪伴法则”使用起来简单又灵活，每天仅仅陪孩子 3 小时，家人的关系就与以往大不一样了，非常庆幸李贤秀老师把这个方法介绍给我们。

孩子比赚钱更重要 小 敏

结婚前我一直努力工作，直到婚后我也认为——只有赚到足够的钱，才能保证孩子的幸福。我和老公都是从小城市到首尔来打工的。在首尔这种大城市抚养孩子的成本太高，我们就把小孩交给老家的爸妈带。看了这本书，我才明白，孩子根本不在乎生活条件怎么样，但是没有爸爸妈妈的陪伴，他就很容易缺乏安全感、自卑，这样的孩子很难取得真正的成功。

花了时间还要花心思 胎毛娃娃

以前我也是花了大量时间陪孩子，但是孩子还是跟我不亲，心里很难过。书里说了，光花时间是不行的，心如果没放在孩子身上，等于白陪。嗯，以后跟孩子在一起就把手机和 iPad 都放一边。

早教、出国其实没那么必要 奋斗中的恩星麻麻

李贤秀老师给我们讲述了很多独特新颖的观点，许多教育专家提倡早教、出国，我周围的朋友也纷纷赶时髦，看过这本书后才惊觉，小孩 3 岁前都应该多跑多玩，会玩的孩子才会学嘛！

孩子终于不哭闹了 李智苑

从未意识到味道对孩子的作用这么大，特别是妈妈的味道，气味可以唤醒记忆，有了记忆才能进行判断。宝宝们感受到了熟悉的味道，才会安心，自然也不会哭闹。我以前不明白这些道理，孩子一哭，一家人都会非常紧张、不知所措，原来只要多陪陪孩子，尽量满足他们的基本需求，这些问题就会迎刃而解。照李老师的方法做，最近宝宝乖了很多呢！

像朋友一样的心理咨询师 灿儿妈

和李老师一样，我也是一名心理咨询师，这么多年的看诊经历，让我目睹了太多家庭的悲剧，它们大多都是忽视家庭教育而产生的。作为咨询师，李老师的语气总是很亲切友善，书中大部分案例来自于她自己和患者的亲身经历，所以非常有说服力。看过很多家教书，大多都夸夸其谈，但是这本让我感受到了李老师的诚意。



张 健

劳动部家庭教育指导师培训专家
北京长松咨询家庭教育研究中心主任

父母的陪伴胜过一切的教育

再次接到中资出版社的邀请，给他们的新书《好孩子的成功 99% 靠妈妈的陪伴》写推荐，每一次都应允，这次也不例外，因为能推荐一本适合家长读的好书，既是对家长教育的支持，也是自己的一次成长，所以我感到责无旁贷。

拿到书稿，书名随之映入眼帘，开始感觉似乎有点言过其实。毕竟在孩子的成长过程中，陪伴不仅仅是来自于妈妈，爸爸亦同样重要。然而，书稿大体读下来，我对书名便有了一个更深的领悟，突然想到王东华老师在《发现母亲》中的一句话，说“推动摇篮的手，就是推动世界的手”，意在说明母亲的作用在一定程度上是无法替代的。

我曾经在我的课程中讲过一句话：一分钟有品质的陪伴，胜过一整天无意义的相随！一次真诚的亲子交流，可以让孩子铭记一生！可见对孩子的陪伴多么重要，尤其是高品质的陪伴更是如此。

正如作者在书中谈到：“每天 3 小时、连续 3 年的时间和精力投资，

其实是在为宝宝的一生积累资本。”人类的情绪、人格和思考能力这三大要素是在3岁之前形成的，孩子在成长过程中遇到的很多情商和智力上的问题，其实在这3年里已经形成，而且后期是很难扭转的。而安定的情绪、健全的人格以及完善的思考能力，需要的就是妈妈在这个关键时期里的陪伴。

现代社会的父母需要承受的压力确实很大，但是也请你们别用“太忙”和“没钱”来搪塞、敷衍。孩子的成长只有一次，错过就没有机会重来；他们要的不是多么富足的生活、优越的条件，只要能跟父母待在一起，在哪儿都是幸福的。不管是请保姆、报补习班，还是送去最好的私立学校……只要孩子不能感受到家庭的温暖，很容易产生心理问题，更为极端的就会产生一些社会问题。

正如作者给天下母亲的一个忠告：父母如果不肯在孩子3岁之前投资，就可能会遭受30年的困扰。

写到这里，我想到自己早前写的一篇文章——《陪伴你的孩子 请关掉手机》，现在我想再次建议家长朋友们：关掉电脑、手机，给孩子全身心的爱和高品质的陪伴，因为你的陪伴是孩子走向优秀的开始。基于此，张健老师推荐各位家长朋友走进这本书，让成长与你相伴。



蔡 蔚

中国家庭教育学会理事
全国妇联家教专家团专家

陪伴，让妈妈成为“教育专家”

“好孩子的成功 99% 靠妈妈的陪伴”多么朴素而平实的语言，然而却蕴含着极其深邃的思想和十分科学的理念。如果说书名在第一时间吸引了我，书中简单而富有哲理的案例更让我对这本书感慨良多。而且，作者的许多观念与我不谋而合。我一直认为，各行各业都有专家，唯独家庭教育没有。尽管在全国各地讲学的我常被称为专家，但是，我十分明确地告诉他们，教育没有定论，绝对不能拿出一种适合每一个孩子的方法，必须得因材施教。所以一直陪伴着孩子的妈妈更有资格在这方面发言，因为她们在陪伴孩子的时候，不只投入时间，更重要的是她们能得到由精力、智慧、爱心和体验而产生的经验。

世界上没有性格完全一样的孩子，如同没有两片完全相同的树叶一样，妈妈的“陪伴式教养”真正实现了“一对一”，她们的经验也许没有普遍性，但是，对自己的孩子却是灵丹妙药。另外，我也特别告诉爱自己孩子的父母：

教育孩子不可一蹴而就，父母的付出是没有穷尽的；

教育孩子也不是搞科研，把自己关在实验室里，照搬一些生硬的理论就可以成功；

教育孩子更不要过多地保护，而应当给孩子提供“自我成长”的平台，让孩子纵马草原自由驰骋。

当然，教育孩子不能只靠妈妈，爸爸也义不容辞。“相夫教子”应当为“帮助丈夫教育孩子”而不是“帮助丈夫”和“教育孩子”。男子忽视对孩子的教育，是一种十分普遍而又可怕的事情，再好的妈妈，不可能给孩子“父爱”，而“父爱”是一种无形的领导力，在孩子的职业生涯中是不可或缺的，否则孩子虽然可以长大，但是却容易患“软骨病”，不能成就伟大的事业。



我们都忘了按下孩子“幸福的开关”

凝视着孩子熟睡中那甜美的脸庞时，哪个妈妈不感到由衷的幸福呢？即使一整天的工作让人筋疲力尽，妈妈也会去看看睡着的孩子，给他掖一掖被角，摸一摸他的小脸蛋。

我们为生活匆忙奔走。在疲惫的今天和忙碌的明天之间，晚上这短暂而又温馨的一刻，让我们的心灵重归真实和平静。

“虽然将来孩子上哪所大学、做什么工作都很重要，我还是最希望他能保持快乐平和的心境。即使有一天我离开了，他也一定要健康幸福地成长……”许多妈妈在凝视孩子的睡容时，都怀着这样的希望。

但是社会上发生的一些事件，让这看似简单的心愿也难以实现。短短几年，精英云集的韩国科学技术院（Korea Advanced Institute of Science and Technology，简称 KAIST，韩国排名第一，亚洲排名第二大学。——译者注）接连发生了几起学生自杀事件。这些学生可谓天之骄子，经过十几年如一日的努力学习才得以进入这样的名牌大学，他

们是韩国妈妈们心中的神话。这样的孩子居然选择结束自己的生命！在这样的时代里生活，我们晚上所感受到的平静还真实吗？即使真实，又能延续多长时间呢？不安如乌云般沉沉地压在我们心头。

其实，是我们大人杀害了那些年轻的生命。涉世未深的孩子们判断力不够，大人们的错误想法和永不满足的贪婪，带来了各种社会问题，无所适从的孩子因此被逼上了自杀的道路。正如我们不能把工作看成人生的全部，考试成绩也绝不是评价孩子的唯一标准。如果我们把孩子培养成了只会考试的机器，他们在今后的生活中就很可能遭遇挫折。

学习能力不等于幸福能力

据统计，现在韩国人的平均寿命已经超过了 80 岁，下一代人的平均寿命可能会超过 100 岁。也就是说，孩子考上大学之后，还有 80 年的人生路要走。但我们的教育目标却不是把孩子培养成船长，在人生的长河中乘风破浪，而是死死盯着前面的几个小浪头，似乎孩子只要顺利挨过就万事大吉。政府取缔了深夜补习班，家长们依旧可以想方设法地秘密补习，有的家长甚至会说：“只要学习好，哪怕在学校过夜都没问题。”

我们让孩子把全部的精力放在学业上，即使性格不健全也没关系，只要考得上大学，一切都不是问题。但孩子今后遇到了挫折该怎么办？我们总不能陪伴孩子一辈子啊！想象一下，有一天孩子可能会站在我们的墓前说：“妈妈，我丈夫出轨了。”“妈，我老婆离家出走了。”“妈，我的儿子调皮捣蛋不听话……”然后哭着问：“你教教我该怎么办。”那时如果我们地下有知，想必也会不得安宁。

如何让孩子享受到医学发展、人均寿命延长带来的益处，这是一

个根本性的问题。我们这一代人小时候，每天可以尽情地奔跑玩耍，身体健康了，学习时自然精力充沛。再看看我们的下一代，这些只有十几岁的孩子不管是否喜欢学习、学习成绩好不好，都被沉重的课业压得抬不起头。长此以往，如何保障他们成年后的身心健康呢？家长们现在要求孩子做的，不就相当于告诉孩子“早点儿死也没关系，只要能考上名牌大学就行”吗？

情绪培养和智力培养一样重要

作为一名有 20 余年经验的心理咨询师，我想把韩国孩子遭遇的挫折归结为以下两个原因：

其一，我们的教育目标不是把孩子培养成“幸福的人”，而是希望他们不要成为“失败的人”。我们在提到首尔的富豪聚居地江南区时，用的词汇也是“江南不败”，而非“江南成功”。也就是说，我们追求的仅仅是“不做失败者而已”。但不失败难道就意味着成功吗？

其二，在教育孩子的过程中，我们只是一味灌输知识，完全忽视了大脑的发育过程和特点。因为怕孩子输在起跑线上，有些家长甚至在孩子刚会说话时就让他们马上开始学习。其实，在 10 岁之前，对孩子而言最重要的是父母的关怀和温暖。这个时期我们最应该做的，是充分地关心孩子，培养他们安定的情绪。

人的大脑分为三层。第一层是维持呼吸、心跳等基本功能的脑干，

第二层是控制喜怒哀乐等情绪表达的边缘系统，第三层是负责思考、判断、调节机能和控制冲动的大脑皮层。

在孩子出生前，第一层已经发育完全，第二层却要到出生后的15～20年里才会发育成熟。前两层发育得好、基础打得扎实，才能顺利升至更为高级的第三层。如果前两层的基础没打好，或者跳过前两层想直接到达第三层，都会给孩子带来不良影响。在孩子还没有建立稳定的情绪基础时，就给他们过多理性层面的刺激，就如同把高楼建在塑料地基上一般。不知在哪一个瞬间，这座高楼会突然倾覆。任何父母不懂这个道理，都相当于害了自己深爱的孩子。

想让孩子幸福地活到百岁，稳定的情绪必不可少。因此，10岁之前的时光，一定要让他们安宁、快乐地度过。俗话说“良好的开端是成功的一半”，对于人生来说，良好的开端占成功的90%。有的专家甚至认为，人生前10年的成长决定了后面90年的幸福和成功。如何让孩子更好地度过这10年呢？强行塞给他们很多知识绝不是最佳选择。在这10年中，父母的首要任务是培养孩子安定的情绪，在孩子幼小的时候多多陪伴他们，让他们体会到幸福。这甚至可以称为父母唯一的任务！有人可能会问，在孩子小时候多陪陪他，就能使他今后考上理想的大学吗？我的回答是“当然！”。在幸福、安宁中长大的孩子，会自然而然地产生自我实现的愿望，会比别的孩子更容易获得成功。

美国心理学家亚伯拉罕·马斯洛认为，自我实现的愿望同吃饭、穿衣、睡觉、渴望被爱一样，是一种先天的需求。不同之处在于，它是一种较高层次的需求，如果其他基本需求没有得到实现，它就不会被激发出来。

也就是说，满足了孩子的生理需求、安全需求，让孩子感受到充分的爱，孩子自然而然就会渴望自我实现，不用家长催促，他们就会

产生强烈的学习动机，因而主动地学习。这是需求发展的自然规律。因为不是强制而来，而是自发形成的，这种动机往往伴随着好奇心、创造力和愉悦感。此时家长要做的只是相信孩子，放手让他们自己去学。

大约从3岁开始，孩子就能感受到幸福了。但在韩国，3岁却意味着孩子要正式开始接受教育。2011年7月的一篇报道称，韩国年满3岁孩子的66%都上了幼儿园，其中84%的孩子在3岁之前就已经开始了幼儿园生活；而在英国、德国等发达国家，70%的孩子在3岁之前由母亲照顾和培养。如果说这么多韩国妈妈早早地把孩子送去幼儿园，是为了让韩国“早日成为发达国家”，在那之后相关比例就会降低吗？即使韩国是发达国家，孩子们的未来却被毁了，谁来承担这个责任呢？

幼年时期没有得到父母完全的爱和保护的孩子，不知道幸福的滋味。这样的孩子不会去为自己的未来做准备，将来只会让父母头痛不已。“考上大学就会幸福”之类的许诺可能会让他们忍耐一时，但考上大学之后，还是不得不面临激烈的竞争和严峻的就业形势。韩国的青年自杀率排名世界第一，就是我们播下的恶果。看不到未来的幸福，没有努力的目标，都会让这些孩子心情烦躁，在以成绩为评价标准的社会里窒息。他们会把心中的抑郁用暴力、沉迷网络等形式表达出来。岁月更迭，抑郁的孩子成长为抑郁的大人，不安地结了婚，又用不安的心情教育自己的子女。如此恶性循环，为了子女的“前途”而拼命赚钱的我们，晚年会幸福吗？

从现在开始，给3岁就开始上学的孩子们一个充满幸福和安全感的童年吧，把我们的孩子们培养成幸福人生的主人。孩子是我们自身的一部分，孩子感到幸福，用爱来回报我们，我们也会变得幸福的。

李贤秀

one

第1章

two

孩子出生后3年，
“生育”仍在继续

three

four

five

six