



畅销日本20年
亲子家教经典
NO.1

小心！毁掉孩子是父母最“擅长”的事

有益的父母 有害的父母

一问一答，世界级教育心理学家河合隼雄 给父母上的48堂经典亲子课——
确保孩子从出生到青春期正确成长！



[日] 河合隼雄 著

日本文化厅厅长
日本京都大学教育学院院长
世界级教育心理学大师

程亮 译

天津社会科学院出版社



快读.

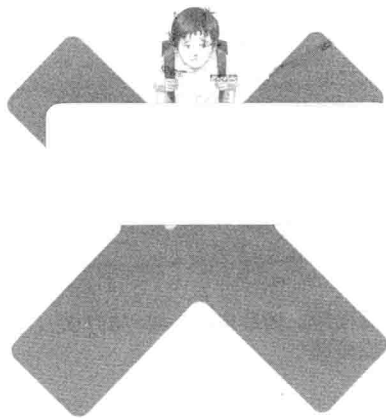


畅销日本20年
亲子家教经典
NO.1

有益的父母 有害的父母

一问一答，世界级教育心理学家河合隼雄 给父母上的48堂经典亲子课——
确保孩子从出生到青春期正确成长！

〔日〕河合隼雄 著



图书在版编目(CIP)数据

有益的父母, 有害的父母 / (日) 河合隼雄著;
程亮译. -- 天津: 天津社会科学院出版社, 2013.8

ISBN 978-7-80688-954-1

I. ①有… II. ①河… ②程… III. ①家庭教育-问题解答
IV. ①G78-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第202740号

Q&A KOKORO NO KOSODATE-TANJO KARA SHISHUNKI MADE NO 48 SHO

by Hayao Kawai

Copyright ©1999 Hayao Kawai

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Asahi Shimbun Publications Inc.

This Simplified Chinese language edition is published by arrangement with
Asahi Shimbun Publications Inc., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo
through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd. Beijing

天津市版权局著作权登记号: 图字02-2013-213

出版发行: 天津社会科学院出版社

出版人: 项新

地址: 天津市南开区迎水道7号

邮编: 300191

电话/传真: (022) 23366354

(022) 23075303

网址: www.tass-tj.org.cn

印刷: 北京鹏润伟业印刷有限公司

开本: 700 × 1000 毫米 1/32

印张: 6.75

字数: 157千字

版次: 2013年9月第1版 2013年9月第1次印刷

定价: 26.00元



出现印装、质量问题, 请致电010-64787702 (免费更换, 邮寄到付)
版权所有, 侵权必究

你会成为哪种父母？

你会成为有益的父母，还是有害的父母？

如今很多父母过于重视教育，思想死板僵化，结果将自己和孩子推向了不幸的深渊。

莎士比亚在《罗密欧与朱丽叶》中写到，两位主人公死后，维罗纳大公对二人的父母说，他们根本就是“用爱扼杀欢愉”。我想把这句话送给那些极端重视教育的父母和老师。出于对孩子的爱，父母往往会拼命去做某一件事，但这样却可能扼杀掉父母和孩子的欢愉。对此，做父母的必须反省。因为，毁掉孩子，是父母最“擅长”的事。

错误的教育方法不只会毁掉孩子的幸福，还会毁掉孩子的心灵。1997年神户少年连环杀人案^①就是一个例子，这件事让很多父母陷入不安——错误的教育竟造成如此残酷的后果。

因此，经常有人就孩子的内心世界、如何养育子女等问题向我咨询，邀我演讲。我很理解为人父母的心情，但我终究精力有限，不能一一回答。鉴于我也写过几本书，所以常会请提问者自己在书

^① 神户少年连环杀人案：又名酒鬼蔷薇圣斗事件，发生于1997年日本兵库县神户市须磨区。该案造成2人死亡，3人重伤，受害者都是小学生，而凶手则是一名年仅14岁的少年。

里寻找答案，谁知大家却说我的书太深奥，让我非常吃惊，我一直都以为自己的书很浅显易懂呢。

当我真正开始与那些为养育子女而烦恼的父母交谈时，我才终于意识到，自己之前写的东西的确是“太深奥”了。并且我也开始明白，那些在我们专家看来非常简单的事，到了很多父母眼里，都成了难以解决的大问题。这些问题令他们不安，很想在私下里找人商量，但随着家庭小型化的急剧发展，社区内的人际关系变得越来越淡薄，这些父母竟然找不到可以一起商量对策的人。

而且，绝大多数教人养育子女的书，都只涉及孩子从出生到上小学这几年，可以说，还没有一本书能够全面地讲解孩子的小学时代，以及令众多父母苦恼的初中时代和高中时代，即青春期。

我正想着要为此做些什么，恰巧时任《幼儿园妈妈》杂志编辑的《朝日新闻》记者中村谦先生，在和为养育子女而苦恼的读者接触后，有了同我一样的想法，便带着出版计划找到了我。我们一拍即合，达成一致意见，决定采用一问一答的形式，由我即兴讲说，全书都使用通俗的口语，真正做到浅显易懂。

由于本书采用一问一答的形式，可能有部分读者希望照搬书中的方法来解决问题，但在我看来，养育子女是不能这样的，父母照搬书本教育孩子，孩子的生活大多不幸福，所以本书并未给出具体的解决办法。此外，也许有人会觉得书中的回答常常偏离问题本身，甚至与提问毫不相干，但实际上，这正是本书的目的所在。

本书既然强调重视孩子的个性，就不会给出死板的解决办法。更重要的是，在养育子女的过程中，父母也应该发挥自己的个性。当然，如果不给任何提示，只叫读者自由发挥，那么本书也就没有存在的意义了，因此我还是提出了不少建议。希望读者在阅读本书时，不要试图寻找“正确”答案，而应该任凭自己的思维和想象飞翔，发现适合自己的方法。

本书的内容大体上是按孩子成长的顺序，也就是从出生到青春期末编排的。但正如文中所说，本书并没有严格地按照时间的先后顺序来安排问题的次序。许多人不理解为什么要这样做，这是因为，有些人一旦看到自己的孩子和书里的标准有偏差，就会心生不安。患有“标准病”的人实在是太多了。他们操着不必要的心，用“标准”这枚大印重重压垮了孩子的个性。为人父母，须具备更灵活的思想。

以上就是本书的结构说明，从头开始按顺序阅读比较容易理解，而从自己最关心的章节开始阅读也无妨，毕竟本书采用了一问一答的形式。

另外，虽然在本书中，我的回答大多针对孩子的母亲，但我希望为人父者也务必要读一读。至于理由，读过之后自然会明白。

书中可能有前后矛盾或准备不足的地方，我觉得这样也不错，所以连无处不在的关西腔也未做删减。请读者愉快阅读，轻松思考，不要把这本书当成养育子女的教科书。养育子女的确非常重要，但我希望通过本书传达一种态度，那就是父母首先要让自己轻松自在，而不是生硬死板，手忙脚乱。父母手忙脚乱，却告诉孩子要自由自在地生活，那又有什么意义呢？父母总是在日常的、无意识的行为中，一点点毁掉他们的孩子，他们自己都不知道，为什么孩子不像从前那样充满天赋，而是变得平庸、甚至越来越负面。

我想，没有哪个父母希望成为“有害的父母”。本书若能为因养育子女而苦恼的父母带去些许帮助，便是本人莫大的荣幸。

河合隼雄

目录



第一部分 · 做用心的栽培者

- 01** Q : 为什么在物质富足的年代, 养育子女还会出现各种各样的问题? / 2
A : 因为大家忘了用心。越是在物质富足的年代, 越要丰富孩子的精神世界。
- 02** Q : 养育子女出现问题, 是由母子关系造成的吗? / 6
A : 发现问题, 只有父母两个人改变是不够的, 全家人都必须改变。
- 03** Q : 我经常感到不安, 总担心自己带不好孩子, 怎么办? / 10
A : 如今大家在养育子女的问题上都心怀不安, 这是很正常的。
- 04** Q : 为什么不知不觉就变得对孩子唠叨了呢? / 14
A : 这说明孩子的父亲没有尽到做父亲的责任。
- 05** Q : 我害怕一旦当上“母亲”, 就会丧失“自己”, 我该怎么办呢? / 18
A : 与其纠结于母性和自己之间的单项选择, 不如想想, 在这两者之间, 自己此刻更偏向哪边, 偏向多少。
- 06** Q : 现在的孩子要面对的不良诱惑是不是太多了? / 22
A : 有益的父母会把孩子培养成能够抗拒诱惑的人。



- 07** Q：对婴儿来说，什么是最重要的？ / 26
A：是“母子一体感”。有益的母亲会让婴儿体验到母子一体的“守护感”。因为婴儿会通过母亲建立对这个世界的基本信赖感。
- 08** Q：我非常讨厌带孩子，该怎么办才好？ / 30
A：如果一味否定负面情绪，过度压抑自己，那么正面情绪也不会出现。因此，有益的母亲都会心平气和地接受自己的情绪。
- 09** Q：如今养育子女最令人担心的问题是什么？ / 34
A：父母对身为父母的直觉太过疏于磨练。对孩子而言，父母要做的不是赚钱，而是陪着他们，在重要的时刻能够给予他们支持。
- 10** Q：为什么我总会因心烦气躁而责骂孩子呢？ / 38
A：因为母亲觉得不安，或是对孩子的期望有些过高。如果夫妻关系和睦，不安感就会减轻。
- 11** Q：我总呵斥孩子，不是叫他们“动作快一点”，就是说“那样不行”。要怎么改变呢？ / 42
A：有益的父母会在行动之前先等5秒钟。总之只要稍作等待，就能看到孩子做出有趣的事。
- 12** Q：孩子的成长不能尽如己愿，是因为教育方法不对吗？ / 46
A：孩子有自己的生活，本来就不应该尽如父母所愿。就连猫狗都不能完全受人控制，植物也不会按照人的意愿说开花就开花，更不用说人类的孩子了。
- 13** Q：孩子不听话，我就会忍不住打骂，怎么办？ / 50
A：有益的父母会努力营造一个开放的环境，而不是仅仅局限于亲子之间。

- 14 Q :** 孩子经常心不在焉的, 叫人十分担心, 这样的孩子正常吗? / 54
- A : 这正是心灵发育的表现。心灵的成长很不容易, 就像酱或酒发酵一样, 其外在表现就是心不在焉, 孩子正需要这样发呆的时间。
- 15 Q :** 当孩子发出“紧张信号”时, 应该如何处理? / 58
- A : 有益的父母首先会做到自己不紧张。只要比平时更关注孩子就可以了。
- 16 Q :** 孩子很爱撒娇, 我担心孩子以后无法独立, 怎么办? / 62
- A : 让孩子尽情撒娇, 他们自己就会独立。不过, 撒娇并不等于娇惯, 娇惯孩子的母亲总是拼命为孩子做这做那。
- 17 Q :** 应该在什么时候告诉孩子根本没有圣诞老人? / 66
- A : 不用特意告诉, 他们自己就会知道。有时, 父母只是想说几句正确的话, 却会毁掉孩子的世界。
- 18 Q :** 应该如何教导孩子关于“死亡”的事? / 70
- A : 温和地和孩子聊聊死亡的话题。与其借着这个时机告诉孩子要珍惜生命, 不如多陪陪孩子, 孩子就能理解生命的宝贵。
- 19 Q :** 早期教育对孩子是利是弊? / 74
- A : 尽早开始学习, 刚上学时成绩会好, 但这种优势只要一年就会消失。从孩子的一生来看, 殊乏意义。父母为了放心, 就要孩子付出极大辛苦, 总有一天会自食恶果。孩子上学之前最重要的不是学习, 而是自由玩耍。



第三部分·新芽时期：小学时代

- 20** Q：都说表扬孩子很重要，我却对此不大擅长，有什么好办法呢？ / 80
A：不妨试着想出孩子的5个优点。父母应该准确地表达内心的真实想法，尤其是在重要的场合。
- 21** Q：孩子已经满10岁了，却还不愿意一个人睡，怎么办？ / 84
A：自立总是伴随着不安，孩子是想确认母亲是否仍是自己的坚强后盾。
- 22** Q：为什么孩子从小学四年级左右开始，画的画就变得很无趣了呢？ / 88
A：那时孩子正开始意识到“自己”，想要试着模仿大人。
- 23** Q：为什么孩子想养小动物？ / 92
A：因为小动物比父母活得更自由。我们原本就是动物，所以只要依着动物的感觉自然而然地与孩子相处就好。
- 24** Q：给孩子个人房间是否有最佳时期？ / 96
A：有益的父母会根据自家的“宪法”，规定孩子从几岁开始拥有个人房间。还会记得给“敲门”“锁门”“给钥匙”等细节做规定。
- 25** Q：我不知道身为父亲该如何跟孩子相处，怎么办？ / 100
A：平时完全做自己，发火的时候要干脆利落，发完火后要和蔼。

26 Q: 孩子不去上学怎么办? / 104

A: 孩子难得不去上学, 请把这当作是一个契机。

27 Q: 孩子受到欺负时该如何应对? / 108

A: 有益的父母都会先仔细听听孩子是怎么说的, 这样才能把握整个事件的前因后果。同时他们也会清楚该找谁说理。如果孩子受欺负的程度并不严重, 他们也会让孩子自己努力承担。

28 Q: 所谓“个性”或“活出个性”是什么意思? / 112

A: 就是去赌那些不确定的、无法用数字表现的事。有的父母只让孩子做那些事先就已经知道答案的确定的事, 以为这样是为孩子好, 但其实只是在将孩子的人生推向平庸。

29 Q: 在孩子迈入青春期之前, 父母该为孩子做哪些事? / 116

A: 要让孩子体验到足够多的快乐, 然后靠自己的力量度过青春期。有益的父母会努力营造紧密和睦的亲子关系, 这样当孩子在青春期遇到困难时, 也能找父母商量。



第四部分·嫩叶时期：青春期

- 30** Q：为什么孩子上初中之后会突然变得沉默寡言？ / 122
A：他们正在经历难以言喻的神奇体验。孩子在青春期中会遇到性的问题。在孩子看来，其中既有美好的，也有肮脏的。这两种感觉在心里蠢蠢欲动，无从捉摸，孩子当然会变得沉默寡言。
- 31** Q：我无论如何都无法忍受孩子的某些行为，是我的错吗？ / 126
A：当孩子做出令父母无法容忍的事情时，父母就该仔细想想了。可是，大多数父母都不会反省自己。
- 32** Q：不想让孩子吃同样的苦，为什么孩子不理解父母的这份苦心呢？ / 130
A：将自以为是的幸福或自以为是的标准强加给孩子，并不是好事。
- 33** Q：为什么孩子总跟父母唱反调呢？ / 134
A：孩子就是在反抗父母、否定父母的过程中长大成人的。如果孩子找到了你的盲点，不妨坦率承认。
- 34** Q：当孩子有烦恼时，父母该怎么做？ / 138
A：父母不要因为关心，就闯入孩子的世界。在孩子自我封闭的时期，最好能适当地让他独处。
- 35** Q：孩子竟然对我说出“我要崩溃了”“关你屁事”这样的话，该怎么回应呢？ / 142
A：有益的父母不会置之不理，而会予以反击。只要父母态度认真，首先就能立于不败之地。

- 36** Q : 跟青春期的孩子交谈有没有什么诀窍? / 146
A : 有益的家长会做好“今天就听 1 个小时”的心理准备, 不会单方面地说教。
- 37** Q : 针对校规有诸多意见, 您认为有必要吗? / 150
A : 只要校规以“人”为先, 我就举双手赞成。
- 38** Q : 如果孩子真的出现问题, 该怎么办? / 154
A : 父母不要一味反省, 不要心急。只要对孩子表现出“你绝不是笨蛋, 只要慢慢做自己想做的事就好”的态度, 孩子在哪儿跌倒, 就能在哪儿爬起来。
- 39** Q : 难道不是学习成绩越好的孩子将来就越幸福吗? / 158
A : 要关注孩子将来成长为什么样的人, 而不是排第几名。有益的家长会教会孩子做正确的事, 也会引导他享受人生的乐趣。
- 40** Q : 为什么连初中生也会吸毒呢? / 162
A : 如果体验不到足够的母性, 孩子就只能另寻依赖。
- 41** Q : 现在的孩子貌似没什么烦恼? / 166
A : 他们有时也会深深陷入连自己都莫名其妙的烦恼。
- 42** Q : 最近好像有很多人患身心症, 是什么原因造成的呢? / 170
A : 这是压抑感情、偏重知性所引起的一种现代特有的“文化病”。解决问题的关键在父母, 因为孩子的模范归根结底就是父母。



- 43** Q: 孩子不听父母的话, 亲子关系濒临断绝怎么办? / 174
A: 有益的父母不会试图控制孩子, 而会建立长期真正的信赖关系。让孩子拥有足够的自由, 同时仍能保持深远的亲子联系。
- 44** Q: 一旦心生烦恼, 就会不知所措, 根本理不清头绪, 我是合格的父母吗? / 178
A: 能够始终保持纠结是身为成年人的条件。
- 45** Q: 亲子之间冲突不断, 是因为彼此性格不合吗? / 182
A: 支撑母子关系的其实是夫妻关系。不如查查夫妻关系是否有问题。
- 46** Q: 养育子女该以什么为目标? / 186
A: 父母务必要培养出能够自己承担责任的孩子。这样孩子才能真正地自立。
- 47** Q: 如果养育子女真有结束的一天, 是在什么时候呢? / 190
A: 当孩子开始认真谈恋爱, 父母的使命也就告一段落了。
- 48** Q: 为什么全家人一起生活很重要呢? / 194
A: 因为“家庭禅”能容难容之事。养育子女就是要将与自己似是而非的孩子养大成人, 这是一种很难得的体验。
- 后记** 养育子女真正得益的是父母 / 198

第一部分

做用心的栽培者



一问一答，亲子课堂

No.01

Q：为什么在物质富足的年代，养育子女还会出现各种各样的问题？

A：因为大家忘了用心。越是在物质富足的年代，越要丰富孩子的精神世界。



长期以来，人们拼命工作，就是为了这样一个信念——只要物质富足了，生活就会快乐。其实，这种想法是错误的。倒不如说，物质越富足，人生就越艰难。为什么呢？因为**有多少物质，就要操多少心。**

然而，很多人都不知道这点。物质富足了，遇到问题就喜欢偷懒，企图避重就轻地用物质和金钱来解决，而忘记了用心。这就不奇怪，为什么如今在养育子女上，父母们会出现各式各样的问题。

物质富足，生活就会便利；生活便利，人与人之间的关系就难免变得淡薄。例如买车票，以前买票，要亲口告诉售票员想去哪里。现在，不用和售票员说话，机器就能直接出票。再比如买东西，从前想用折扣价买东西，怎么也得和店家说几句好听的，而现在超市里的商品都是打完折的。

现代人一面深信“只要生活省心便利，就是进步”，一面又忍不住慨叹物欲横流。但，光是坐在那里嘀咕“还是过去好啊，那时候我们活得很简朴，待人接物都很在意对方的感受”是没用的。**作为父母，我们必须仔细思考，在物质如此富足的年代该如何养育子女，怎样才能让孩子拥有丰富多彩的精神世界，这才是最重要的。**