



「韩」徐喜淑 著 董小娇 译

妈妈
学校

爱是慢半拍



她是风靡亚洲的亲子教育专家、她的专栏被无数妈妈热情追随
年轻妈妈人手一册，奉为经典；创造上市3年加印33次的奇迹

慢半拍，母爱的节奏才刚刚好

妈妈要学会相信和等待，孩子才能走稳成长的每一步

新浪亲子、网易亲子、太平洋亲子、
宝宝树、凤凰亲子主编联袂 知心推荐

亚洲口碑第一的
亲子教育读物



中信出版社 CHINA CITIC PRESS

妈妈学校 爱是慢半拍

[韩] 徐亨淑 著
董小娇 译

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

妈妈学校：爱是慢半拍/ (韩) 徐亨淑著；董小娇译. —北京：中信出版社，2010.12
ISBN 978-7-5086-2405-1

I. 妈… II. ①徐… ②董… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 195553 号

Copyright © 2006 by Suh, Hyoung-sook

All rights reserved.

Original Korea edition published by Keunsol Publishing Co

Chinese (simplified) rights arranged with Keunsol Publishing Co

Through M.J Agency, in Taipei

Chinese (simplified) rights © 2010 by China CITIC Press

本书仅限于中国大陆地区发行销售

妈妈学校——爱是慢半拍

MAMA XUEXIAO

著 者：[韩] 徐亨淑

译 者：董小娇

策划推广：中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行：中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)
(CITIC Publishing Group)

承印者：北京通州皇家印刷厂

开 本：880mm × 1230mm 1/32 印 张：8 字 数：93 千字

版 次：2010 年 12 月第 1 版 印 次：2010 年 12 月第 1 次印刷

京权图字：01-2010-3148

书 号：ISBN 978-7-5086-2405-1/G · 571

定 价：28.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由发行公司负责退换。

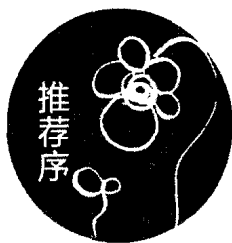
服务热线：010-84849283

<http://www.publish.citic.com>

服务传真：010-84849000

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com



保持孩子天性是最好的教育方法

在担任鸥亭高中校长的时候，我结识了本书的作者徐亨淑老师。当时徐亨淑老师的长女泰晶是我校的学生，不仅学习成绩优异，而且积极参加学校的各种活动。一天，我看到泰晶下课后在学习与高考无关的日语，完全不像其他学生那样埋头苦读应付考试，我感到很惊讶。后来才得知，她这是为了参加韩日青少年论坛作准备，这一论坛是韩国前总统金大中和日本前首相小渊惠三倡导举办的韩日交流项目。高三期间，当别人忙于准备高考时，泰晶却从容地

参加了在泰国举行的为期20多天的世界童子军大会。当然，她最终也以优异的成绩被理想的大学录取了。

她的弟弟洪元也是一个优秀的学生，在小学、初中、高中一直担任学生会长，具有出色的领导才能，得到朋友们的普遍支持。作为全校学生会会长，他不仅处事井井有条，而且成绩名列前茅。他也和姐姐一样以优异的成绩考入大学。

作为一个教育工作者，我知道了这两姐弟的出色事迹之后，吃惊之余更多的是感叹，因为我难得遇到不将高考视为人生全部的学生和思想如此开明的父母，这是一大幸事。

后来，我和徐亨淑老师成为了朋友。我发现她是一位深谙生活智慧的出色妈妈，也是一位深藏不露的卓越教育家。不，应该说她是懂得如何生活的智者。作为一个教育专家，我认为和徐亨淑老师交流心得是一大乐事，不知不觉也成了她的“粉丝”。

徐亨淑老师在教子过程中，始终坚持让孩子保持天性。

她似乎无欲无求，只希望孩子们身心健康。但这正是徐亨淑老师的教育秘诀，也正是这种方法培养了时代所需要的德才兼备，又具有领导能力的人才。当然，徐亨淑老师并不赞成我说她“塑造了两姐弟”这一说法。她认为不是她塑造了自己的孩子，而是自然和世人成就了他们。她说，作为一个妈妈，自己只是亲切地微笑着伸开双臂拥抱孩子，只要不给他人带来麻烦，什么事情都放手由他们去做，耐心地等待他们自己“大功告成”，让孩子们玩个痛快。

妈妈这样教子，孩子们自然对什么事情都会有浓厚的兴趣，保持创造力和活力。妈妈需要做的，就是在他们遇到困难或有新发现的时候，在一旁指点。

想要做到这样，妈妈先要变得聪明，远远地观察，在孩子们需要的时候及时伸出援手。相反地，勉强孩子学这学那，操之过急只能事倍功半。

目前，我在大学致力研究首尔教育厅和教育部教育政策

方面的课题，我认为“家长教育运动”是拯救韩国教育的一条道路。所以我请徐亨淑老师将她教子的秘诀传授给那些因为孩子的教育问题而一筹莫展的年轻妈妈们，传授给要培养未来人才却没有经验的妈妈们。

现在，我终于如愿以偿了。如何能使孩子们既不会被“千军万马过独木桥”的升学考试所淘汰，同时又能做一个充满幸福感的人才，徐亨淑老师将通过“妈妈学校”，将这一秘诀倾囊相授。

真正对教育关心的父母，也应该学习并收获幸福和成功的教子之道。

金振成

(首尔市议员，前鸥亭高中校长)

要想教育好孩子，先要做一个好妈妈

我衷心地感谢孩子们，感谢他们无论在哪里，无论遇到什么事都健康地成长。孩子们带着一颗感恩的心长大了，懂得感谢善解人意的妈妈，感谢周围的人和事，感谢一切。即使吃着粗茶淡饭他们也心怀感激，看到路边一个小小的生命也关怀备至。作为一个妈妈，看到他们这样，我感到由衷的幸福。

孩子们的身心得以健康成长，虽然没有秘诀，但我想也许是因为他们遇到了像我们这样没有过多要求的父母。我

们并不过分期望他们有好成绩，进好学校，而是更希望他们好好地生活，希望他们充实愉快地度过今天和明天。我们相信，人生只要有一个最终目标，并始终向着这个目标的方向前进就够了。

一般来说，抚养教育孩子的是父母，但在严格的意义上，孩子们的成长也离不开老师、邻居、亲戚，还有大自然的帮助。其实孩子们不是被抚养长大的，他们是自然成长的，父母要做的只是给他们提供食物。培养孩子的品德也是如此，与他们一起游戏，一起欢乐，一起探索，不知不觉中你会发现妈妈是和孩子一起成长的。

其实，要成为这样一个看着孩子成长而心情愉快的妈妈，并不是难事。如果希望“我的子女是个好孩子”，需要自己先成为一个好妈妈，全心全意地照顾他。

我原来并不是子女教育的专家。从1989年起，我一面从事城乡“共同生活”运动^①，一面撰写一些关于农业、食

① “共同生活”运动提倡人与自然和谐共生，城市与农村均衡发展。该运动的倡导机构是“共同生活合作组织”，属非营利机构。网站是<http://www.hansalim.or.kr/>。——译者注

品和生命的文章，并担任老师。大千世界，万事万物就像一张隐形的网紧密相连，无论什么主题，最后发现万变不离其宗，无非是对生命和生活的探讨。

“感恩地生活”是我的方式。我不是农民，但作为一个消费者，吃饭的时候，我真心地感谢那些辛勤劳作的农民，感谢那帮助果实成熟的田间小虫，感谢自然。我以一颗虔诚的心和朴素的道理教育我的子女。

我不是专业的教育家，但因为两个优秀的孩子，我成了教育讲师，并通过“共同生活”其他团体、广播节目、妈妈学校等，将生活中积累的点点滴滴教子经验与大家分享。

接到演讲邀请之后，我仔细琢磨了教子之方。其实没有特别之处，只是我一直坚持让孩子快乐幸福的理念。和孩子们度过的每一天都意义深刻，心情愉悦，我没有过分的期待，只是真心地感激我们生活的每一天，感激我与孩子们共度的分分秒秒。

以婚姻为例，无论是多么情投意合的夫妇，生活也不只是两个人的问题，关系复杂了，当然麻烦也随之而来。毕竟两人想法处处一致是很难的。但只要耐心地相互等待，宽容地相互理解，幸福总在身边。不要操之过急，放慢脚步，人生其实很精彩。

教子也是一样。孩子出生之后，你若一味担心他的学习成绩和升学考试，会感到幸福吗？婴儿时，只要他吃饭睡觉无忧就好；长大一点后，只要他开开心心地享受童年就好。这才是孩子该有的天性。

研究表明动物出生后，大脑就已成熟了95%，而人脑发育成熟如果要达到95%，则需要10年的时间。诺贝尔奖获得者——世界著名的经济学家詹姆斯·赫克曼曾说过，这一期间父母对子女应做的最好的一件事，就是“多给孩子读书，讲故事。从经济学角度讲，也是大有裨益的”。许多哲学家、教育学家一直这样认为，现在连经济学家也强调了这一观点。

我教育子女时并不知道这些，只想和他们舒适地生活。

孩子们在快乐幸福中一天天长大，我耐心地等待这一过程。我总是顺着孩子们的心意，任由他们观察感受自己好奇的新事物。原来，我所秉持的这种自然教育的方式正是世界经典教育理论所倡导，并一直沿用至今的教子之方。

其实，为了养育子女，我也付出了很多。孩子是世界上美丽、最可爱、最珍贵、最有生命力的花朵。和孩子们一起生活就是最大的幸福。当孩子偎依在妈妈怀抱的时候，他们完全信赖着妈妈，不掺杂一丝怀疑。我们一生中，有几回可以这样得到一种完全的信任？我养育着他，他依恋着我，所以我总是想，和孩子在一起即使再累也要坚持。想得到孩子的爱与信赖，怎能不有所付出？

我总是感谢孩子带给我的点点滴滴。他的味道、笑声、小小的乳牙，还有掉牙的模样，每一件事都带给我很多快乐。孩子的每声呼唤，都让我感到幸福无比，我还奢求什么呢？日子在欢乐中一天天过去，转眼，孩子们已经长大

成人了。

我养育了子女22年，回想起我与他们共度的时光，细细回味他们带给我的欢乐，我想把这份经历、这种幸福与年轻的妈妈一起分享。



推荐序 保持孩子天性是最好的教育方法 / VII

自序 要想教育好孩子，先要做一个好妈妈 / XI

第一章 做一个慈祥的妈妈 / 1

1. 孩子需要时，工作要停下 / 6
 2. 谨言慎行 / 10
 3. 表达真诚的爱和至诚的心 / 14
 4. 换位思考 / 18
 5. 感恩——孩子在我的身旁 / 23
 6. 热情称赞孩子，哪怕只是一次小小的成功 / 27
 7. 引导孩子使用积极的、正确的语言 / 32
 8. 悉心陪伴心灵受伤的孩子 / 36
 9. 批评孩子的时候要就事论事 / 43
- 晓之以理，动之以情 / 44
- 心平气和地对待无理取闹的孩子 / 45
- 眼泪战术 / 47

“板子”和“短裤”的示威 / 48

10. 耐心地等待 / 50

第二章 做一个智慧的妈妈 / 55

1. 满足孩子的感官需求 / 59

厨房游戏 / 60

雨中游戏 / 62

制作米酒 / 64

缝制棉被 / 66

参观博物馆 / 68

和机器对话 / 69

2. 让孩子玩得痛快 / 72

3. 培养孩子的自信心，让他勇敢面对明天 / 79

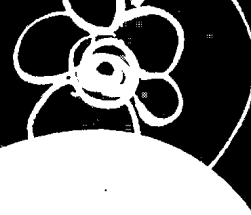
4. 适时教育比学前教育更有效 / 83

5. 丰富的经验比辅导班的课程更重要 / 94

6. 让孩子与书为伴 / 100

7. 通过少年团活动培养孩子的信心与领导才能 / 112

8. 告诉孩子要“为人正直” / 117



9. 让孩子知道，我们看不见的地方也有人在辛勤工作 / 121

10. 告诉孩子“社会是一个大家庭” / 125

11. 有机农产品有益于孩子身体和头脑发育 / 129

第三章 做一个泰然自若的妈妈 / 137

1. 让孩子独自去旅行 / 142

2. 孩子们的问题让他们自己解决 / 149

3. 包容孩子的过失 / 154

4. 劳逸结合 / 158

5. 人生比高三重要 / 161

6. 只有相信老师，孩子才能享受学校生活 / 165

7. 坚决反对不正当的体罚 / 169

8. 幼吾幼以及人之幼 / 174

第四章 做一个幸福的妈妈 / 181

1. 理解幸福的真谛 / 185

2. 给孩子一个幸福的家庭 / 190

3. 爱我，尊重我，欣赏我 / 193



4. 孩子要懂得尊重父亲 / 197
5. 我们一家人的庆典 / 203
6. 珍藏回忆，贮存幸福 / 207
 - 建造一个孩子的博物馆 / 207
 - 做一个“相册百布被” / 210
7. 微笑着迎接清晨 / 214
8. 懂得感恩的孩子带给妈妈最大的幸福 / 219
 - 妈妈，谢谢你…… / 219
 - 妈妈，这足够了 / 222
9. 轻松的育儿，成功的教育，幸福的生活，我们一起
分享 / 227

作者的话 做个好妈妈真的不难 / 231