

給孩子更多的 溫柔與關懷

Care Them More

大妻女子大學名醫教授・醫學博士 平井信義 著 劉鳳玉 譯



孩子的幸福，來自於為人父母是否有顆體貼關懷的心，而錯誤的教養方式，是製造「問題兒童」的禍首。為人父母究竟該怎麼做，才是孩子心目中的好爸爸好媽媽？作者將多年研究兒童心理的心得與您分享，期待讀者培養出一個優質心靈的孩子。

給孩子更多的
溫柔與關懷

Care Them More



1000

序

有愛的童年是彩色的

本人之所以會提倡「不責備的教育方式」，最主要有三大理由。其一是，我的父親屬於性格較為暴躁的人，每當我在父親的身邊總會緊張得不知所措。但是，我的母親則是不管遇到任何事情都不會怒罵小孩，為了待在母親的身邊過一個「自由」快樂的生活，我總是希望自己不要承襲父親的暴怒脾氣。母親的父親（也就是我的外公）是一位虔誠的宗教信仰者，我從來沒有看過他生氣過，而且外公也相當地疼愛我，因此在我的成長過程中，不知不覺地也受到了他的影響。

其二就是，我曾經研習過「遊戲療法」。所謂「遊戲療法」

是指，和出現各種異常行為而讓父母親不知如何管教的孩子一起遊玩的方式，來開啟孩童心靈的一種治療方法。當察覺到孩子已經開啟心靈後，父母親就能從中了解到孩童的心靈傷痛或彼此之間的距離。總之，孩子的異常行為，就是孩子發出「拯救我！」的信號。因此，對孩子體罰、怒罵、說教，只會徒增孩子的痛苦。

其三，本人也研修過格塞爾（1880～1961 A.D.，美國兒童心理學家）的研究過程。從中得知，孩子並不是在天真無邪不受外力影響的狀態下逐漸發育成長，而是在各種影響因子之下，也就是在反抗心態下成長。

而且，總是以體罰或責備方式來對待孩子的父母親或教師，都缺乏「體貼他人」的人格，只知道一味地秉持自我本位與傲慢

的態度來對待孩子。如果我們的孩子都是不被責備的活潑孩子，讓他們能確實地表達出心理上的想法，而且擁有豐富的感情，那麼二十一世紀將會是一個充滿感情的世紀。

筆者



目錄

Care Them More

序——有愛的童年是彩色的

Chapter 1

第一章：ㄇㄣˇㄇㄣˇ，我愛你，因為你不會罵我



016 愈挫愈勇，適度的挫折是好事

關於「惡作劇」

調皮的孩子反而最孝順

026 親愛的，我們的孩子在說謊！

ㄇㄣˇㄇㄣˇ，我不是故意的

交友能力是一生的財產

* *CONTENTS*

034。享受愛的孩子最幸福

發揮創意教孩子

孩子是天生冒險王

044。將心比心

孩子才是自己的主人

我思，故我在！

053。左撇子，下一個偉人可能就是他

給孩子更多的溫柔與關懷

Chapter 2

第二章：多一點溫柔關懷

060。當心變成「孩子打手」

我家的孩子小一號

無言的抗議——「沈默」的孩子

069。信用百分百——遵守與孩子的約定

孩子也是思想家

孩子不能永遠是溫室裡的花朵

079。赤腳走在庭院裡

孩子的童年只有一個

冷言冷語，比冬天還要冷



* CONTENTS

088。孩子不是私有財產

出走的孩子

重拾親密關係

096。親子紛爭何時了？

愛他，捨我其誰！

傾聽孩子的心聲

Chapter 3

第三章：開啓孩子的心靈

106。親膚接觸，親子關係好密切

躍躍欲試，凡事都想自己來

當個愛學習的母親



- 116。高EQ的小孩會吵架
貼心父母：孩子柔軟心
無法對爸爸媽媽說出口的話
- 125。用心的互動
我最討厭媽媽了！
孩子就是創造者
- 134。異常行爲——無聲的求救信號
我都是學你的！
欺負人的祕密計畫
- 143。孩子偶爾撒撒嬌，真窩心

* *CONTENTS*

Chapter 4

第四章：躲在框框裡的「乖孩子」

148。好奇的孩子愛調皮

沒有朋友的孩子

乖孩子，好得無從挑剔令人擔憂

158。我會這樣，都是你們害的！

完美的母親，孩子壓力大

青春期，「乖孩子」的問題重重

166。滿腹經綸，人人敬而遠之？

讓孩子跑跳奔放

爸爸媽媽，放手讓孩子做



Chapter 5

第五章：家庭教育的背景

176。孩子「撒野」，下又何妨？

是媽媽的好幫手也是生活高手

親子關係緊張，家庭作業是禍首

185。拒絕家庭作業

教孩子是生活理財高手

尊重孩子的自我主張

194。關懷別人，從小開始

爸爸柔情的一面

耳濡目染，孩子是爸爸的copy本



* *Contents*

202。爸爸們，把星期天留給你的家人吧！

為什麼爸爸可以，我就不可以？

媽媽很溫柔，我好幸福！

211。躲在「家的烏龜殼」裡，孩子羞於見人

你也是一樣！

不一樣的媽媽——沈默不等於放任

219。每一個孩子都是寶

本是同根生，性格人不同

幽默一下，親子關係更拉近

227。二代同堂，媳婦是老大

*

目錄

Care Them More

本性難移——三歲定終身

結語——孩子讓世界充滿了驚異、驚叫、驚喜及驚嘆



Chapter



孩子是在反覆遭遇到各種挫折的情況下發育成長，
因此父母親爲了不讓孩子受到挫折，凡事都協助孩子的行爲，
其實是過度保護的行爲。



✿
YYYY，我愛你，大，你不曾罵我

愈挫愈勇，適度的挫折是好事

（某一個星期天的上午，四歲的小幼將和父母親、妹妹一同前往遊樂園遊玩。小幼歡天喜地地衝出家門口，結果卻因地上的積水而滑倒，使得右手與手肘上都沾滿了泥巴，就連褲子也都被泥水給弄髒了。請您猜猜看，正好從家門口出來的媽媽會說什麼呢？

他的媽媽以平靜的口吻對他說：「小幼，去換一條乾淨的褲子。」「好！」小幼回答一聲之後，便回到家裡將身體的污泥擦乾淨，再換一條乾淨的褲子出門。此時，媽媽還用手帕擦著小幼