

影响三代人的日本育儿大师经典之作 7岁之前孩子父母必读!

逆反期

是激发孩子天
具佳时

是激发孩子天赋的

最佳时机

【日】波多野未记 著

叶丹译

[illegible]

逆反期蕴藏孩子

80%

多元智能

日本早教大师潜心研究20余年石破天惊发现之作

紧抓孩子能力萌芽的黄金时机 激发孩子天赋刻不容缓
半年内紧急加印18次 逆袭日本各大亲子类畅销书排行榜

逆反期

是激发孩子天赋的
最佳时机

NIFANQI SHI JIFA HAIZI TIANFU DE ZUIJIA SHIJI

【日】波多野未记 著 叶丹 译

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

KODOMO GA ISSHUKAN DE KAWARU OYA NO "KONO HITOKOTO"

by Miki Hatano

Copyright © 2012 Miki Hatano

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Mikasa-Shobo Publishers Co.,Ltd.,Tokyo.

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

本书中文简体版专有版权由三笠書房授予电子工业出版社，未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权贸易合同登记号 图字：01-2013-3467

图书在版编目（CIP）数据

逆反期是激发孩子天赋的最佳时机/（日）波多野未记著；叶丹译.

—北京：电子工业出版社，2013.8

ISBN 978-7-121-20549-1

I.①逆… II.①波… ②叶… III.①婴幼儿—家庭教育 IV.①G78

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第113403号

出版统筹：李朝晖 版权联络：孙利冰 郭金珠

责任编辑：户春晖 责任校对：张莉

美术编辑：杨楠 营销编辑：易新蕾

印刷：北京嘉恒彩色印刷有限责任公司

装订：北京嘉恒彩色印刷有限责任公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开本：880×1230 1/32 印张：5.5 字数：92千字

印次：2013年8月第1次印刷

定价：28.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

前言

如此简短的话语，却能够使
逆反期的孩子获得极大进步

进入逆反期的孩子，行为或者语言有时会令父母颇为头疼。比如，爸爸刚给孩子买来一个玩具小汽车，转眼间被他拆得七零八落；妈妈正在为晚饭做准备，洗好的青菜被逆反期的孩子拿来当作创作原材料，摆在桌子和凳子上，随意地摆出各种形状，令妈妈无可奈何；孩子开始学习汉字，一个简单的字被写得硕大无比，几乎占据一张练习纸的四分之一。某次语文成绩只得 50 分……

但是，爸爸妈妈们要对此保持乐观的心态，不要冲孩子大吼大叫地发火，而要耐心，用温和的语气告诉孩子：

“你真的好了解汽车哟！”

“能帮我一下吗？妈妈会很开心的哟！”

“这么难写的字都会写，真棒啊！”

一天中，你对孩子说过多少这样的话呢？

不管是哪方面的都可以。即使是很小的事情，父母如果懂得表扬，孩子也会逐渐拥有自信，内心变得安定，这样有利于孩子形成良好的个性，同时孩子也会变得更加温柔。反之，即使是很简短的话，如果父母说得不当也是会扼杀孩子在某方面成长的可能性的。

“不要磨蹭，快点儿！”

“安静一会儿！”

综上所述，父母无意间的一句话，可能使孩子获取很大的进步，也可能使孩子感到挫败。

比如，孩子的语言能力。

作为倾听者的父母，态度不同，其结果也会有所变化。

孩子在想要表达时，如果竭尽全力但话说得依然比较混乱。此时，父母要稍微压制一下自己焦躁的情绪，对孩子讲“这样啊，那接下来呢”，如果父母能够这样认真倾听的话，那么孩子马上就能整理好思维顺序并学会正确表达。

但是，如果父母此时对孩子说“我很忙，快点儿说”，对待孩子不耐烦，可能会错失让孩子成长的机会，也可能让孩子变得害怕对父母表达自己的想法，变得不爱表达。

在倾听孩子讲话时，会发生各种情况。那么，在不同状态下，什么样的话对孩子有好处，而什么样的话会伤害到孩

子呢？本书将会对此进行具体说明，而且用语都很简单。家长只需要对自己平时所讲的话语进行反思，并进行改变，尽量使用更好一些的对话语言。仅仅通过这些，父母与逆反期孩子之间的关系就会发生惊人的变化，请您一定要切实感受。

目录



前言

如此简短的话语，却能够使逆反期的孩子获得极大进步 /1



第一章

逆反期是孩子才能萌芽的绝好机会

——和孩子保持适当的距离

如何快速巧妙平息孩子的怒火

- * 如果孩子开始正面反抗父母怎么办 /2
- * 逆反心即自立心——不用说出口的帮助方法 /4
- * 传递“好喜欢你”的讯息，尽量平息孩子的逆反情绪 /7
- * 让孩子明白“可以做的事情”和“不可以做的事情” /8
- * 让任性的孩子拥有“忍耐力” /10

请成为有忍耐力的父母

- * 让孩子树立“独立做事情”的目标 /14
- * 让孩子主动去做事情 /23

父亲和母亲在培养情绪稳定的孩子过程中的不同作用

- * 父亲参与孩子的教育，能够使孩子的世界开阔 /25

- * 父母如何说话，能让孩子内心安定 /27
- * 丈夫协助育儿的家庭 & 丈夫未协助育儿的家庭 /28
- * 有工作的母亲，请每天抽出五分钟和孩子面对面交流 /30



第二章

父母的“一句话”让孩子一周内发生惊人改变

这样“鼓励”，能够让孩子逐渐拥有自信

- * 称赞孩子正在“热衷的事情” /34
- * 虽然失败，但孩子敢于挑战值得赞扬 /35
- * 怎样建议努力过却没有结果的孩子 /36
- * “发扬优点”，让孩子应对薄弱面 /38

这样说话，能够培养孩子的“自主思考力”

- * 接下来你打算怎么做 /40
- * 培养孩子说明能力及倾听能力的秘诀 /42
- * 让孩子表达能力逐渐变强的父母对话方式 /43
- * 想培养“听话的孩子”——父母这种想法是错误的 /44
- * 父母的“倾听”，能培养出有主见的孩子 /46

想培养聪明的孩子，请这样做

- * 比起学习，做游戏和做家务更能锻炼孩子的大脑 /48
- * 使孩子大脑逐渐灵活的游戏 /50
- * 让孩子自己做决定以培养思考能力 /51

- * 回答孩子的“为什么”很重要 /53
- * 即使孩子只得 50 分，父母也要关注孩子正确的地方，进行表扬 /55
- * 只要父母认为孩子能“进步”，孩子就真的会进步 /56



第三章 培养开朗坚强孩子的方法

认可孩子的真实状态，可以使孩子变得坚强

- * 对受到伤害的孩子讲一句“我们都是你的朋友啊” /62
- * 对失落的孩子讲一句“跟我聊得很好啊” /64
- * 通过一句简单的“早上好”来传达感情 /65
- * 让孩子体验“终于成功了”的感觉 /67
- * “你本身就很好哦” /69

让孩子通过“朋友圈”来认识社会

- * 比起父母，一起做游戏的伙伴更能教会孩子“生存能力” /72
- * 在孩子的伙伴之间，不能进行此类干涉 /76
- * 不可阻止的争吵 & 应该马上阻止的争吵 /79
- * 通过与朋友、家人的相处，认识“社会” /81

如何让孩子感觉到“在学校很开心”

- * 不对孩子讲“反正、总归”之类的话 /83
- * 不想去上学，可能另有意想不到的隐情 /85

- * 不要问孩子“是不是被欺负了” /86
- * 与其追根究底，不如对孩子讲一句“已经没事了” /89
- * “人人都一样”是错误的想法 /90
- * 培养孩子抵抗“欺负”的能力 /91
- * 父母如果赞扬任课老师的优点，孩子会受到好的影响 /93
- * 调职及转校——父母愉快的情绪可以感染孩子 /95



第四章

这些“批评方法”“表扬方法”能够迅速激发孩子的干劲儿

让孩子迅速进步的批评方式

- * 这样做，会让孩子的性格变得乖僻 /98
- * “责骂”和“殴打”只会产生反效果 /99
- * 无意中责骂孩子之后，这样去弥补 /100

减少“没用的斥责”

- * 深呼吸，使批评孩子的次数减半 /102
- * 不要批评孩子“还是不会啊”，请说“马上就会了” /103
- * 表扬孩子的素材很多 /105

父母绝对不能对孩子讲的话

- * 这些话，孩子会这样理解 /108
- * “你真没用” /109

- * “吵死了，安静一会儿” /110
- * “快点儿” /111
- * “你的朋友能做到，你就不能做到吗” /112
- * “总之，你还是不会做” /114
- * “你这样做，妈妈就没办法做事情了” /115
- * “好讨厌你啊” /116
- * “像你这样的孩子……” /118



第五章 这些“魔法语言”让你培养出“省心的孩子”

下点儿小功夫，消除孩子的坏习惯

- * 发脾气的孩子——父母能理解他“很生气”的情感共鸣 /122
- * 有哭泣征兆的孩子——爱哭的孩子 & 不爱哭的孩子 /123
- * 任性的孩子——这样做，让孩子学习规则 /125
- * 缺乏判断力和理解力的孩子——让孩子多读书 /127
- * 不专注的孩子——三种类型区别对应方法 /128
- * 做事笨拙、磨磨蹭蹭的孩子——让孩子逐渐积累经验 /131
- * 总是淘气的孩子——比硬性压制更好的方法 /132
- * 动作太慢而花费大量时间的孩子——不要着急，让孩子做些就 OK 了 /134
- * 有嫉妒心的孩子——不要比较，这样夸奖 /135

* 缺少体贴之心的孩子——学习以外的话题更有必要 /136

* 有抽动障碍的孩子——日常生活中，确认这些事项 /138

明智的父母绝对不会漏掉的要点

* 饮食生活要了解 /140

* 改掉孩子吃饭磨磨蹭蹭的坏习惯 /141

* 让孩子不再挑食 /143

* 这样布置“宝宝房间”，避免孩子成为问题小孩 /145

* 让孩子喜欢学习的窍门 /148

* 让孩子积极主动做家务，掌握生活常识 /149

* “小小的忍耐”体验，让孩子内心得到成长 /152

* 不做冲动的孩子 /154

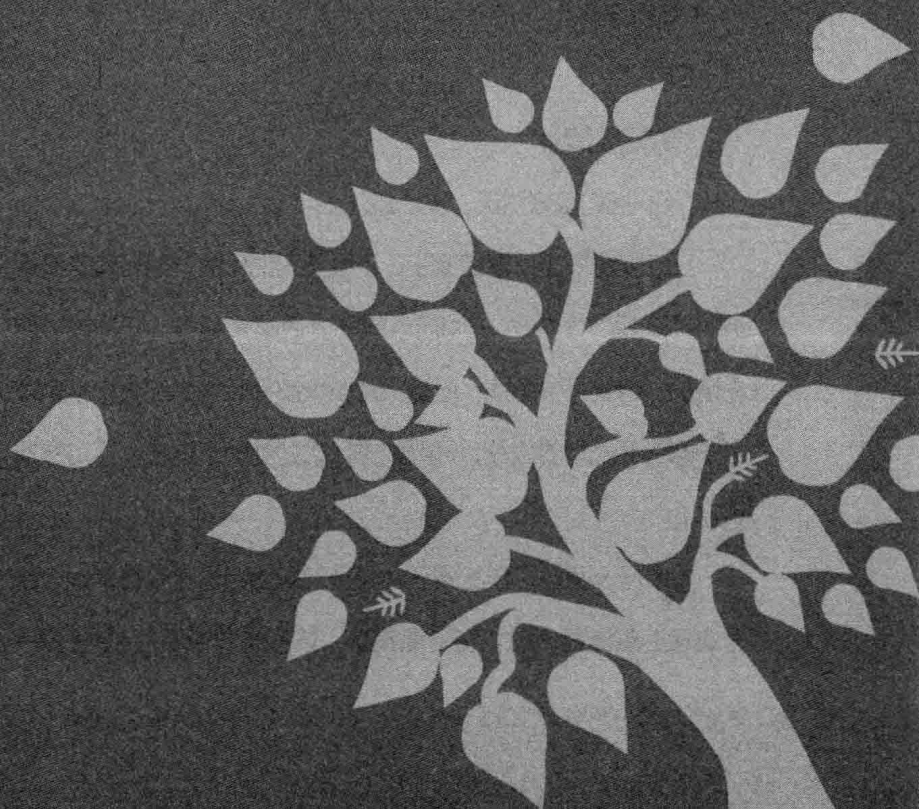


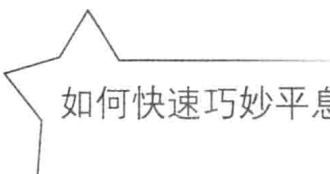
结语

为了能够与孩子之间构建真正的信任感 /158

第一章

逆反期是孩子才能萌芽的 绝好机会 ——和孩子保持适当的距离





如何快速巧妙平息孩子的怒火

如果孩子开始正面反抗父母怎么办

“吃饭吗？”

“不吃！”

“来刷牙吧。”

“不！”

“穿衣服了哟。”

“不！你们都好讨厌，放一边儿去。”

2

二三岁迎来逆反期的孩子，不管别人说什么，他们总是接连给出“不要”“讨厌”的回应。孩子讲话越来越多、知识量也随之增加、自我开始萌芽，但是一直以来都很听妈妈的话、从来都不顶嘴的很乖巧的孩子，开始变得什么话都听不进去，开始爱撒娇了。

如果每天面对这样的孩子，母亲的情绪自然会变得焦躁，甚至心理上感觉很疲惫。在父母看来，孩子是“逆反”，对于孩子

而言，这却是其成长过程中重要的阶段。

父母应对孩子的逆反期，可以考虑以下三个方法：

第一，对孩子独立性的逆反，父母要持有开心愉悦的心态。但这并不意味着对孩子百依百顺，而是要考虑怎样做可以与孩子成长结合起来，从而应对孩子的逆反期。

此时父母要注意，不要突然对孩子生气，这一点很重要。这是应对孩子叛逆的第二个方法。父母和叛逆中的孩子同样都很生气，而生气对事态的发展一点儿好处都没有。

父母已经是成年人，对于孩子为什么会反抗、为什么会生气，父母应该认真地倾听并从孩子的角度去考虑。接下来，有必要更加深入思考，与孩子产生共感。并在此基础上，将社会的规则教授给孩子。

第三，父母要和孩子一起考虑、判断并使得孩子能够理解怎样做会比较好。

比如，孩子想要买玩具的时候，不要马上一口否定对孩子说“不行”，试着询问孩子为什么想买玩具，倾听一下孩子的理由。

“不是已经有类似的玩具了吗？”“与其买那个，不如买之前你一直想要的东西，那样不是更好吗？”“咱们不是已经约好了在你生日的时候，买玩具给你吗？不能等到生日的时候吗？”“没有那个，难道就不能跟朋友一起玩耍了吗？”在提出这些问题的同时，请父母和孩子都考虑一下理由。

但是，请父母注意不要把态度变成质问孩子，否则一点儿效果都没有。

有时候，站在孩子的立场考虑，将父母的想法传递给孩子，这点很重要。另外，过于执着一点儿都不好，差不多状态下就得出结论吧。

逆反心即自立心——不用说出口的帮助方法

逆反心到底是什么呢？一言蔽之，代表“不”的言语，及想要自立的心情。

如果孩子在父母面前表现出自立心，比如“爸爸、妈妈，我是这样考虑的。到底可行不可行，请让我试试”，父母就会因担心孩子而说“那么，我来帮助你吧”，但是，实际上，孩子已经通过语言表现出了“不”和“自己做”。所以，在父母看来，孩子就是“逆反”和“不听话”。

在孩子的成长过程中，这样的逆反心清晰表现出来的时期有两次。第一次（第一次逆反期）是在2~4岁，第二次（第二次逆反期）是在小学六年级至初中二年级。

处于第一个逆反期的孩子，不管哪方面都会反抗。比如说，要给孩子穿衣服，孩子就会说“不，我自己穿”。但是，一旦让孩子自己一个人去做的话，孩子却没办法独自做好。

比如扣纽扣，其实很麻烦。脸必须要向下看，很难看到胸前扣眼所在的地方，手也很难做出动作。由于总是没办法扣住扣子，父母就会帮忙，这样孩子会表现得更加不乐意。如果父母强行将扣子扣上的话，就会使孩子大发脾气甚至大哭。虽然父母觉得“只是扣个扣子而已”，但对于孩子来说，却是很重要的事情。

对于这个时期的孩子，请尽可能让孩子做自己想要做的事情。并且，请父母耐心守护并帮助孩子完成其想要去做的心情。

这时父母能够做的事情，就是给孩子选择容易穿上及脱掉的衣服。无论有些衣服多么可爱、父母多么喜欢，也请一定不要给孩子穿从后面开口或有很多小纽扣的衣服。

另外，在看到孩子快要发脾气的时候，装作若无其事地出手帮忙也许会更好。这种场合，瞅准时机是很重要的。一直都陪伴在孩子身边的母亲，一看孩子的表情和动作就应该很清楚吧。不是强迫孩子，而是在孩子发脾气之前，小小的帮助可以稍稍调剂一下。

虽然母亲给予了孩子些许的帮助，但是在孩子完成之后，请父母一定要肯定孩子、表扬孩子。对于孩子来说，相比其他方面，因为能够独立完成而获得肯定和表扬会更开心。而且，能够让孩子获得完成一件事情的满足感，能够激发孩子的干劲儿。

即使孩子的做法中有些不合适的地方，请父母也一定要理解孩子并表示宽容，只是肯定和表扬孩子就可以了。如果这时纠正