

亚洲系统排列大会主席
道石教育创办人

周鼎文 著

周鼎文家庭教育智慧

读懂孩子

周鼎文生命教育丛书

激发孩子
持续一生的
内驱力



廣東旅游出版社
GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

祝讀書，祝旅行，祝享人生

读懂孩子

周鼎文家庭教育智慧



周鼎文
◎ 著



广东旅游出版社
GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

悦读书·悦旅行·悦享人生

中国·广州

图书在版编目(CIP)数据

读懂孩子:周鼎文家庭教育智慧/周鼎文著. —
广州:广东旅游出版社,2017.12(2018.12重印)
ISBN 978-7-5570-1124-6

I. ①读… II. ①周… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第240997号

读懂孩子:周鼎文家庭教育智慧
Dudong Haizi: Zhoudingwen Jiating Jiaoyu Zhihui

广东旅游出版社出版发行
(广州市环市东路338号银政大厦西楼12楼 邮编:510180)

印刷:北京晨旭印刷厂
(地址:北京市密云县西田各庄镇西田各庄村)

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

邮购地址:广州市环市东路338号银政大厦西楼12楼

联系电话:020-87347732 邮编:510180


787毫米×1092毫米 16开 15.5印张 170千字

2017年12月第1版第1次印刷 2018年12月第1版第2次印刷

定价:45.00元

[版权所有 侵权必究]

本书如有错页倒装等质量问题,请直接与印刷厂联系换书。



感恩我的父母周良治先生和苏育英女士

感恩我的恩师海灵格先生

感恩所有来访者

因为你们的爱

让我有机会实现人生的理想

帮助许许多多的人改变命运

并使后代的子子孙孙也得以受益

| 名家推荐 |

教育，就是为社会培养“好孩子”“好公民”。首先就要学会尊重父母、他人、社会及生态平衡。本书提到的“序位法则”在家庭关系和社会关系中的运用，不仅能帮助父母更好地审视自己，还能从实例中学习如何处理孩子的问题。这是一本真正能够帮助家长做好家庭教育的好书。

孙学策

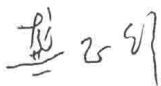
——著名德育专家、教育部德育处第一任处长

这本书让我更加坚信，没有一个孩子是有问题的。那些我们表面看上去有“问题”的孩子，不过是我们没有帮他们找到自身的优点和长处。如何读懂孩子，让他们更快乐地学习、成长，本书开阔了我们的视野，让家长们站在“系统”的高度，找出解决之道。

魏书生

——当代著名教育家、东联教育研究院院长

如何减轻孩子过重的学习负担，提高孩子的学习效率？除了培养孩子良好的学习习惯和学习思维，孩子的家庭关系也至关重要。家族系统排列是一个新视角，能让我们更全面地了解孩子学习问题背后的原因，让每个孩子都能在家庭的支持下，更好地投入到学习和成长中去。



——著名学科专家、北京市第八中学老校长

一本让我们更了解孩子内心的心灵地图。当我们从心出发，以孩子为本，我们就能真正看到孩子，了解孩子的内心。一旦内心的连接开始建立，父母和孩子的互动就能更加有爱、和谐。孩子也更容易接受我们的帮助，更健康地长大。



——著名心理专家、清华大学附属中学心理中心创建人

/序：看见孩子的爱/

这些年，我帮助了许多孩子和家庭。我看到每对父母都爱自己的孩子，也看到每个孩子都爱自己的父母与家庭。但既然都有爱，为什么还是出现了许多问题——行为偏差、情绪不稳定、学习问题、人际关系出状况，甚至生出许多疾病呢？

这些问题都是不好的吗？它们是否有什么意义？它们在告诉我们什么呢？

想了解孩子，首先我们要了解自己，因为我们每个人的内心深处都有一个孩子。你要觉察自己，你是什么样的人？你有怎样的身心、情绪、行为与人际模式？你是如何过你的人生的？你是如何在爱的？

在辅导了数千个家庭之后我发现在这所有的信息里，关键点就在“爱与归属感”。它几乎是每个人心中的渴望，也是我们在温饱后要达到人生理想的那座桥梁。尤其对正处于成长阶段的孩子而言，它更显重要。在帮许多家庭做辅导时，我发现



许多孩子的问题就出在找不到“爱与归属感”。

因此，如果你不了解“爱与归属感”，就没有办法真正了解自己，也没有办法读懂你的孩子。

本书用深入浅出的方式告诉你，爱与归属感是什么，爱与归属感如何影响孩子。通过实例与解说，从孩子们的行为、情绪、人际关系和疾病四个方面来了解孩子。更重要的是，我们找到了转化的方式，让这份爱与归属感不再是负面的负担，相反地，可以成为支持孩子们成长的助力；通过转化的方式，让背后所在的系统动力不再是孩子成长的牵绊，而是化作孩子们坚强的靠山。如此，危机就能变成转机，烦恼就能变成智慧，疾病就变成了祝福。

要如何办到呢？父母要以身作则。

觉察自己如何在爱，觉察自己的爱是“盲目的爱”还是“成熟的爱”。什么是“盲目的爱”？就是害怕失去归属感而让自己用牺牲、承担、跟随或受苦的方式，重复家族不幸命运的爱。什么是“成熟的爱”？就是能回到自己的序位，尊重家族系统中所有成员的爱，遵循“生命五大法则”的爱。我们能否将“盲目的爱”转变为“成熟的爱”，不仅为孩子做了一个示范，也直接影响着我们能否实现自己的人生理想。

我在辅导的过程中看到许多家长和孩子，因为明白了什么是成熟的爱，明白了生命的法则，他们的人生发生了令人欣喜的改变。怀着这一种感动，我写了这本书。这本书凝聚我多年观察与工作的经验，有新兴的理论支持与真实的案例解说，再加上内在引导与具体实用的练习。各位读者，不管是家长孩子、教育学者或专业助人

者，如果能用心跟着本书的内容走，领悟与实践其中的道理，熟练这些引导与练习，我确信会让你在陪伴孩子成长的过程里，学会爱、收获爱、成就爱，从而将自己与孩子带往一种光明、理性、成熟的爱当中。

如何读这本书？一个核心就是要敞开心胸，反观自己，然后亲身去探索与实践。有爱人的，最好跟爱人一起读，这样你们可以共同成长，一起讨论如何教导孩子。你也可以读给孩子听，循序渐进，一次读一个段落，并和孩子一起做练习，大一点的孩子可以自己读，相信孩子们会在潜移默化中自行吸收领悟。老师们可以带学生读并做练习，安排进度让学生分组运用创意，例如表演、朗读与讨论等方式，把书中的知识用相对直观的方式呈现出来，这样学生自己会领悟得更多。

本书最后一章是未来教育所关注的新焦点，也就是品德教育、情绪教育、家庭系统教育及生命教育的结合。我在本章做了扼要的重点说明，这几项教育项目在过去十多年中已有许多进展，已经为许多家庭与孩子带来甚多益处，我极欲推广让更多人受益。

本书能够付梓要感谢海灵格老师及我所有老师们的教导，道石教育的支持，还有我的太太游玉凤女士、易兰珍校长、东联教育侯钰蛇先生的大力支持，更感谢教育界的前辈们孙学策老师、魏书生老师、龚正行校长及清华大学附属中学陈纪英老师联合推荐，出版人贝为任先生、陈宇先生、王彦杰老师、柯琳娟老师、吴慧玲老师、赵妍芳老师及所有参与者的付出。最要感谢的是书中提到的所有的孩子们及他们的父母，你们用生命来增长我的智慧，你们面对

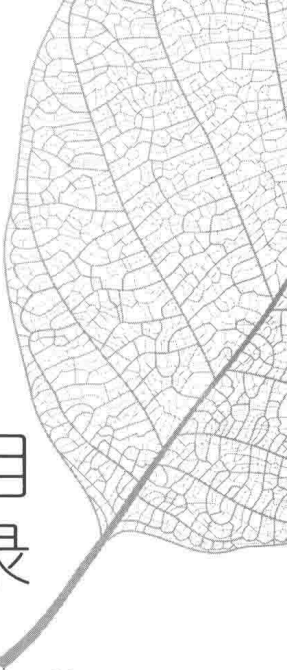


困难的勇气和渴望成长的决心更令人钦佩。

是的，孩子是我们的现在和未来，而我们每个人也都曾经是孩子。这本书不但可以启发孩子，也可以启发你自己，读完本书你会发现，孩子问题的背后都是爱，每个孩子的心灵都是美好的，你也会发现自己的心灵也是美好的，通过这份启发，你将实现更美好的未来！

关于本书练习

本书各章的练习有的是我设计的，有的是几位国际知名亲子专家设计的，我运用过觉得很受益所以也介绍给大家。当孩子有一些状况时，除了系统动力影响外，学习一些沟通与静心技巧是很有帮助的。然而，最关键的是，通过本书我们既然知道了孩子的成长阶段受“爱与归属感”影响最大，那么与其被动受影响，不如自觉地善用它。本书中各章的练习，就是“爱与归属感”在正面方向的运用。父母是孩子第一任老师，我们希望孩子养成什么习惯，我们自己要先养成；我们希望孩子成为怎样的人，我们自己要先做到。清楚明白“爱与归属感”的力量，并且能活用它，你就掌握了引导孩子成长的诀窍。

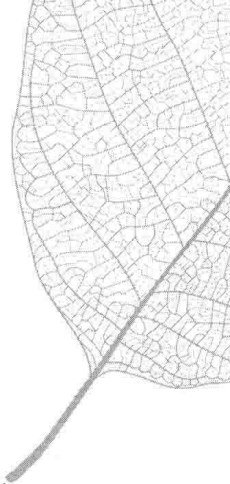


目录

序：看见孩子的爱	V
第一章 孩子如何爱自己的家	
人的本能是什么	002
良知报警器何时响起来	007
看到如实生命，活出真正自己	015
爱就要实践生命的五大法则	017
第二章 孩子是家庭最好的镜子	
静观镜照，挖掘孩子行为背后的家庭真相	022
为爱承担，问题孩子只是家庭的“替罪羊”	026
家族系统排列，用一种新视角看见孩子	031
练习	033
第三章 孩子的行为在说什么	
面对孩子的问题行为，家长需要一份觉知	038
孩子心中需要爸爸的位置	052
离婚的夫妻如何陪伴孩子成长	058



内在排列：面对父母冲突或离异	062
系统观读懂孩子：常见行为问题	066
家有儿女之 Q&A	069
特别话题：隔代教养	079
练习	083
第四章 孩子的情绪在说什么	
孩子情绪问题里有多少承担	090
帮孩子与自己走出亲人过世的悲伤	099
堕胎，痛的绝非只有母亲	105
内在排列：为堕胎的孩子祈祷	112
系统观读懂孩子：常见的情绪问题	115
家有儿女之 Q&A	118
练习	126
第五章 孩子的人际关系在说什么	
中断的连接如何影响孩子的人际关系	138
重新连接母亲，帮助孩子建立人际亲密关系	140
归属感对孩子而言等同爱和幸福	143
我们要用更好的方式来面对家族秘密	146
内在引导：连接生命的源头	151
系统观读懂孩子：常见人际问题	154
家有儿女之 Q&A	157
练习	162



第六章 孩子的疾病在说什么	
看见孩子，而不仅仅是看见疾病	170
“多动”孩子的背后是充满争吵与冲突的家	175
爱阻塞，所以心也阻塞	180
战争创伤对后代影响有多大	186
内在排列：对世间万物的祈祷	191
系统观读懂孩子：常见疾病	195
家有儿女之 Q&A	199
第七章 我之教育观	
什么是真正的成功	204
永远不能忘记品德教育	206
表达自己、关怀他人就是成功的情绪教育	210
爱的能力只能在关系中学习	214
孩子，我们这一生为何而来	217
练习	220
附录一：给家长的家族关系检视表	221
附录二：读懂孩子——生命教育 / 家庭教育 推动开展在校项目实施计划	225
附录三：道石教育集团简介	228

第一章

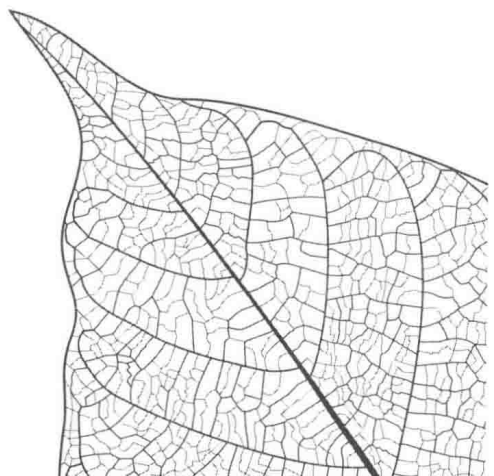
孩子如何爱自己的家

许多孩子的问题，

甚至包括成人不幸的命运，

都是因为不知如何处理

需求与良知间的冲突。



人的本能是什么

我将人类的需求分成三种，每个人活在世上都有一种本能，就是去圆满这三大需求：

- 个人需求
- 系统需求
- 灵性需求



图1 马斯洛(Maslow)的需求层次理论

个人需求

美国人本主义心理学家马斯洛在他的需求层次理论（见图1）中将个人需求从低到高，依次分为生理需求、安全需求、爱与归属感的需求、尊重的需求和自我实现的需求。

这也就是说，一个人最基本的需求是活着，有了基本的存活条件之后，他才会进一步生出精神需求，如希望生活在关爱当中，希望拥有归属感，希望得到尊重，进而实现自己的价值。

同样地，当我们的孩子不愁吃穿，生活安全的需求被满足之后，他自然会想要满足更高层次的需求，而“爱与归属感”正是人在孩童阶段最大的需求。归属感就像是孩子心灵的食物，孩子为得到这些食物会采取一些行动，会让一些事情发生在自己身上，只是这些事情并不一定对他自己有利，例如行为触法、情绪困扰、身体疾病、人际问题、学习障碍等。甚至有一些孩子，会无意识地重复家族成员的命运、会生病或者出现意外。

怎样获得归属感？答案就是：做相同的事，与家人发生相同的状况。这样我们会感觉到自己归属于这个家。从哪里最容易看出来？从一个家庭的饮食。比如说，有些家庭喜欢吃辣，一吃辣，他们就会觉得自己归属于这个家，不吃就会对这个家产生疏离感。因此，做相同的事情，会让人有份归属感，这份归属感的需求会影响人生的种种结果。

又比如，父母如果婚姻生活不幸福，孩子要跟他们产生归属感，就会跟他们发生相同的事情，不知不觉中，他自己的情感也会不顺



利。最特别的是，这种归属感的要求已经超越了头脑中想要幸福婚姻的需求，它是无意识的，它会推动我们不知不觉地复制家人的命运。我见过很多孩子为了归属感，为了让爸爸妈妈复合，他们会生病，或做一些违背健康快乐生活的举动，甚至情绪、学习乃至人际关系都会出问题。因为孩子在潜意识里感受到的都是，如果我做相同的事情或有家人一样的命运，我的心就会得到归属的满足，否则我就会有罪恶感和孤独感。由此我们会发现，孩子对归属感的要求非常强烈，已经超过理智上的判断。

但不论出发点怎样，这些都是一种低层次的归属感，是一种盲目的爱。如此，我们就没有办法实现更高层次的归属感与人生理想。而事实是，当我们用更成熟的爱的方式来爱家人时，我们会发现，其实我们仍旧是归属于这个家的。明白这个事实才是真正的自尊产生的契机。我们内心感知到的罪恶感是无法避免的，但当我们可以用“让自己过得更好”的方式来爱这个家，我们的爱就变得不一样了。

从跟随的、盲目的、重复的爱中解脱出来，活出属于自己的人生，这就是成长。它需要一份觉知与勇气，大人小孩都一样。尤其是为人父母，除了让孩子温饱，最重要的是教孩子学会如何爱，让孩子从“盲目的爱”成长为“成熟的爱”。这样他才能健康快乐地长大，有力量实现自己的人生价值。

那么，到底该如何爱？归属感的层次要如何提升呢？要做到这些，我们就要领悟“爱的法则”，也就是“生命五大法则”——整体法则、序位法则、平衡法则、事实法则、流动法则。这五大法则，后文我们会具体介绍。