

好妈妈，慢慢来

作者：申宜真

我为什么要写这样一本书

什么样的人一定要阅读本书？

第一章 明智的父母们要慢速培养自己的孩子

第 01 篇 将来只有这样的孩子才能成功

第 02 篇 培养孩子成材不能操之过急

第 03 篇 早期教育中的慢速培养含义

第二章 我在抚养两个孩子的过程中学到了什么

第 04 篇 没有不可能的梦

第 05 篇 为了孩子作一个精明的妈妈

第 06 篇 母亲需要经常和孩子在一起

第 07 篇 孩子在好妈妈心中处的位置

第三章 慢速培养孩子的七条建议

第 08 篇 父母要善于调节自己的感情

第 09 篇 父母要善于和孩子进行协商

第 10 篇 父母言行是孩子学习的样本

第 11 篇 父母要学会做孩子的平行线

第四章 遇到下列问题时怎么办

第 12 篇 为了孩子鼓起勇气把酒戒掉

第 13 篇 是谁把孩子变成了“电视迷”

第 14 篇 何时开始教孩子写字比较好

第 15 篇 应如何对待孩子对性的关心

我为什么要写这样一本书

曾经有这样一个富裕家庭的孩子，他的父母全都是名牌大学毕业，对自己独子的教育格外重视。根据母亲的安排，这个孩子从四岁时起就开始在专门的英文幼儿园上学。然而他的英语学习还没开始多久，就出现了不少问题。他动不动就无缘无故地殴打和他一块儿学习的孩子，还躺在幼儿园的门口不起来，撒泼耍赖。

焦急的母亲跑到附近的儿童问题咨询所，给他做了智商测试，结果孩子的智商只有 80。当这位吃惊不小的母亲跑来找我的时候，她的孩子连说话都要比别的孩子慢，可是她本人竟然不知道！

为了保证结果的准确无误，我再次对孩子的智商做了检查，结果和上次大同小异。在对这个孩子进行了仔细认真的观察之后，我发现他的实际智力并不像智商测试结果显示的那么低。孩子的智商检测结果之所以低，并不是因为他不会回答测试问题，而是因为他对智商测试本身就拒绝合作。那么到底是什么导致了这样的结果呢？

这个孩子非常讨厌上专门的英语幼儿园。虽然根据妈妈和老师们的要求，不得不背那些枯燥无味的英语单词，可是他本人并不喜欢。结果英语学习的负担和压力使孩子丧失了对生活的自信心。这种心理通过殴打幼儿园的其他孩子或拒绝上学这样的行为表现了出来。随着对学习的反感和排斥，在潜意识中他对智商检查这样简单的测试也产生了排斥心理，最终导致他对整个检测拒绝合作。

我在给这个孩子进行治疗的时候感到非常地痛心，这个孩子本来不应该有任何问题，可是却因为母亲过高的期待和强迫患上了心理上的疾病。如果一个孩子仅仅是身体不适，或染上了什么生理上的疾病，那么，随着时间的流逝，一般是可以被治愈的。可是，一旦他们的心灵受到了创伤的话，那么要想治愈就非常不易了。令人痛心的是：随着我国早期教育热的愈演愈烈，这样的患儿也在激增。尽管如此，我国的早期教育热仍然没有丝毫减退的迹象，相反还从单纯的早期教育热发展到了早期的出国留学热。当然，我并非不了解母亲们对孩子进行早期教育的心情。母亲们总是在担心：人家都在这么做，如果惟独我们家的孩子落于人后，那该怎么办？这种心情是可以理解的。是啊，为什么不能理解呢？因为在我做儿科心理医生的同时，也是两个孩子的母亲。

我大儿子上幼儿园之前，我也像其他母亲一样尝试过各种各样据说对孩子的智力开发有益的方法。我常常拉住对学习根本没有兴趣的孩子，诱导他：“景慕，你看看这是什么？”孩子皱着眉头说：“不知道。”即便如此，我仍然耐心地哄着他说：“不要这样，仔细看好了。”然后想出各种方法试图教他学习一些东西。有时我也会产生疑问：这么做好吗？然而如果不这样做的话，心里又会感到十分不安。

每当我们邻居孩子的母亲向我们夸耀说：自己的孩子在短期内已经学会了所有的母语字母，英文字母也已背的滚瓜烂熟，如此等等，我就想：是不是我家的孩子有什么问题呢？因此不安感就更强了。

无论是谁都有拒绝使用手机的权利，也有拒绝上网的权利。然而，不知从什么时候起，拒绝使用这些技术的人在我们这个社会变得越来越孤立无援了。因此，如果有谁想要拒绝使用新技术的话，他就需要有克服孤独的勇气。对一般的人来说，想要具备这种勇气并非一件易事，所以就只好随大流。现在的早期教育热难道不正是这样吗？尽管本来存在着各种各样的选择，可是因为别人都在那样做，所以我也不能落后。

在这本书里，我较为详细地讲述了我为什么相信孩子们应该慢慢地培养，以及为了慢慢地培养孩子，母亲们应该如何去做。作为一个儿童心理医生和两个孩子的母亲，通过接触到的大量实例和多次挫折，我学到了很多。在这本书里都有所反映。

现在，我已下定决心冒着被人辱骂的危险刊行此书。我要以这本书向盲目对孩子实施早期教育的母亲、向助长这种风潮的各种理论以及教育机关宣战。我并不害怕，因为我只是在做一个早就应该做的事情而已。

世界上所有的父母最盼望的也许只有一件事：这就是使自己的孩子健康、幸福地成长，并在人生的道路上取得成功。我对我自己的孩子也抱有同样的期望。我就是以这样一种心境写作本书的，我没有感到丝毫的后悔。最后，我真诚地希望，本书能够为整天因望子成龙而焦急不安的父母们提供哪怕是一点点的帮助。

[返回](#)

什么样的人一定要阅读本书？

初级妈妈看育儿指南，超级妈妈学做孩子的平行线。

——申宜真

什么样的人一定要阅读本书？

——对孩子使用了各种各样的早期教育法，可是没有收到什么效果的母亲们

——听到邻居家的孩子已经在高声朗读，为是不是也要开始教自家的孩子认字而苦恼的母亲们

——和自己的丈夫或婆婆就如何养育孩子的问题发生过争吵的母亲们

——担心如果让自己的孩子顺其自然地发展的话，会不会落在其他孩子后面的父母们

——因为孩子不听话，整天痛苦和烦恼的母亲们

——认为自己的妻子实在是不懂得如何抚养孩子的丈夫们

——在抚养孩子的过程中没有感到幸福的父母们

[返回](#)

将来只有这样的孩子才能成功

因为职业上的关系，每天我都要接待二十多名孩子和他们的母亲。整天都要面对这些抱怨患有精神上疲劳和痛苦症状的人，并不是一件轻松的事。虽然，给予他们各种帮助、使他们重新恢复健康，会使我感到自身存在的意义和价值；但是，说真的，有时候我也会感到十分厌倦。在情绪低落的时候，我还要找其他的心理医生进行心理咨询。

然而，每当我看到孩子天真烂漫的笑容时，仿佛在一瞬间，所有的疲劳和痛苦就都消失的无影无踪了。只要和他们在一起，那久已失去的笑容就会在不知不觉中重新浮上我的脸颊。每当这时，我就特别感激孩子们。大概每个做母亲的都会有同样的感受吧。

有时，我因为有聚会等原因回家回得很晚，一脱鞋我所做的第一件事就是去看看孩子。在长时间地注视着他们的时候，我会突然冒出这样的想法：这些孩子长大以后会成为怎样的一个人呢？接着便又出现了这样的苦恼：要用什么样的方法才能把他们培养成才？

延世大学社会学系的韩惠清教授预测：未来，我们的社会将变成一个复杂的、充满不确定性的高风险社会。因此，“只要成绩好就可以进好大学，从而就可以成为被社会承认的杰出人士”这种近代思维模式将会彻底消失。

各种变化已经在我们身边悄然出现。像网络管理员、游戏程序员等这些在几年前都没有听说过的职业，现在每天都在出现。勇敢地投身于其中的人也越来越多了。

我非常同意韩教授的看法。同被血缘、地缘、学缘等传统关系所束缚的老一代相比，我们的孩子们将要投身于其中的社会，是一个非常有意思的社会。在这个社会里，没有固定的精英模式和成功标准。你能否有所成就，完全取决于你个人的主观价值判断和付出的努力。这将是一个多么有趣的社会啊。

但是，我也不能不担心：个人行使自由意志的范围越大，“存在的不确定性”也将越大。人类社会之所以有宗教、婚姻和家庭制度，就是因为他们一直处于一种不确定的状态，从而想找一个可以依托的地方。从自身内部寻找自己存在的意义和价值是非常困难的，所以，过去的人们总试图从外部寻找。

或许有人会说，这些制度是抹杀人类的自由意志、是对生活进行限制的镣铐。但是，不可否认，正因为存在的不确定性，人们才具有主动要求被限制的特性。

如果人类自由行动的能力总在不断增强的话，那么不确定性也会不断增大。这时，人们不仅会感到对每一件事都要负责是一种沉重负担，而且在遭遇到不能承受的空前自由时还会感到巨大的不安。因为在这时，所有的事情都要靠你自律地加以解决。

那么，在这个不断变化的社会中，我们的孩子到底最需要什么东西呢？社会越

是变的不确定，发现人类自由意志的机会也就越多。随着个人选择的多元化，孩子们最需要的东西就是“自我认同”。

所谓自我认同指的是这样一种状态：即将自身内在的感觉、自我意识以及外部评价等加以综合，从而对“我是谁”这个问题给出自己的答案。达到自我认同的人，在与他人或外部环境进行接触时就不会出现动摇或自我分裂的现象。具备这种能力的人即使是独处，也不会感到孤独和寂寞。他们在和别人交往时会尊重对方的隐私，强化自己的精神支柱。

自我认同强的人能够比较客观地审视自我。这就意味着，他有很强的寻找自己喜欢从事的事业的能力。这是在未来社会中获得成功的捷径。

因此，我希望我的孩子们能成为一个有明确的自我认同的人。然而，这种自我认同在本质上是不可能在一瞬间、以一种急躁的心态得到的，更不是通过对孩子进行强迫性教育注入的；而是从他出生的那天起，通过开始认识妈妈，再通过妈妈认识社会，然后在社会中经历了无数次的失败和挫折以后，非常艰难地、在一个非常晚的时期才能得到的。

孩子的自我认同，是通过对从前失败记忆的反馈获得的。“自我意识”是通过“啊，这样不行。那样做才是正确的”这种自我觉悟过程逐渐形成的。简单地说，摔倒的次数越多，孩子的自我认同感就越强。

可是，我们的妈妈们却不给孩子们随心所欲经历失败的机会，只是催促他们走别人都在走的所谓“万无一失”的路。

那么，其结果又怎样呢？当孩子们按照父母、学校的命令和训诫，以决死的努力进入大学以后，才开始为自我存在和自我认同这样的问题苦恼。在这之前，他们所有自我的东西都被压制了，只能被动地活着。在进入大学以后，他们突然要寻找自我了，结果只能是彷徨。

以演唱《一个人的爱》等歌曲受到广大歌迷欢迎的著名歌手金贤定在接受一次采访时曾经这样说：

“学校制度本身就很成问题。我们的学校教育本来应该尽可能地把每个人的特长都开发出来，可是现在的情况却恰恰相反，学校不仅不是去开发个人的特长，而是在处处抹杀这种特长，使大家变得千篇一律，毫无生气。在我的一些朋友中，有一些人在学校表现的非常好，但这个‘好’并不是因为他们的学习成绩特别突出，而是因为他们特别听老师的话。他们自己决定事情的速度特别慢，社会适应能力也比较差。当我和他们在一起做一些事情的时候，只要一遇到什么问题，他们马上就会打退堂鼓。这样的情况实在是太多了”。

正是出于这样的原因，金贤定在他的求学期间经常受到老师的批评，但他仍然执着地坚持着自己的理想。他不顾父母的反对，独自投身到了音乐的世界。在经历了无数次的痛苦和挫折之后，他终于获得了成功。他说他获得成功的最大经验就是

：走自己的路，对自己负责。

只要能正确地找到自己真正喜欢做的事情，那么孩子就等于成功了一半。不过，我们需要时刻牢记：要做到这一点（“正确”地找到适合自己走的路），需要经历很长的时间和无数次的反复、曲折。在这件事上，谁都不能代替孩子去做（包括父母）。父母们，请你们千万不要着急，更不要因此而去强迫孩子。

相反，对那些完全按照父母的意愿行事、特别听话的孩子，做父母的反而倒要格外地留意。因为就像金贤定所说的那样，非常听话的孩子决定事情和适应社会的能力可能会非常差。也就是说，这些孩子的自我意识、自我认同感不强。

在将来，只有那些自我意识、自我认同非常强的孩子才能获得成功。现在父母们的当务之急就是抽出一定的时间、坚持不懈地、认真仔细地去观察：在你的孩子树立自我意识的过程中，是不是有什么东西阻碍或推迟了它的形成；孩子们真正希望得到的东西到底是什么。

[返回](#)

培养孩子成材不能操之过急

当一个一向听话的孩子突然很粗暴地殴打自己弟弟的时候；当孩子到了晚上不好好睡觉，经常哼哼叽叽，情况越来越严重的时候；当孩子毫无缘由地撕扯自己玩具的时候，你会对孩子怎么想呢？我们的母亲，大概十个人中会有九个这样想：

“是不是我的孩子有什么问题呢？”然后，就开始担心起来。说实在的，对孩子的上述行为不敏感、不担心的父母又有几个呢？

对这些为孩子担心的母亲们，我常常向她们强调、并提醒她们：“每一个孩子发育的程度都各不相同，有的早一些，有的晚一些。因此，没有对所有孩子都适用的、统一的标准。绝对不能用同一把尺子来衡量孩子是正常，还是有问题。”

当然，也有一些孩子和别的孩子相比，抚养起来的确要更困难一些。也就是说确实存在一些真正存在心理问题的儿童。同时我也确信：即使那些一生下来就存在某些问题的儿童，如果他们父母的性格、家庭气氛、经济条件等成长环境比较好的话，在他们身上存在的这些问题，就决不会发展成为一种疾病！反过来说，有些孩子即使在出生的时候十分正常，可是如果他们成长的环境比较恶劣的话，也可能会出现问题。这一点在理解孩子的行为方式和成长过程中十分重要。

在我的病人中，有一些患有一种名叫“注意力缺乏、多动症障碍”（ADHD）疾病的儿童。他们在集中注意力方面有明显的障碍。虽然他们患的疾病相同，但是他们以后的成长结果却存在着天壤之别。有一些孩子的母亲心胸特别宽厚，擅长抚育孩子，所以这些孩子直到上学之前为止都没有出现过什么大的问题，成长的很好。即使他们非常调皮捣蛋，孩子的母亲也能够很好地处理并加以引导。所以，当他们进入学校后，他们良好的表现常常会让老师们感到吃惊。相反，有一些孩子的母亲则不是这样，她们性情急躁、常常生气发火、处理事情的时候有些神经质。这些母亲的孩子们在很小的时候，“注意力缺乏、多动症障碍”（ADHD）就已经发展到了相当严重的地步。

现在，我们就拿说话比较晚的孩子举个例子吧。如果是在从前，这不太可能发展成为一种疾病。可是，因为现在孩子们很早就上了幼儿园，如果他在说话上显得迟钝的话，就会遭到其他孩子的嘲笑。这样一来他的这种症状很容易就会发展成为一种疾病。这样的实例近来已有大幅增加的趋势。遇到这种情况，如果家庭气氛比较好，母亲也懂得如何很好地照顾和教育自己的孩子，我就不会匆忙地给患有这种疾病的孩子进行专门治疗。反之（比如，尽管孩子说话比较晚，可是父母却并不因此而增加和孩子在一起的时间，诱导他们多说话，从而给他们以合理的刺激，而是只知道不断地训斥孩子），我就会积极地劝说他们进行治疗。

因此，在判定一个孩子是否在正常地成长、有没有发生什么问题的时候，不能仅仅就孩子本身加以判断，还要同时考虑孩子周围的环境。在这里，我还想再次提醒我们的母亲们：每个孩子发育的速度快慢是不同的，对这个事实必须有所认识！一些母亲经常会有这样的苦恼和担心：“邻居家的孩子早就能说话了，我们家的孩子为什么到现在还不行呢？”，“邻居家的孩子已经会写字了，我们家的孩子为什么对写字一点兴趣也没有，只知道成天地玩玩具呢？”这些担心其实都是没有必要

的。

那么，母亲怎样才能知道自己的孩子是否有问题呢？我常向前来找我咨询的母亲们引用这样一句话，即“smiling on happy face”（笑在脸上）。如果孩子能经常有一张笑脸、一副幸福的表情，那就意味着，你的孩子没有任何问题。

所以说，对于孩子在某个方面发展与否、程度如何，没必要过于敏感。真正应该注意的是这样一个事实，对孩子成长的过分担心也可能会毁了孩子。

或许有的母亲会问：如果这样做的话，万一我的孩子落后于别的孩子，或者错过了最佳的教育时机该怎么办？我不妨先说出我的结论：这种担心完全是因为这些母亲还不了解孩子成长的秘密。

母亲们一般都会认为孩子成长的轨迹是一条斜线，只要努力就会不断地进步、持续地成长。但是，实际情况并非这样，孩子的成长轨迹一般来说是呈阶梯状的。中间有停顿、也有受到刺激后的突变。也就是说，即使是努力了，在一段时间之内孩子也会表现的停步不前，然后在某一时刻会有一个突然的发展。

另外，我还要再补充一点，和母亲们通常认为的不同，人类的大脑直到少年时期仍然在不断地变化和发展。在大脑发展到它的极致之前，在其发展过程中是有无数的变量在起作用的。如果母亲们以一种焦急的心态不断地让孩子学这学那，严厉地督促他们跟上学校功课的话，很有可能在某一瞬间，本来呈阶梯状发展的孩子的成长轨迹就会在那里嘎然中断，从而犯下无可挽回的错误。

所以我常常要强调的一句话就是“育儿的成果只有到最后才能看得出来。”这就像对待一粒种子，在刚刚开始的时候，谁也不会知道它开的花到底是什么样子。只有当它扎下了根，长出了茎和叶，结出了花蕾并绽放出了花朵之后，我们才能知道它的名字叫什么，香气怎样，花开得漂亮与否。

正是由于这个原因，关于孩子的潜力问题我常常要讲这样一句话，这就是“Time table”（时间表）。我们经常可以听到这样的话“这个孩子在小时候本来挺聪明的，可是长大以后却不怎么样了”，“这个孩子在小时候连话都说不好，可是现在不管做什么都比别人快。”确实如此，孩子完全按照父母的期待和预想成长起来的例子可以说绝无仅有。随着孩子大脑发展的过程、孩子周围的环境和条件、以及孩子与生俱来的个性和气质等等的不同，孩子的潜在力会在谁都无法预测的某个时间突然呈现出来。

所以父母可以做的事情只是：相信自己孩子的成长时间表，并设法去除掉妨碍这一时间表的各种因素。即你所能做的事情只能是：使孩子身上那种肯定性的自我意识不要受到侵害，不要丧失自信心，使孩子不要丧失对我们这个世界和社会的信赖感。

我想讲一件发生在我大儿子上幼儿园时的事情。当时，我大儿子特别讨厌变化，他在冬天穿的内衣一直穿到夏天还不肯换。这时人们都已经穿上了短衣短裤，长裤

实在是没法再穿下去了。我就叫他把冬天穿的衣服脱下来，可是孩子又哭又闹，死活不肯。最后我们达成了妥协：在夏装短裤里面继续穿以前的内衣内裤。于是孩子就穿着这样的装束去了幼儿园，结果一整天都成了其他孩子追逐、嘲弄的对象。因为讨厌成为别人眼中的怪物，我的大儿子最终还是脱下了他那套冬天的内衣内裤。

即使到了现在，当我在一旁静静地观察他的时候，我仍能发现他对变化的强烈抵触情绪。但是我并不会因此而感到担心。我会一直等待，直到他以自己一贯肯定的自我意识、并以这种自我意识为基础真正发现了自己的潜在力时为止。这样做并不是否认自己孩子身上确实存在问题，也不是袖手旁观、无动于衷；而是在不间断地观察他的同时，在必要的时候给他以刺激。如果这样做还不行的话，我会寻找能够和孩子沟通的其他途径。但是，我决不会采取一些着急而轻率的行动。

我本来想把孩子送到私立学校读书，但最后还是把他送到了公立学校。之所以这么做也是因为这方面的原因。试想一下，如果把他放到那些所谓的天才儿童中间学习，整天地督促他做功课的话，他能迅速地适应周围的环境吗？同时他的心灵又将会受到多么巨大的伤害啊！

我的二儿子和他的哥哥完全不同。不仅有很强的自我意识，而且还善于接受别人的想法，并把它转化为自己的东西。同时，不论对于什么东西，都具有一种强烈的好奇心，渴望去学习。

有一次，这个孩子看到我正在给我上小学的大儿子读一本英语童话，便缠着我说自己也要读。结果他把那篇文章一字不拉地背了下来。这种积极的态度是与生俱来的。在这种情况下，父母就要针对孩子的特点不断地推动并鼓励孩子去满足自己的这种好奇心和成就欲。不过，很重要的一点就是父母一定要学会调节，凡事都不可以操之过急。

从表面上看，我教育两个孩子的方法好像完全相反，可是在根据孩子的特点顺其自然地加以引导这一点上却是一脉相承的。也就是说不能逆孩子自然生长的趋势而动。虽然现在在许多方面，我的小儿子要比大儿子优秀，可是谁也不敢断定将来他们中间谁会更为成功，因为他们自然成长的轨迹实在是太不相同了。说不定在将来的某一阶段，大儿子的潜在力就会显露出来，在成就上超过二儿子。在这件事上谁又能说的准呢？

因此，希望把自己的孩子培养成材的父母们必须要具备的一个条件就是：凡事不能操之过急，要有懂得等待的智慧。

就像日本一位有名的学者所说的那样：“所谓人生就是背着沉重的行李去赶一条长长的路，着急是绝对不行的。”

[返回](#)

早期教育中的慢速培养含义

就我个人来说，我并不认为早期教育就无条件地不好。孩子越是幼小，就越容易吸收各种学习经验。如果这种学习是在适当的时期进行的话，确实能收到很好的效果。对这一点，我从来都不加否认。

问题并不在于早期教育本身，而在于实施这种教育的方法。

说到早期教育，大多数人的脑海里首先都会浮现出婴幼儿用的各种教材，或者那些所谓教育天才的机构，并想到要把在幼儿园或小学才学的知识过早地就灌输给幼儿们，这样他们就可以比别人更快地成长和发展起来。我遇到的大多数母亲都抱有这样的想法，实际上她们确实也在孩子很小的时候就已经开始教他们英语和母语了。

但是，这种过早地教孩子学习的方式并不总是能行的通，在教孩子学一些什么东西的时候，你要清楚在这时期的学习过程中，他们具有与其他年龄孩子学习时完全不同的一些特点，对这些特点一定要很好地加以利用。孩子们在婴幼儿时期，一个十分突出的特征就是，他们总是本能地想要去探索一些新东西。也就是说，对于孩子们来说，好奇心本身就是一种本能，因此每当他们看到一些新的、有趣的东西之后，总是会感到特别高兴。孩子们的这种探索活动本身对他们来说就是一种非常重要的学习过程。当他们看到周围有一个新的东西，跑过去摸它的时候，这个行为本身就是学习。

就让我们举一个例子吧。在孩子面前有一个锅盖，孩子们在看到这个圆圆的东西之后，会感到很新奇，他们会想：“它的样子长得真古怪啊，妈妈用它盖什么呢？为什么要盖呢？”以这种好奇心为基础，孩子们会得到大人们难以想象的信息。

以婴幼儿的这一特征为基础提出的早期教育理论大致可以分为两种。一种是“*One step behind*”（晚一步）理论，另一种是“*One step ahead*”（早一步）理论。

“*One step behind*”（晚一步）理论指的是：对孩子的行为要稍微慢一拍地去应对。也就是说首先要在一旁静静地观察孩子的行动，当孩子对什么东西显示出好奇心以后，母亲再因势利导加以推动就可以了。简单一点儿地说，就是你只要去附和孩子的行动就可以了。

与之相反，“*One step ahead*”（早一步）理论指的是要比孩子的行动提前一步作出反应。我们可以举一个简单的例子，孩子坐在一碗米饭前，正在说：“佛，佛，佛……”的时候，一旁的妈妈可以提前一步十分明确地说出“饭”这个词。

我认为，如果能把这两种方法结合起来，同时适当地加以应用的话，就会取得最佳的早期教育效果。

现在的问题是，如何判断什么时候应该“*One step behind*”（晚一步），什么时候应该“*One step ahead*”（早一步）。既有错过了孩子最佳学习时期的母亲，又有过于着急，在孩子对学习还毫无兴趣的情况下，就提前让他进入了学习过程的母亲。

对这个问题的解答，取决于母亲对孩子的关心程度如何。平时就把自己的全部爱心都投入到了孩子身上的那些母亲是既不会错过、也不会让孩子最佳学习时期到来之前就过早地进行早期教育的。

既然如此，那么以这一理论为基础，母亲们最关心的母语、英语等方面的学习，应该从什么时候开始、以什么方法进行比较呢？

虽然每个孩子情况都不尽相同，但是，对于那些首先要求以具有一定的思考能力为前提的学习来说，一般要等孩子长到4-5岁的时候进行才能收到效果。因为起码要到了这个年龄，孩子们的大脑皮层才能发达到足以吸收并消化这些知识的程度。

在孩子还只有两岁的时候，就有不少母亲试图教自己的孩子认字。但是，这时孩子对字的认识，还仅仅停留在它们的样子是圆的这样一种程度。当然，孩子在母亲的强迫下也完全可以把这些字背下来，并能阅读它们。但是，这和鹦鹉学舌并没有太大的区别。

当然，我们并不否认确实也有一些在认知力（认识并理解问题的能力）上发育比较早的孩子，有一些对新事物的好奇心特别强、探求欲望特别高的孩子。对于他们，即使没有母亲的强迫，他们也会对认字这样的学习产生浓厚的兴趣。如果你的孩子表现出了这种兴趣的话，就没必要阻止他。如果你对孩子在学习方面是否有兴趣、以及这种兴趣到底有多大不太清楚的话，只需认真地观察一下孩子的反应，就可以知道了。如果孩子讨厌这种学习的话，就应该立即中止。

有一天，我妹妹很兴奋地打电话给我，告诉我说她的女儿能认字了。事情是这样的：有一次，这个孩子在她经常去的地铁站上，看到写着站名的标志牌，就大声念了出来。开始的时候，大人们还认为这不过是偶然的巧合。可是，后来即使到了其他地方，只要有写着那个车站名字的文字出现，她都能准确地念出来。到底是什么原因使这个刚刚才两岁的孩子就能够“识文断字”了呢？

原来，这个孩子的外婆就住在她最初读出站牌的那个地铁站旁边。孩子平常就特别喜欢去外婆家，来回都会听到列车播音员多次播报这个车站的站名，去了几次之后，就在无意之中把它记了下来，然后孩子把站牌上写的字和听到的车站名联系起来，并把它背住了。也就是说，孩子之所以能够识文断字，其中的秘密完全在于儿童那种对自己喜爱的人或事物表现出的天真无邪的关心。

可是，在电话里兴奋了半天的妹妹却正式宣布说：“从现在开始，我要正式地教她识字了！”我对她详细地说明了孩子之所以能够识字的原因，提醒她，强迫孩子学习的教育方式，是绝对不会产生什么好的效果的。然而，对孩子充满了期望的

妹妹根本听不进我的话，马上就开始教连话都说不流利的孩子学习母语了。

果然不出我的所料，没过多久，妹妹又打来了电话，告诉我说：只要她一把识字卡片放在孩子的手里，孩子就会大哭大闹，把卡片远远地扔在一边。没办法，她只好放弃了教孩子学习母语的想法。

尽管这一切都在我的预料之中，但我也曾这样想过：万一孩子在这个妈妈强加给她的学习过程中对认字产生了兴趣，说不定也是可以提前对孩子进行这方面的教育的。因为只要孩子有兴趣并能从中得到乐趣，那么对孩子来说，学习识字和其他游戏就没有太大的差别。

在我朋友的孩子中间，有一个孩子特别喜欢吃美国 31 种风味冰淇淋（Baskin-Robbins）。经常和孩子一起去冷饮店的妈妈，有一次无意中指着 Baskin-Robbins 冰淇淋的第一个字母对孩子说“这个字母念 B”。孩子在听到这句话的瞬间就背住了这个英文字母，以后无论他走到哪里，只要看到 B 字就会大声地把它念出来。

像这样把学习和孩子喜欢的东西联系起来，就会使孩子产生出切实的学习欲望。通过这种方法学习到的东西就会深深地刻在孩子的脑海里。

不顾孩子的兴趣强迫孩子进行的学习则不仅会使学习的效果明显降低，而且还会使孩子失去其他很多宝贵的东西。比如会降低孩子的自信心；在学习的态度和方式上，还会使孩子形成只会机械记忆、不会积极思考的习惯。结果，强行进行的早期教育反而成了制造没有思想的孩子的捷径。有一个出生于富裕之家的孩子。他的父母全都是名牌大学毕业，因此对自己独子的教育就更是格外重视。根据母亲的安排，这个孩子从四岁开始就在专门的英文幼儿园上学了。

由于母亲的强迫而不得不去学英语的这个孩子，在上幼儿园之后没多久，就开始无缘无故地动手殴打和他一块儿学习的孩子，并表现出其他一些十分反常的行为，常常躺在幼儿园门口不起来。

焦急的母亲跑到附近的儿童问题咨询所，给孩子做了智能检查，结果孩子的智商只有 80。当这位吃惊不小的母亲跑来找我的时候，她孩子说话都比别的孩子慢，可是她本人竟然不知道！

为了确保准确无误，我再次对孩子的智商做了检查，结果和上次没有太大的差别。可是，在对这个孩子进行了一段时间仔细认真的观察之后，我发现他的实际智力并不像智商测试结果显示的那么低。孩子的智商检测结果之所以低，并不是因为他不会回答测试的问题，而是因为他对智商测试本身就拒绝合作。

那么到底是什么原因导致了这样的检测结果呢？

这个孩子从上专门的英语幼儿园那天起，就非常讨厌学习。虽然根据妈妈和老师们的要求不得不背那些枯燥无味的英语单词，可是，并不能因为这种努力就可以

使他在短时间内喜欢上原本讨厌的东西。结果，孩子因为英语学习的负担和压力丧失了对生活的自信心。这种心理通过殴打幼儿园的其他孩子或撒泼耍赖、拒绝上学这样的行为表现了出来。一旦孩子失去了自信心，在他的潜意识中对智商检查这样普通的测试也会产生出一种排斥心理。

父母们常常认为，把单词背会并能原封不动地写出来的记忆能力就是智商，实际上并非如此。相反，孩子们不知道一两个单词并不要紧，重要的是要培养孩子的逻辑思维能力。也就是说，当遇到一个新问题的时候，能够独立思考、寻找出解决问题的方法、懂得问为什么的能力更重要。如果没有这样的能力做基础，只会背单词和数字，那么这样的儿童只能成长为“记忆能手”，成为一个不会思维只会背诵的傻瓜。

我大儿子景慕是在入学前两个月才开始学习母语的。按照我们现在的一般看法，到了8岁还不会写字可以说是匪夷所思、骇人听闻了。可是，就是在这短短的两个月里，我们的景慕就学习并掌握了母语。

“这个太容易了，为什么要教我学这个呢？比学英文字母简单多了！”景慕在这么短的时间内就学会了母语并不说明他本人是一个天才，而是因为他的学习完全是按照大脑发育的时间顺序进行的。如果从很小的时候起就开始教这个固执的要命的孩子学习母语的话，说不定反而会引发一些心理上的问题。

我想起了在早期教育发源地美国的一件事，那时我曾经访问了一个幼儿园。在这个被认为是丹佛市最好的幼儿园里，根本就找不到幼儿用教材、教具一类的东西，甚至连一般幼儿园里可以经常见到的玩具汽车都没有。如果说还有什么的话，那里只有宽阔的草地、泥土和汽车轮胎这一类的东西。老师们说，孩子们如果想要什么东西的话，他们会自己研究并动手把它们做出来。成品玩具会阻碍孩子们创造力的发展，他们是绝对不会使用的。

我非常想让那些随时想教孩子一些什么东西的母亲们，也到那个幼儿园去看看。如果那样的话，我就不需要费力地向她们说明为什么要慢慢地培养孩子了。

想要慢速培养自己孩子的话，首先就要真正地站在孩子的立场上，弄清楚他们最需要的东西究竟是什么，然后才有实现的可能性。当然，在这一过程中，你可能会犯无数的错误，但是，你不能讨厌或害怕犯这些错误。因为，这是希望慢速培养自己孩子的父母们最起码应该做到的事情。

[返回](#)

没有不可能的梦

美国总统约翰·肯尼迪非常爱自己的孩子。甚至，在相当长的一个时期里，还在总统办公室安放了来回摇晃的木马。他对自己的内阁成员们说：“我之所以在这儿放一个来回摇晃的木马，就是为了让我们的孩子不论在什么时候，都能想到孩子们，和我们应该对他们承担的责任。”

约翰·肯尼迪总统的话之所以能够引起我强烈的共鸣，不仅因为我是一名儿童心理学科的医生，还因为我是两个孩子的母亲。说的更确切一点的话，是因为我热切地渴望我的孩子能够幸福地成长，并为他们创造出这样的条件。世界上没有一个父母希望看到自己孩子不幸的样子。

1994年，我赴美国旧金山市参加世界儿童心理学年会。当时，学会面临的一个很大的课题就是女性的产后忧郁症问题。根据当时的研究结果，在美国有10%的女性深受产后忧郁症之苦。可是，在非洲的一个部落里，从他们那儿的女性身上根本就找不到产后忧郁症的影子。从社会福利和社会保障的角度讲，美国不知道要比这个非洲部落先进多少倍，可是，为什么反而会出现这种让人意想不到的结果呢？我感到非常地困惑和不解。

经过了解才知道，情况原来是这样的：在那个非洲部落生活的地方，土地非常贫瘠，因此无论男女，他们的劳动强度都非常高。可是，只要女人一怀孕，情况就会发生180度的大转弯。女性从怀孕的那天起直到孩子长到一岁的时候，她可以什么都不用做，整天呆在家里好吃、好睡、好喝。她所要做的事情只有一件，那就是和村里的其他老奶奶们一起照顾孩子。也就是说，在她正式抚养自己的孩子之前，她已经从村子里育儿经验丰富的老奶奶们那儿学习到了抚育孩子的方法。

从孩子出生那天起，一直到孩子完全断奶的这段时间，是这里的女性们一生中最幸福的时光。在这之前，除了吃饭、睡觉，所有的时间都要用来进行艰苦的劳动。现在，她们在所有人的关心之中非常舒服地在家中休息。这样，她们又怎么会产生忧郁症呢？我们可以预测，在这个非洲部落里，不仅找不到产后忧郁症，其他儿童问题也不会发生。因为在这个部落里，人们并不认为生孩子仅仅是一件个人的事情，而是整个部落共同体的事情，从而处处为母亲和孩子们考虑。在这样的一种社会氛围之中，我们可以想象，这种育儿环境将对孩子们的健康成长产生多么巨大的积极的影响。

在想象着非洲部族妇女们脸上洋溢着幸福表情的同时，我的脑海中不由浮现出了我过去的形象，心情顿时变得十分复杂。我作为一个医生，和同事中的其他同龄人相比，不仅结婚要早，生孩子也早。在怀我的大儿子景慕的时候，我27岁，正是做实习医生的第一年。

然而，当时我并不感到幸福。我因为各种各样的事情忙得手忙脚乱。真不明白，那时我要进行的治疗和研究活动为什么那么多，一天尽管只能休息几个小时，可仍旧感到时间不够用。就是在这种情况下，我还要一边给病人看病，一边在医院值夜班（每周都有好几次）。

屋漏偏逢连天雨，偏偏在这个时候，我又怀孕了。怀孕的消息对我来说就像是青天霹雳，我感到十分的绝望。

“既要像男人一样地学习，又要像男人一样地工作，还要像男人一样地受苦，那么女人为什么还要承受怀孕这样的痛苦呢？”那时，我生平第一次对自己是个女人这件事感到了后悔。在我的肚子大起来的时候，我还和别人一样在医院值夜班。同时，因为深怕拉下功课还要努力学习，即使这样，我还是能感到周围人们的脸色。如果我稍微显露出那怕是一丁点儿吃力的样子，周围的人就会对我说：“那你为什么还要怀孕呢？”这就是当时我所处的环境。说实话，当时我都有把这个孩子打掉的念头（直到现在，我还常常因为这一点对我的大儿子感到内疚）。

就这样，我一边看着别人的脸色，一边继续着自己的工作。在我已经怀孕 7-8 个月的时候，我还挺着大肚子被派遣到了外地工作。更令人担心的事情还是在孩子出生以后。从“孩子到底应该交给谁抚养”这样的问题开始，到将来会发生的种种情况……，只要一想到这些问题，我的心情就十分沮丧。我的丈夫是一名儿科医生，虽然看起来他对我的情况也比较担心，但并没有积极主动地站出来帮助解决它们的意图。

想把医生工作和抚养孩子的工作同时搞好，实在不易。有一次，我在给孩子的牛奶瓶消毒时差点儿在家里酿成一场火灾。由于既要学习又要抚养孩子，那天我感到疲惫不堪，在不知不觉中就睡着了。这时火苗已经把一边的墙都烧黑了，幸亏隔壁的大嫂闻到了烟味儿，才防止了一场火灾。每次想到这件事，就会感到后怕。如果不是这位大嫂，后果真是不堪设想。

许多母亲来找我咨询的时候，显得比孩子还要痛苦。到诊所以后，她们会叹着气，或者是流着眼泪向我咨询各种各样的问题。每次看到她们，我都会产生以下的想法：养孩子不是这样的，只要你把吃穿问题解决了，就一切万事大吉了。对于那些特别幼小的孩子，不仅是母亲本人，整个家庭对他的一举手一投足都十分关心，恨不得把家里所有物质和精神上的资源都投入进去。可是，社会的现实却是，只因为你是一个女性，是一位母亲，你就要承担所有的责任。这样一来，母亲们能不痛苦吗？如今，主妇们的产后忧郁症问题变得如此严重，难道不是一种必然的结果吗？

现实虽然如此，我们却不能听之任之。有一天我正在为孩子的事苦恼，很偶然地，在一本美国杂志上看到了这样一篇文章：《是诅咒（Curse）还是祝福（Blessing）》。这篇文章一下子就把我吸引住了。

文章说：“孩子来到这个世界上，这件事情本身绝对是一种祝福而不是一种诅咒。如果孩子的出生是以诅咒告终的话，那么孩子就太不幸了。他们原本应该从母亲那里得到无限的爱，可是现在却被指责为：”毁坏了母亲一生幸福的元凶。“请问孩子又有什么罪过呢？”

读到这里，我下定决心，不论是为了我自己还是为了我的孩子，都不能倒下。

从这以后，我就成了所谓的“superwoman（女超人）”，我常常用一只手摇晃着孩子，用另一只手按住书本学习。因为孩子过两个小时就要醒来一次，所以还要经常熬夜。上班以后，一有空儿我就会偷偷地迷糊一会儿。到了周末，一般也都是抱着孩子，一边学习。当然，在白天上班的时间，孩子还是不得不交给我的父母去照料。

有一些听过我课的女学生们给我发来电子邮件，说我的存在给了她们力量。她们经常问我：“你是怎么做到能够坚持下来而没有中途放弃呢？”我并不想让她们也和我一样成为所谓的“superwoman（女超人）”，我之所以做出了那样的选择，是因为周围不为你提供帮助的环境，而我热爱我的孩子和所从事的工作，两者我都不想抛弃。我只想对她们说：“在这个世界上没有绝对不可能的梦。”

无论所处的环境多么恶劣，只要你坚持、不放弃，就会有解决的办法。纽约大学宗教学教授詹姆斯·卡司认为，家庭是一个“无限游戏”。对于足球、选举、工作这样的事情来说，它们都是以一方的成功为目的的“有限游戏”。与此相反，“无限游戏”却是以游戏本身能够持续下去为目的。因此，在“无限游戏”中，所有的参加者都必须在一个广阔的范围内分享胜利的果实。

因此，我们不需要只要求女性做出默默牺牲的胜利，而是需要所有的家庭成员都可以品尝到成功喜悦的那种胜利。女性们，为了这样一种胜利去奋斗吧。如果没有尝试就中途放弃的话，那么将来你一定会感到后悔。我始终相信，只有那些敢于做别人认为不可能的梦的人，才能最终取得成功。最后，我真切地希望年轻的母亲们不要像我那样成为一个不熟练的所谓“superwoman（女超人）”，而是要采取其他一些更明智、更有效的方法获得成功。只有这样，在家庭这个游戏中女性才不会被单方面地牺牲。

[返回](#)

为了孩子作一个精明的妈妈

最近，我在读戈尔·艾文思写的一本很有意思的书：《像男人一样地工作，像女人一样地成功》。下面就是其中的一部分内容：

我是这样定义“愧疚感”的，即它是一种“因为确信自己确实有错而产生的痛苦的”自责感“。这种感觉虽然很难用图画来表示，但是如果一定要这样做的话，似乎可以用和“绞刑架”较为接近的画面来表示。如果真有这样一幅画面的话，那么女性作为主人公出现的可能性更大。

我们的女性总是为愧疚感所折磨。开始的时候，以成为一个善良的淑女为目标而被培养，之后，自己又成了心地善良的牺牲品。我们的女性都试图成为女强人，并试图解决所有的问题。这不是自己主动地走上绞刑架又是什么呢？

“愧疚感”不仅会使人们掉入绝望的深渊，而且还会使人正确处理事情的能力降低。一个经常责备自己连一个小问题都解决不了的人，又怎么能直视并坚持她的奋斗目标呢？

这使我不由想起了抚养第一个孩子时的艰难情景。由于没有任何育儿经验，我在抚养性格比较古怪的大儿子时倍感做母亲的不易。同时，因为医院的事务特别繁忙，不知不觉中我也会时时疏忽对孩子的照料。

“这样做母亲实在是不行啊。”

当孩子身体不舒服的时候，我的这种愧疚感就会更加强烈。每当我把孩子留在家里出去工作或上课的时候，我都会深深地怀疑，我做这些事的正当性。

直到有一天，在我的脑海里突然闪现出这样一个想法：“我整天这样苦恼和愧疚，对孩子到底能有什么好处呢？”

结论当然是 No。我们不是有这样一句俗语吗：“抚养一个孩子需要一村子的人。”

所以抚养一个孩子决不是我个人能够完全解决的事。虽然在育儿问题上，母亲应该处于中心的位置，但是在事情不太顺利的时候，母亲应该具有将周围的人都动员起来的智慧，使他们成为帮助你抚育孩子的助力。

从此，我不再为各种苦恼和愧疚感所困扰。因为我已经明白做母亲的这种愧疚感不仅对孩子、对我自己也没有任何好处。那么，为什么还要愧疚、还要烦恼呢？整天地为育儿问题感到愧疚和烦恼，完全是一种时间和精神上的浪费。当我从这种毫无意义的愧疚感中解放出来后，我就一边为抚养孩子尽自己最大的努力，一边积极寻求丈夫和婆家的帮助，使孩子能有更多的时间和爸爸、爷爷、奶奶在一起。这样的话，当我对孩子的抚育有所疏忽的时候，孩子仍可以从他们那儿得到的无条件的爱心，从而弥补我暂时留下的空白。

当然，要想得到整天忙于工作的丈夫和公公婆婆们的帮助并不是一件简单的事，但是，为了我和我的孩子，我必须耐心地去坚持。

结果，我们家的孩子不仅比别的孩子从爷爷奶奶那儿得到了更多的爱，而且和同龄的孩子相比，他对爷爷奶奶的感情更为深厚。当公公婆婆给我们打来电话的时候，孩子就会对着话筒问：“爷爷，你什么时候来我家呀，你难道不想我吗？”看到孩子这种天真无邪的神态，我感到特别地幸福。不仅如此，孩子就像对待在一个家里生活的亲人一样，非常喜欢他的姑姑和叔叔们。只要到了周末，孩子就像到朋友家玩儿一样，常常会跑到亲戚们家里玩儿个痛快。有时候，看到孩子更喜欢缠着他的姑姑和叔叔而不是我，我还会产生出一种轻微的妒忌心理。但是，看到孩子在没有我的时候也能照样嬉笑玩耍，而不是像从前那样哭闹不休，我就会想，我还真是做对了。

世界上没有完美无缺的母亲。孩子长大以后，回想起自己母亲的时候，也不可能百分之百都是美好的东西。因为母亲们都是普通的人，她们会犯各种各样的错误。因此，我认为，如果母亲们能在百分之八十的程度上做一个好母亲、尽到自己责任的话，就已经相当不错了。至于其他百分之二十，明智的母亲会积极地动员自己的家人和亲戚们去填补这个空白。有一天，我接到了妹妹的电话，她告诉我说，她邻居家有两个小男孩儿，她的小女儿只要一有空儿，就往邻居家跑。可能是由于没有兄弟姊妹的原因吧，她的小女儿整天和邻居家的男孩子们玩的乐不思蜀。

问题是，孩子除了睡觉时间以外，一整天都泡在邻居家，连自己的家都不想回了。对已经被两个男孩子搞得筋疲力尽的邻居来说，对此当然只能是感到嫌恶，决不会感到高兴的。

妹妹看出了邻居的心思，就哄劝自己的孩子不要再去了。哄劝不见效，妹妹甚至还动手打了孩子。无论是哪一个母亲，都不愿意因为自己的孩子而看别人的脸色，于是妹妹就把孩子像犯人一样地在家里关了好几天，每天都好像在和孩子打一场战争。可是，情况并没有任何好转的迹象，在走投无路的情况下，妹妹只好打电话给我，看能不能为她想个解决的办法。听完妹妹的讲述以后，我对她说你不应该打骂孩子，而应该先去拜访一下隔壁的那位母亲。比如说可以提一袋水果什么的到邻居家，诚恳地对她说：“我们家的孩子非常喜欢和你家的孩子们玩儿，给您添了很多的麻烦，实在是对不起，请您原谅。”请求她的谅解。孩子们能有自己的朋友是一件非常好的事情，因为这是他们熟悉同龄文化、扩展交际关系的一个捷径。而且，这不也是母亲们不能直接给予孩子，而对孩子们来说又非常重要的一部分经历吗？

打这以后，我的妹妹为了取得邻居那位母亲的欢心，尽了她最大的努力。其结果就是，她的女儿又可以尽情地在隔壁玩儿了。

我想对母亲们说这样一句话：“在抚养孩子的问题上，不论是为了你，还是为了你的孩子，你与其去做一个‘厚道’的狗熊，还不如成为一个‘精明’的狐狸。”

为了做到这一点，你必须首先抛弃掉你的愧疚感。对于母亲们来说，根本没有必要在孩子犯了哪怕是一丁点错误的时候就自责说：“都是我不好”。以我的经验，

常常是那些从这种毫无意义的愧疚感中解放出来的母亲们，才能够更好地抚养自己的孩子。请从现在开始尝试并付诸行动，做一个百分之八十的好母亲吧。当你成为一个非常精明的、甚至有点让人讨厌的狐狸的时候，我相信无论是你还是你的孩子，都将会变得更加幸福。因为我就是这么做的！

[返回](#)

母亲需要经常和孩子在一起

不管是哪一个家庭，只要是同时抚养有两个以上的男孩子，出现的问题可能都差不多。我们家的两个男孩子打架打的尤其厉害。有一天，在睡觉之前，为了给两个打架的孩子仲裁，我把整晚的时间都搭了进去。

有时，当我悄悄地注视着我的小儿子的时候，我就会感到隐隐地心痛。因为他的哥哥实在是太强大了，常常从源头就把他所能感觉到的母爱给封锁了。我大儿子惟恐自己的弟弟得到妈妈的关心，有时甚至不惜故意地制造事端来把妈妈的视线引向自己一边。说实在的，我的二儿子要比大儿子好哄得多，所以和哥哥比起来，我在二儿子身上花的精力并不多。

终于有一天，我的二儿子得到了一个可以尽情地享受母爱的机会。原因是大儿子在学校放假后向我们宣布，他要去爷爷家几天。在大儿子离开家的第二天，我决定用一整天的时间陪二儿子出去玩儿。我们先去了儿童乐园，接着看了电影，还去了平时就经常去的叔叔家。孩子玩得非常痛快，时常发出让人侧目的尖叫声。

回家以后，在我正要上床睡觉的时候，二儿子推开我的房门，对我说：“我想和妈妈一起睡。”从他稍稍长大一点以后，直到现在为止，他还从没有主动找我睡过一次觉。

第二天一起床，他就对我说：“我今天不摸哥哥的玩具，我要乖乖地玩儿。”

平时，无论我怎么哄他、骂他，他都改不掉的一个坏毛病，就是常常去动哥哥的东西。现在，他主动说不去摸哥哥的东西，真是让人高兴。但是，从另一个方面看，我又不由得感到有些心酸。平时让他这么做，他就是不听；而今天他却主动提出不去碰哥哥的东西，就是因为他平时感受到的母爱不够的缘故啊。

无论如何，在这几天他一个人可以尽情地享受往常要和哥哥平分的母爱了，他显得非常幸福。

不仅如此，在他独享母爱的这几天，他以前的很多坏毛病都明显地减少了。平时他的衣服总是随处乱扔，现在则整理的好好的。吃完饭后，尽管没有谁命令他，他却主动把碗放到了洗碗桶里。他还缠着我说要为我整理衣服，为这还闹了大半天。

我常常对找我来咨询的母亲们说：要拿出一些“时间”，向孩子们表现出对他们的“关心”。或许有人会反过来说：在这个世界上难道还有不关心自己的孩子、对自己的孩子舍不得进行时间投资的母亲吗？她反问的很对。问题是好多母亲对“时间”和“关心”没有一个正确的理解。

现在的母亲们一说起“时间”和“关心”，就会向要教给孩子们一些什么东西这个方向理解。她们关心的并不是孩子的行动是否有什么变化、心灵有没有受到伤害、心理上是不是也在健康地成长这些问题，而是热衷于如何才能把自己的孩子培养的更聪明。

有一条必须明确：在“时间”和“关心”里面，需要有母亲的牺牲；同时，还需要从心底里去除掉企图使自己的孩子成龙成凤的欲望。不论做什么样的事情都要按照孩子的需要、都要以孩子为中心，只有这样，你所付出的“时间”和“关心”才能够收到效果。听到我的这番说辞，既要上班又要抚育孩子的母亲们也许会这样发问：“和在孩子们身上投入时间的数量相比，投入时间的质量不是更重要的吗？我听说，真正重要的是学会怎样在比较短的时间里和孩子们玩儿。”

这种说法不能说不正确。设想有这样两位母亲，其中一位虽然整天都和孩子在一起，可是却只顾埋头做自己事情。而另外一位尽管每天和孩子在一起的时间只有短短的一个小时，却能够把自己的全部身心都投入到孩子身上。如果将她们做一个对比的话，我想到底哪一位的做法更值得称赞是不言自明的。

尽管如此，孩子们还是需要有一定量的时间和自己的母亲在一起。也就是说，在讨论对孩子投入时间的数量和质量之前有一个前提条件：母亲一定要拿出一定的时间和自己的孩子在一起。

在我大儿子出生后 18 个月左右的时候，他突然开始经常啼哭，还动不动就使性子。刚开始的时候，我想可能过几天就会好。可是情况正好相反，过了几天，孩子不仅使性子，而且还发展到了动手打保姆、用脚踢保姆的地步。

可是，不论我如何费尽心力地想，也找不出过去在什么地方有可能使孩子的心理上受到伤害的事情。虽然，我因为医院的事情整天忙个不停，但是，只要一回到家，我就会尽自己最大的努力去照顾孩子、和他一起玩耍。就是我在医院上班的时候，也要经常地给家里打电话，询问孩子的情况。

正在我无论如何苦思冥想都找不出一个好的解决办法的时候，我得到了一个为期一周的休假机会，这样，每天就可以和孩子在一起了。在休假期间，虽然我并没有刻意地去为孩子做什么，但是我和孩子形影不离，尽了自己最大的努力去照顾他。说来也怪，就这样经过两天以后，孩子的症状有了明显好转。而在这之前，无论我们使用什么办法都不见效果。

我并不怀疑我们雇佣的保姆已经尽了她最大的努力去看护孩子了，然而母亲和保姆毕竟还是有很大的差别的。当孩子一到白天就发现，昨晚还和自己一起玩耍的妈妈突然消失的无影无踪的时候，他的心理能不产生出一种巨大的失落感吗？

我所忽视的东西就是，母亲需要有“一定的时间”和孩子在一起这样一个事实。与其试图去教孩子一些什么东西，还不如不要对孩子抱太多的期待，抽出一定的时间单纯地去和他玩儿，无条件地把自己的一片爱心投入到他的身上。

通过连续抚养两个孩子，我深切地体会到：母子之间在一起这么一个简单的事实，对孩子来说是多么重要的一种教育啊。没有这种实际体验的人可能是不会了解这种“在一起”的伟大之处的。

我的这一番话或许会让许多一边工作、一边抚养自己孩子的母亲感到自责。但是，就像我在前面所说的那样，只要你在心中时时记挂着孩子、关心着孩子，你就已经做好了一半。因为以我个人的经验，我体会到只要你具有这种关心，那么想办法抽出时间来就不是一件太难的事。

[返回](#)

孩子在好妈妈心中处的位置

“将来，我决不像妈妈那样生活。”

从很小的时候，我母亲的学习就特别好，被大家公认为是将来很有前途的才女。可是，就因为她是女人，母亲就不得不放弃了自己的梦想。同时，她还教育我说，作为一个女孩子不能显得太突出，太有个性。对于女人来说，更重要的事情与其说是寻找自己喜欢做的事，不如说是找一个好丈夫。虽然，正是因为母亲无私的奉献和爱心才使我得以健康成长，但是，在少女时代我根本不能理解妈妈的那些想法。

那么，如果想要不依赖男人，自己也能够在这个世界上独立地、挺起腰杆来生活的话，需要选择怎样的一条人生道路呢？我之所以选择医生这个职业，就是因为在我的潜意识里存在着这样的想法。对于这种选择，我感到非常满意。

不过只有那么一次，我发生了动摇。它就发生在我生下大儿子之后。通常，不管是哪个女人，她都要面对这样一个共同的问题：生孩子并抚养他长大。但是，如果仔细分析一下的话，我们就会发现，这和女性们的自我实现是完全矛盾的。如果你想要很好地抚育你的孩子，并使他健康成长的话，对每件事情你都要做出牺牲，对每件事情你都要加以忍耐，你必须有一颗彻底的利他之心。

在医院，我是一名受人尊敬的大学教授和专职医生，我可以提高自己的嗓音，可以不卑不亢地坚持自己的立场，可是，一旦回到家里，听到儿子用他稚嫩的嗓音喊“妈妈，给我念一念这篇童话”，我就得在突然之间变成一个温柔、慈祥的母亲。这就使得你必须在这两种角色之间不断地进行思想斗争，最后你会发出这样的疑问：“到底什么才是真正的自我呢？对于我，什么才是最重要、最珍贵的东西呢？”

我的答案是：我的孩子们。在这个问题上并不能断定谁对谁错，对这个问题的回答随着个人主观的价值判断而不同。所以，我既不想把我的这种想法强加给别人，也不会主张只有这种想法才是正确的。我只是想说，我自己领悟到：没有什么能比牺牲自己去帮助别人更有价值的事情了。

我对“母爱”这个词给出的定义不是别的，就是“水”这么一个字。“母性”就像水一样柔柔地渗入地下，使自己的形体消逝于无形，可是大地却因此而湿润，五谷因此而生长。母爱的这种意义不是用大脑、而是要用整个身心去体会的。

“在女性身上，一定还有一种比实现自我更高的价值”。

因此我下定决心，无论今后发生什么样的事情，我都要把我的孩子们放在最中心的位置。

在对自己的思想有了这样一个清晰的整理之后，我顿时感到心情倍加舒畅。以前感到吃力的职业生活好像也变得更有意思了。在现在这种无论何时何地都需要激烈竞争的职业生活中，如果是在从前的话，无论发生什么事情，我都会绷紧自己的神经，做出对应的姿态。可是，自从我下了这个决心以后，我开始知道该如何从容

地面对并解决所有的这些问题了。

但是，这决不意味着我成了一个满足于自我小世界里的人，安于现状、与世无争。相反，在对自己的思想进行整理以后，我明白了，这不仅不会对自我的发展和实现产生有害的影响，反而会成为一种巨大的助力。过去我只懂得双眼紧盯前方，现在我还懂得了同时向旁边和向后看，以一种客观、从容、平和的心态去注视生活，并从中找到幸福和乐趣。

我为众多母亲们提供心理咨询的时候，感觉到在她们的内心世界里存在着各种各样的苦恼和矛盾。因此，我建议她们就像我所做的那样，对积累下来的种种问题，按照它们对你的重要程度，进行先后顺序的排列。为了做到这一点，首先要搞清楚问题的来源。

不要以一种片面的视角看问题，更不能成为社会上一些固有观念的俘虏，而是要根据自己的主观感受和心灵体验去省查自己内心的问题。同时，要认真地想一想，什么才是对自己最为重要的。斯蒂芬·柯维在他的著作《与成功有约》一书中告诫人们，“首先做你认为最重要的事”。同时，他将事情的先后顺序按照以下的次序进行了排列。

- 1 、重要而紧急的事
- 2 、虽然重要但是并不紧急的事
- 3 、不重要但是紧急的事
- 4 、既不重要又不紧急的事

那些能够找出最重要的事情并去认真完成它们的人，对于第 2-4 项事情的处理也会比一般的人更快、更好。因为他们不必为不懂得放弃而产生的患得患失浪费时间。承担自己无力承担的事情不是一种明智之举。

如果你希望把抚育孩子的辛苦变成一种快乐，希望孩子能够更加健康地成长，那么请从现在开始，就好好的回顾并反省一下你的生活，从中找出你认为最重要、最珍贵的东西来。

[返回](#)

父母要善于调节自己的感情

有一次，不知道是对什么不满意，我的大儿子突然大哭大闹了起来。好像是他正在玩儿的玩具出了什么故障的样子。可是，无论我如何哄他劝他，他就是不听。而且还变本加厉，见了玩具就乱扔、乱撕。

我的火气也开始冒了出来。我放弃了对他好言相劝的念头，开始训斥起他来。如果再往前稍微发展一步的话，我很可能还会动手。不知道孩子是不是猜到了我的这种心理，他干脆躺在地上，到处打滚了。到了这种地步，实在是没有别的办法可想了，我只好使出了最后一招。

“景慕，坐到椅子上去反省！”

孩子的脸上马上表现出了不满的神情，接着就放声大哭起来，作为他最后的反抗。但是，看到我脸上仍旧是一副严厉的表情，他知道不管再怎么闹都没有用了，只好很不情愿地坐到了椅子上。

现在，虽然再也没有这种必要了，但是直到孩子长到四、五岁的时候，在我们家的一个角落里还始终安放着一把“反省椅”。在孩子毫无原由地哭闹、耍性子的时候，如果哄劝、训斥等方法都不管用的话，它就会被派上用场。

当孩子长到五岁左右的时候，你就可以和他进行一定程度的交流和对话了。在这之前，他对周围状况的思维能力还是非常不够的。对这一时期的孩子，无论母亲多么冷静地用孩子最容易懂的话去劝慰他，只要他的愿望得不到满足，他就会撒泼耍赖、使性子。我们家的孩子就是这样。

因此，我就想出了“反省椅”这么一个办法。在刚刚开始的时候，我是抱着“这样做管用吗”这样一种半信半疑的心理让孩子坐在椅子上的。其实，这样做最初的出发点与其说是为了让孩子反省，还不如说是为了先镇静一下自己被激怒的心情。

在和孩子发生冲突的时候，我常常会在某个瞬间被激怒，从而发起火来。事情到了这种地步，反而会把事态弄得更糟，更不要说解决问题了。有一次，一位患者的父亲打来电话。他大概是看了我在电视台做的关于人类暴力倾向的节目，才决定打这个电话的。

我在那个节目中讲的主要内容大体是这样的：

暴力倾向是每个人都具有的一种本能。父母必须从孩子们还很小的时候起就帮助他们，使他们学会对这种本能进行调节。为了能做到这一点，父母首先必须要善于调节自己的感情，成为孩子学习的模范。不管在孩子身上存在什么样的问题，都不能生气，都要加以包容。

那位父亲向我这样问道：

“为什么必须只想着孩子？难道不能也让他们了解一下父母的一片苦心吗？”

我可以理解这位父亲的心情。从父母的立场上看，要忍受的东西实在是没完没了，看不到尽头。在每个周末，本来应该呆在家里好好休息，可是不行，因为你是父母，所以你还要围着孩子跑前跑后；不管孩子的脾气有多么坏，父母都要一一忍受；不管自己的情绪如何不好，父母都要用一张笑脸面对孩子……。父母也是人，他们到底犯了什么罪，必须承受所有这一切呢？俗话说“人非圣贤”，让父母们经常这样把自己的感情放在一边，用理性的态度去对待孩子，确实是非常之难。

尽管如此，我还是要不断地告诫父母们：忍耐，再忍耐！这是因为，不管怎样，和发育还很不充分的子女相比，父母在心理上已经完全成熟了，所以在忍耐力上也更强一些。

相反，对于孩子来说，则不具备这种忍耐力。如果强迫正在成长的孩子学习如何进行忍耐的话，他们就不可能学会正确表达自己感情的方法，从而产生心理上的不安。对于父母来说，因为他们已经是心理成熟的成年人，就不太会产生这样的问题。因此，应该让有忍耐能力的一方去忍耐，而不是相反。难道不是这样吗？

美国儿童心理学博士乔尼克，为了弄清 3-6 个月的儿童是如何调节自己的感情的，曾经做过这样一个实验。他先让母亲对着自己的孩子微笑，然后表情突然变得严厉起来，并将视线转向其他方向。不管孩子怎么向着妈妈看，妈妈始终不和他对眼神，只是表现出一幅很生气的样子。

这些还不会说话的孩子们，先是把眼睛睁得圆圆的，脸上显得非常吃惊。然后脸上就变得毫无表情，并竭力回避别人投来的目光。三分钟后，妈妈又重新对孩子笑了，可是孩子毫无表情的脸孔却要一直持续好几个小时。可见，虽然孩子天生有一个在构造上和成年人相同的大脑，可是如果母亲不帮助他调节情绪的话，他很容易地就把这种生气的表情学会了，其程度之深有时会达到不可逆转的地步。

那么，请想一想吧，女性们一旦和自己的丈夫吵架以后，夫妻间的冷战通常都要持续三、四天的时间。因此，在照看孩子的时候，这种不好的情绪也会从脸上流露出来。如果这种情形经常出现的话，孩子不是很自然就学会了吗？

如果观察一下来医院治疗“少儿期忧郁症”的儿童，我们就会发现，在他们母亲的身上一般都存在上述的问题。在这种时候，母亲就要和孩子一起接受治疗。如果母亲在接受治疗以后恢复了正常的话，孩子过不了几个月也会有明显的好转。因此，母亲们不仅要在照看孩子的时候，而且要在其他所有的生活场景中都要很好地调节自己的感情。我常常这样叮嘱前来找我求治的母亲们、也叮嘱我自己：

“要经常反观自身，要经常检查自己情绪所处的状态。”

在这样一个前提条件下，我为自己制定了一个对待孩子的大的原则：

“在我心情不好的时候，我绝对不责骂孩子。”

既然我们每一位母亲都是普通的人，那么谁都会有情绪低落的时候。就拿我自己来说吧，有时候，我也会感到非常地忧郁和烦躁，非常讨厌去医院上班。像这样，当我的情绪状态亮起红灯的时候，不管孩子是没有按时完成作业，还是又违背了向我许下的诺言，我都不会去管他。因为在这种时候，不论你如何试图和颜悦色地对待孩子，你的这种坏情绪还是会在脸上表现出来。等到过了一段时间以后，（我们打个比方，如果说感情指数的最高值是 10 的话，起码要在达到 7-8 以上的时候）你才可以开始对孩子说你想对他说的话。

可是，大多数的父母一般都是不管自己的情绪好不好，都用目光去盯着孩子、去抱孩子、哄孩子，结果这样做着做着就发了火，甚至还会动手打孩子。这种过程在以后还会反复不断地出现。在火就要冒出来的时候，如何才能把它压制住？这并不取决于一个人的智商或理性程度。我经常可以看到，有些被称为很有理性的人，随随便便地对待自己的孩子，由着自己的情绪去处理问题。

要想对感情进行很好的调节，不经过艰苦的努力和大量的训练是不太可能的。虽然也有一部分人天生就非常善于调节自己的感情，但是因为抚育孩子这件事本身就需要巨大的忍耐和牺牲，所以母亲们个人的努力还是非常必要的。

我是个感情非常丰富的人，为了调节我的情绪，我选择了欣赏音乐的方法。平时我是非常喜欢爬山的，可是并不是经常能有这样的条件，因此作为一种替代的方法，我选择了欣赏音乐。在听过一些轻松的音乐以后，我能感觉到我的情绪开始逐步地平稳并镇静了下来。

在听音乐也不管用的时候，我干脆就回避和孩子见面。比如说可以留在医院里做功课、或者读书来消磨时间，一直到很晚的时候再回去。尽管我也知道孩子在等着妈妈回来，可是与其心情沉重地回去向孩子皱眉头，还不如晚一点回去的好。

但是，人是一种感情的动物，通过努力就可以完美地调节自己感情的人并不是很多。与其试图在每时每刻都想做到完美无暇，还不如从做错了以后能够马上察觉并立即改正开始做起。虽说想要在一两天里取得大的进步不太可能，但是，你能知道你在对待孩子时做的不对，总比你在做错了以后还无知无觉（更不知道这种失误可能带来的不良影响）要好的多。

有时候，我也会在不知不觉中对孩子发火，过后才猛然醒悟到“哎哟，又做错了！”这时，我就会对孩子说：“景慕，刚才是妈妈做的不对，对不起。我也不知道为什么就会生这么大的气。”这时孩子反而会劝慰我说：“是不是因为妈妈做的事情太多了？是这样吧？”孩子已经在隐隐约约中看出了我的这种努力和心理。

所以，我想向母亲们呼吁：“就像考虑你们应该穿什么样的内衣那样，认真地思考一下，该如何调节好你们的感情吧。”

我曾经在前面讲到过，孩子的潜力不知道在什么时候就会爆发。因此，在孩子

的某些能力发育显得有些迟缓的时候，你也要经常拿出一种积极、乐观的心态。因为只有这样，孩子才不会丧失自信心，才会勇敢地面对这个世界，完成自己的发展。

可是，如果父母不善于调节自己的感情的话，不但不会帮助孩子树立起自信心，反而会使他们经常不断地向后退缩。因此，如果你不想阻碍孩子健康成长的话，从现在起就学习一下调节自己感情的方法吧。

[返回](#)

父母要善于和孩子进行协商

“如果这样做的话，不是会使孩子们养成不少坏毛病吗？”

我经常可以从前来找我咨询的母亲们那里听到这样的问题。不管是过去还是现在，如何去掉孩子们身上的坏毛病，一直是母亲们的一个共同关心的话题。

“如果就那样放任不管的话，他会长成一个浑身都是坏毛病的孩子”，

“如果以后他长成一个根本不听父母话的孩子该怎么办”，“如果就这样任其发展的话，今后他能很好地适应社会生活吗？”……

我们的母亲们不仅有以上种种对坏毛病的担心，而且还采取了实际的行动来防止这些坏毛病的发生。没有一个母亲在看到自己的孩子在墙上、家具上到处乱写乱画时会放任不管。在吃饭的时候，她们惟恐孩子把手伸到碗里，只要他稍有这样的企图，母亲马上就会伸手打他的手背，并用眼睛瞪他。

就这样，我们的母亲们患上了一种试图对孩子进行“训育”的强迫症。这是一种从古代就流传下来的老毛病。我们不是一直都有“严教出贵子”这样一种育儿传统吗？这种传统已经在无意识中深深地扎根于母亲们的脑海中。

同时，在韩国社会特别强调礼仪。但是，我却发现了很多这样的情况：父母在教育孩子礼仪的名义下扼杀了孩子的自然成长。有些事情对孩子来说明明是太严厉、太过分了，可是父母却说他们只是在做他们应该做的事。存在类似情况的另一个例子就是我们的近邻日本。他们那种“不给别人增添麻烦”的固有观念，几乎成了日本特色的代名词。但是，这种观念在抚育孩子的过程中是绝对不可以强加给孩子们。因为，对孩子们进行的强迫和惩罚，实在可以说是在幼年时期扼杀他们自我意识的“捷径”。因此，在今天的日本，母子之间存在的矛盾和问题已经发展成了一个严重的社会问题。

当然，从母亲的立场上讲，有时也很有纠正孩子一些行为的必要。因为幼年时节对孩子行为的纠正不仅仅是对孩子某个行为本身的纠正，同时还包含有使孩子“适应现实”这样一个课题。但是，父母决不能因此就动手打骂孩子。

我想对母亲们说：不要动不动就“训育”孩子，而是要和孩子进行协商。也就是说，要在孩子可以接受的范围内和孩子达成一定的妥协。

有一次，我和孩子一起去百货商店购物。本来，那天孩子已经和我说好只是出去转转，不买任何东西。可是，当他看到一套价格超过 10 万韩元（大约相当于人民币 700 元左右）的机器人玩具后，就开始缠着我，让我给他买。他一边对我说隔壁家的孩子已经买到了，为什么不给他买，一边热切地盯着我看。

当时我想，现在是到了要进行协商的时候了。孩子提出的协商方案是，“我想买”这么一个简单直接的要求。或许有母亲会问，这也能算什么协商方案吗？但是，

如果从孩子的角度上看，这表明他除了“我想买”这个要求以外，已经没有任何具有正当性的协商方案了。我提出的协商方案则是“太贵了，暂时不能买。”

在孩子的幼年时节，类似“我想买”这样的要求是形成其自我意识的一个组成部分。一般来说，我都会答应他们的要求。但是，当孩子长到五岁的时候，这个阶段就过去了。从这时候开始，孩子最基本的道德意识开始逐步形成，因此要在一定的范围内对孩子适用“做这些事情不行”这样的禁止性标准。当时，我已经感觉到，有必要教给孩子这样一个事实：即如果你不做任何努力的话，你就不可能得到你想要得到的东西。

既然双方都拿出了各自的协商方案，那么从现在开始就要试着达成妥协了。可是怎么对孩子讲比较好呢？

首先，我不想把孩子“我想要”的这种要求一笔抹杀，因此我必须找出一些可以缓解他这种要求的理由。

“买来玩儿当然很好，可是好归好，它的价格太贵了，你知道要花多少钱吗？”

孩子说不知道，我就把价格告诉了孩子，接着对他说：“景慕，爸爸挣来的钱，我们既要用来买米，也要用来买衣服穿呢。如果都用来给你买玩具，那么我们家就没饭吃了。没饭吃也没关系吗？”

“没有 10 万韩元，这些就都做不成了吗？”

孩子开始询问钱的价值了。因此，我就用孩子们可以理解的语言对他说明，“10 万韩元是非常大的一笔钱。”

孩子的脸上显得有些为难，这表示他已经开始有些理解了。过了一会儿他又问：

“那隔壁孩子的妈妈为什么给他买呢？”

“隔壁家可能比我们家富裕。另外，说不定那个玩具是他妈妈在他过生日的时候给他买的。你每年过生日和圣诞节的时候，不是也会收到很多好的礼物吗？”

“啊，那么如果现在要买的话，爸爸还要挣更多更多的钱呢。”

虽然感到有些遗憾，但是孩子的脸上已经出现了能够理解的神情。这就说明，双方可以协商了。但是在这种情况下，母亲千万不可以强硬地坚持自己的主张。因为，如果你这样做了的话，等到下一次需要和孩子进行协商的时候，孩子就有可能完全关闭和你进行对话的窗口。

“景慕，如果你想得到这个很贵很贵的礼物的话，你是不能什么也不做的。你知道吗，世界上是没有免费的东西的。你是不是也要做一件让妈妈喜欢的事情呢？”

当时，正在上幼儿园的景慕有一些很不好的习惯，比如在吃饭的时候会不由分说地把饭吐出来，会突然坚持不去幼儿园，使性子、撒泼耍赖等。于是，我就举出了其中的几个坏毛病，问他是不是可以改掉其中的一个。同时，我还对他说如果他完全改正的话，我可以花几个月的时间攒一笔钱为他买想要的新玩具。

在这种努力持续的过程中，我们家的孩子开始学会大量地问“为什么”。如果我对他们说明什么不可以的话，他们不会仅仅是“哎，嘻……”这样表示惋惜，而是要问“妈妈，为什么不行？”然后，就会认真地听我给他们进行解释和说明。

我也同样如此。如果想让孩子们做一些什么事情的话，我要向他们说明那样做的正当理由。比如当看到保姆在收拾房间，我就会对孩子们说：“干活的奶奶是不是非常累呀？你们这样到处乱扔玩具是不是给奶奶添了很多麻烦呢？另外，你们以后再想找它们出来玩儿的话，是不是也很不容易呢？”但是，在我向他们说明这些理由的时候，孩子也会提出他们自己的一套理由加以拒绝。

比如“现在我很困，过一会儿我会做的”，“现在我正在看一个很有意思的电影。电影完了以后我就做”等等。

孩子们一旦像这样提出了他们自己的理由之后，尽管它们很可能都是一些借口，但我还是会答应他们，然后看他们是否能履行自己的诺言。这样做不仅要比不由分说地训斥孩子效果好得多，同时还能使孩子学到不少东西。比如说，他们可以学到，在这个世界上，有些东西不管你如何期望都是得不到的这样一个道理；他们还会知道，如果你想得到什么东西的话，就必须做出相应的努力；他们在这样的过程中还会学会，在自己的意见和别人的意见发生冲突的时候，该如何加以适当地协调。

难道仅仅就是这些吗？为了提出一个妥当的协商方案，孩子们还得有逻辑性地思考其中的理由，还要学会通过话语把它们表达出来的方法。这样的话，不仅可以培养孩子们最基本的一些道德意识，还可以培养孩子们的思考能力等。而这些能力和母亲们所希望得到的高智商是密切相关的。

从这个方面看，我的小儿子经常会让感到吃惊。有时候，我甚至会开玩笑地把他称为“协商天才”。

我的小儿子非常喜欢和他的朋友们一块儿玩儿，和其中的一个孩子尤其要好。经常在那个孩子家玩到天黑才回家。

从那家孩子的角度看，在一起玩儿当然是一件非常愉快的事。可是，在那家母亲的眼里看来则未必如此。我也一直在为这个问题费神，心想在什么时候要去拜访一下这位母亲。没想到就在这个时候，对方打来了电话。我想终于找上门来了！可是，没想到对方的话音却非常明朗柔和。

“哎哟，你们家的孩子真是不简单，也没有谁去教他，就会很主动地给我们收拾房间。真是家教有方啊，大概是您在家里一直教育他这么做吧？”其实，关于那

家的事情，我一次都没有和小儿子交谈过。他是根据平时和我进行协商的经验自己形成了这样的认识：“如果我想要在这家玩的话，我就要讨这家妈妈的欢心”，然后就想出了自己的解决方案——为他家收拾房间。

所以，协商方法的目的，不是让父母们在每件事情上都要教孩子们应该怎么做，而是要让孩子去自己体会。当然，我的意思并不是说在所有的事情上都可以使用协商的方法。对于有些事情，不管孩子愿意不愿意、理解不理解，你都必须单方面地向孩子灌输应该怎样去做。比如说，不可以打人，不能偷盗等，这些必须遵守的常识就没有和孩子妥协的余地。为了使孩子将来能够在社会中生存下去，你就必须教给孩子们这些最基本的社会规范。

不久前，我偶然看到上小学三年级的大儿子正在网上浏览一些成人网站。我大吃一惊，一问才知道，原来在他的朋友中，有些孩子就经常光顾这些网站，所以他也想看看。

在这种情况下，父母是绝对不能妥协的。虽然你采用的是一种单方面下命令的形式，但是在这种时候，你必须坚决而严厉地告诉他应该怎么做，绝对不能有丝毫的犹豫。因为如果孩子看到你犹豫的态度后，你就会给孩子留有一线希望，以后他还会偷偷地进入这些网站，甚至沉迷于其中不能自拔。因此，你就必须从孩子的角度、用孩子的方式，态度分明地告诉他，那样做为什么不行。

“这些画面非常刺激，你看了以后整天都会想它们。那样的话，你就不能做其他的事情了。你认为这样好吗？”

“那么，我的朋友们为什么可以看呢？”

“这是他们父母的不对。他们的父母本来应该阻止他们的，却没有这样做。可是，在我们家这样做是绝对不允许的。如果你想在我们家生活，是不是就应该遵守我们家的规矩呢？”

这就是我所说的不能通过协商，而是必须通过单方面的教育让孩子懂得如何做的事情。这些事情中还包括：不能一个人去网吧，不能懒惰，不能不支付任何代价就想得到一件东西等。

但是，如果想让这些事情落到实处的话，在父母和孩子之间就必须建立起一种信任感。对于那些在父母的训斥下成长起来的孩子，当他们的父母试图将什么道理灌输给他时（就是当父母试图“训育”自己孩子的时候），他们只会把父母的话当成烦人的唠叨来听，从东耳朵进去，马上就会从西耳朵出来。当这些孩子长到十几岁的时候，他们就会成为对父母的话嗤之以鼻的“怪物”。

但是，对于那些平时就经常通过协商和父母达成妥协，并能经常感受到父母关爱的孩子来说，当父母单方面地强迫他们学习或遵守一些什么东西的时候，即使他们心里非常不满意，他们还是会想“我那样做确实是不对的”，从而听从父母的命令。

我经常对前来找我的父母们说这样的话：

“如果你采用‘训育’的方式教育孩子的话，你就会把和孩子从小建立起来的感情一点一点地消磨光。”

在抚育孩子的过程中，你要让孩子学这学那，你要送孩子上学，对他应该交什么样的朋友你也要过问。但是，如果从孩子的角度来看，你做的所有这些都是对他没完没了地控制和干涉。请问，又有几个孩子是因为自己喜欢而去学习的呢？

孩子长的越大，父母要单方面灌输给孩子东西就越多。这些东西大部分都是他们非常讨厌、非常不愿意遵守的。如果你希望你对孩子的这些“训育”能够正确地传达给他们，并让他们听从（即使他们对别人说的同样的话不屑一顾）的话，那你必须在孩子还很小的时候，就不断地倾听他们的声音，给予他们无微不至的关心和照料。这就是让你的孩子将来听从你的力量的源泉。

有时候，即使我动手打他们的屁股，我的孩子们也知道我打他们的理由。他们知道是他们自己做的不对，妈妈才打他们的，而决不会认为是因为母亲不爱他们。如果我不是不断地把他们拉到协商的圆桌旁，和他们进行了许许多多寻找折冲方案、谋求妥协的练习的话，我是不会有今天这样的收获的。

在孩子们想要得到什么的时候，在他们做了违背父母意志的行动的时候，请先把孩子的话认真、仔细地听完，然后试着和他进行协商吧。通过让孩子学会问“为什么”，就可以使孩子在心灵不受伤害的情况下，也能对你的处境和状况有所理解。反之，如果你只是使用单方面强迫或命令式的方法的话，孩子和你之间的距离就会越来越远。最终导致的严重结果是，在他们长到一定时期，要学习那些必须要学的东西时，他们却选择了逃避。

父母言行是孩子学习的样本

“妈妈，奶奶（指我们家雇佣的保姆大娘）今天不舒服，你去洗碗吧。妈妈不是比奶奶更年轻吗？你去做做也是没有关系的。”

有一天，我回到家里，刚刚打开玄关的门，正准备拖鞋进屋，我的大儿子景慕就跑到了我的面前对我这样说。我怀疑是不是自己的耳朵听错了，就又问了孩子一遍。

“妈妈，你难道还不知道吗？奶奶今天感冒了，你赶快去洗碗吧！”

站在我的身边，说这些话的孩子难道真的是我们家的那个景慕吗？就在昨天，他还叫嚷着不肯吃饭，急得保姆大娘出了一身的汗呢。

我正为孩子与平常不同的表现感到纳闷，保姆大娘走了过来，悄悄地拉住了我的手，把我拉到了没有别人在场的厨房，告诉我事情的来龙去脉。原来是这么一回事：因为患了感冒，保姆大娘抽空坐到一旁正在稍做休息。不想，这个情况被景慕看到了。于是，他就走了过来，拉着她的手向一个箱子走去。然后，他就拿出了我们家装有常备药品的医药箱，把它打开，并对保姆大娘一一地做了说明：“奶奶，这个是退烧药。这个是治咳嗽的药……”。

之后，景慕一整天都跟在她的屁股后面转，让她不要工作了，好好休息，等等。刚开始，保姆大娘还以为他又要耍什么鬼。可是，当看到孩子脸上那种发自内心的真挚而急切的表情时，她被感动得流下了泪来。

我之所以对景慕那天的表现感到吃惊，是有自己的道理的。从他很小的时候起，白天他就一直是由保姆大娘照顾的。可能正是因为这个原因，景慕对保姆大娘的反抗也显得尤其厉害。幸亏保姆大娘性格非常温柔、慈祥，照顾孩子的经验也非常丰富，景慕的种种“不端”行为才没能成为太大的问题。但是，当他该上幼儿园的时候却发生了这样一件事情：那天景慕特别挑食、不肯好好吃饭，突然又嚷着说嗓子干燥，要找水喝。

“水在冰箱里，自己去拿出来喝。”

这是他自己力所能及的事情，当然要让他自己去做。没想到孩子却大声尖叫了起来：

“讨厌，讨厌！为什么非要让我做？！奶奶去做不就行了吗？她来我们家就是做这些事情的！”

从一个刚刚才满五岁孩子的嘴里竟然说出这样的话来，而且说这话的孩子不是别人，正是我自己的大儿子！在那一瞬间，我的脑海里不由地闪过了许许多多的念头。

“是不是我教育孩子的方法出了问题？是不是因为我害怕孩子的心灵受到伤害而过分地纵容了孩子，什么事情都由着他的意思去做，结果却使他变成了一个没有礼貌的‘坏孩子’呢？”

我想我的孩子对他人之所以会产生如此严重的偏见，做母亲的态度一定给了他相当大的影响。我不由感到非常地后悔。

“即便如此，从现在开始，我也要把他纠正过来！”

我的头脑一下子清醒了许多，开始重新振作起精神，进入了对他进行说服教育的工作。

“你怎么可以这样对每天都照顾你的奶奶说话呢？奶奶的工作是多么不容易啊，难道你就没想到过要帮助帮助她吗？”

“不知道！”

看到连一点话都听不进去的孩子，我真是感到万分地焦急。孩子到了这个年龄已经在性格和其他的各个方面逐渐开始形成其特有的轮廓了。在这个时候才开始对他的行为加以纠正是不是太晚了呢？

可是，不论我如何斥责他、如何对他进行解释和说明，孩子的行为方式还是没有什么大的改观。我还和我的丈夫进行了严肃认真地商量，看就这件事情该怎么办。可还是找不出什么好的办法。越是这样，我越是对保姆大娘感到抱歉。保姆大娘可是像对待自己的亲孙子一样对待我们家景慕的啊。

我在一边努力纠正自己孩子行为的同时，一边想方设法地善待保姆大娘。就这样，到现在为止一晃两年多的时间过去了。现在，看到景慕的行为方式发生了如此巨大的变化，我确实感到非常吃惊。

所有的孩子，从他降生的那一刻起，无论是在生理方面、还是在心理方面，都好像是乘上了一条正在飞驰的高速快艇一样，每时每刻都在发生着惊人的变化。这是孩子们在他们的成长过程中表现出来的一个非常重要的特点。因此，在大人们的眼里，孩子们就常常显得变化无常。比如说，平时非常听话的孩子，有时会突然变得不可理喻、使起性子来，或者其行为方式一下子会变得非常自私、只顾自己不顾别人。这并不奇怪，他们正是通过这样一个过程在他们所生活的这个世界上寻找自我、认识到自我的存在的。对孩子在这一成长过程中表现出来的种种行为，父母不能强行加以“纠正”，孩子也是不会听他们的话的。

尽管如此，从母亲的立场上来看，也不能完全袖手旁观、无所作为，由着孩子的性子来。因此，我想对那些焦急万分的母亲们建议：

“还是先让你自己成为孩子学习的榜样吧。”

如果你想纠正孩子们的一些不好的行为方式的话，你不必马上就付诸行动，而是需要花上一定的时间，用你自己的行动去告诉他们，应该怎么做才是正确的。让孩子们在你旁边看你是如何行动的。这件事本身对他们来说就是一个很好的学习过程。

有许多母亲一边对自己的孩子说“不能对保姆没有礼貌”，可是一边却对保姆大娘做着没有礼貌的行动；一边教育自己孩子不要和别的孩子吵架，一边却抓着电话筒对邻居大叫大嚷。

我的孩子之所以会“一下子”变得对保姆大娘那么好，一方面是因为随着他的成长发育，具备了一定程度的较为成熟的思考能力；更重要的则是因为我们夫妇用自己的行为给他做出了榜样。

当然，从前我们对保姆大娘也是非常热情、非常尊重的，但是，自从孩子对保姆大娘的态度开始变得恶劣以后，我们在对待保姆大娘的问题上就更加注意了，想方设法使她不要产生其他一些不好的想法。如果她生了病，我们会买药给她；如果家里做了什么好吃的东西，我们会当着孩子的面让她先品尝。

我不知道我的这种说法是不是显得有些陈腐，但是孩子的确是通过观察父母的具体行为来学习如何待人接物和为人处世的。这是一个永远不变的真理。父母对孩子的命令和呵斥不仅不会起到应有的效果，反而使他们学会了父母对他们的说话态度和方式。母亲们的每一个具体行动都是孩子们学习的样本。

请不要试图对孩子进行控制，而是要承认“经常变化”是孩子们所具有的一种特性，这是他们在走向成熟的过程中必然要经过的一段历程。相反，你应该考虑这样的问题：“我今天是不是作为孩子们的榜样好好地生活了”？要知道即使是现在，孩子们已经在注视着你是如何行动的了。

请千万不要忘记这样一个事实：“呈现出来”的力量要比想象的大。

[返回](#)

父母要学会做孩子的平行线

作为一名儿童心理科的医生，我遇到过许许多多的孩子。尽管如此，每天早上一开诊所的门，看到刚刚跨进门槛的孩子，我还是会感到特别地新奇。每天清晨我都会猜想：“今天又会有些什么样的孩子来找我治疗呢？”心里祈盼着：“今天来的孩子病情可千万不要太严重啊！……”在一个星期一的早晨，第一个前来找我接受治疗的患者是一名刚刚才满三周岁的小绅士。这位满脸都带着调皮劲的孩子一进门，就发动了他全部的好奇心，在诊所里面到处转圈，一会摸摸这个，一会摸摸那个。

“你就不能安静一点吗？”

孩子的母亲伸手把孩子的手拿开，并对他大声呵斥道。

可是，孩子好像还没有过够瘾似的，坐在椅子上时而伸伸手，时而动动脚。

“哎哟，大夫啊，孩子老是这个样子。他从来就没有好好听过我一次话。真让人头痛啊。”

如果借用这位母亲所说的一句话来形容这个孩子的话，就是：你让他做什么，他就绝对不做什么；相反，你不让他做什么，他就偏偏要去做什么；好像故意和你顶着干。你的眼睛从他身上哪怕只离开一会，他就马上会弄出许多事情来；是一个彻头彻尾的“调皮蛋”。

这位母亲一边向我诉苦，一边问我，是不是因为孩子在性格上存在什么问题，才会变成这样？

我先把孩子和他的母亲带到了游戏室。孩子刚一进门，就拿起了一把玩具枪，开始用它使劲地敲起地板来。

“你能不能给我放下！”

孩子的母亲厉声呵斥道。

如果从游戏室的外边观察的话，你就会发现，里面的情形真可以说是一塌糊涂。不过，当你再仔细地观察的时候，你还会发现，和孩子相比，母亲显得更加激动。只要孩子稍稍有什么举动的话，这位母亲马上就会紧张了起来。打一个（对这位母亲）非常抱歉的比喻，这位母亲的样子看起来简直就像一只牧羊犬。

当他们母子俩从游戏室里出来的时候，脸上的神情形成了鲜明的对照。母亲就好像刚刚爬过一次山一样，额头上布满了细密的汗珠；可是孩子却和进去的时候没什么太大的差别，还是那么活蹦乱跳的。在询问了各种问题以后，我向他们开出了我的处方。

“做母亲的需要改变一下自己的生活态度。”

这位母亲听到我说的话以后，突然把眼睛睁得大大的，好像不相信自己的耳朵似的。她向我反问到：“我是因为孩子有问题才来找您进行检查和治疗的，现在您怎么反倒要让我改变生活态度了呢？”

我心里说：“好嘛，又开始了。”

在好不容易才使这位母亲镇静下来以后，我向她说明：“孩子不存在太大的问题，如果母亲能够稍稍有所改变的话，孩子的问题很快就能得到解决。”可是这位母亲对我的话根本就听不进去。结果，这位母亲向我说，如果以后有问题的话还会再来找我的，然后就拉起孩子的手，急匆匆地走掉了。

请设想一下，在你和孩子之间发生冲突时的情形吧。这时，你为什么会因为孩子而感到费劲吃力呢？直率地说，这主要是因为孩子没有像父母们所“期望”的那样成长。与其说是孩子存在什么问题，还不如说，问题在于父母对孩子们抱有的“期望”并不符合他们的实际。

在这种时候，父母们通常都会说：“我都快要给他急疯了”。在我还没有正式开始儿童心理学的学习以前，自己的情况也同样如此。那时，我常常是这样想：我忍受了那么大的痛苦，从肚子里面把他生出来，可是在他稍稍长大一点以后，竟然就敢不听我的话了！每当这时，我就会又急又气，使出各种各样的方法，试图让他按照我的意愿行动。我会好言好语地哄他、苦口婆心地劝他，当“软”的办法行不通的时候，我还会大声地训斥他，使用“硬”的办法。可是，不论我如何费劲心机，情况还是没有丝毫的好转。而我自己却早已累的筋疲力尽，仿佛只剩下一个空空的躯壳。每当犯这种错误的以后，我就会想：是不是有一些我不知道的其他因素，在孩子身上起作用呢。于是我就要把事情的整个来龙去脉、相关的各种情况都要仔细检查、回想一遍。

在你想尽了各种各样的方法，可孩子还是不听你话的时候，原因肯定不仅仅是因为孩子不好，而一定是会有其他的一些原因在起作用的。那么，这些原因到底是什么呢？

在对儿童进行心理治疗的过程中，我逐渐悟到这样一个道理：“孩子是一种可以随时做出让你意想不到的行动的一种客观存在。”

对于那些还处于生长过程中的孩子们来说，无论母亲多么注意，他们还是会经常地生病、不舒服。他们会经常感冒、经常摔倒、经常被碰伤……。诸如此类的事情简直就像是家常便饭一样。为什么会这样呢？这是因为孩子们的免疫系统和其他各种生理机能的发育还没有完成，所以他们抵御疾病的能力就比较低下。

在心理上的发育上也是同样的道理。在孩子们的自我意识正在逐步发育、形成的幼儿时期，无论父母费多大的力气试图使孩子按照自己的意志行事，他们都是绝对不会给以配合的。因为在这一时期，孩子们具有这样一种本能：即通过和他们生

活的这个世界进行各种直接的接触，来经历和体验各种各样的事情。有时候，这些行为在父母的眼里看来就显得非常的古怪、反常，从而就会对孩子进行惩罚。但是，因为孩子们的这种行为完全是出于一种本能，所以父母对他们的干涉就注定是不会起到什么太大的作用的。

我也是在经过了很长一段时间、并经受了无数次感情上的痛苦和纠葛之后，才逐渐达到这样的认识的。在这之前，每当孩子熟睡的时候，我都会静静地凝视着他的小脸，脑海里幻想着不论我让他做什么样的事情，他都会非常乖巧、听话地去做。可是，在他醒来以后，他对我经常说的话却是：“讨厌，讨厌，讨厌！我讨厌这么做！”每当这时，我甚至都会产生“干脆把他重新放回到肚子里算了”这样偏激的想法。就这样一晃好几年就过去了。和孩子在一起的这段时间真的可以说是一种“痛苦的忍耐期”啊。

我当时的这种心境，既可以成为一种“即使坚持到最后，也决不放弃对孩子应尽的责任”，这样一种促使自己去尽到做母亲职责的原动力，也可以变成一种毁掉良好母子关系的毒素。

为了去掉这种心境的“毒素”成分，而只作为一种热爱孩子的积极力量留存下来，做母亲的首先必须从“我和孩子是一种共生关系”这样一种幻想中解脱出来。同时，你还要从内心深处真正地醒悟到，孩子并不是一种你可以在远距离随意操纵的被动的存在。

首先，母亲们一定要认真仔细地去体会和了解孩子们的内心世界。你要认真地检查一下孩子的种种想法和行为，是否和他所处的年龄相适合。不过，当你真正要这么做的时候，你常常会发现事情并不像你想象的那么容易。

就拿我家的情况来说吧，我的大儿子景慕从很小的时候起就特别不好哄。可是，尤其是让人头痛的是，一到了周末，他的行为就会更加变本加厉，缠着好不容易才等到周末、需要回家喘口气、休息一下的我哭闹不止。看着这个一点都不为母亲着想、又哭又闹的孩子，我常常气不打一处来。还不仅如此呢。到了周末，学校明明给孩子们留了不少家庭作业，可是他却把我督促他学习的话当成了耳旁风，找出各种各样的理由进行推脱。每次看到这样的情形，我甚至都会感到，这个孩子真是特别的“讨厌”，可是又没有其他什么办法可想，只能不停地摇头。

不过，每当我离开家，重新回到医院，开始从事一天的工作的时候，看到诊室里有那么多的孩子在等着我、需要我为他们进行治疗，我的这种不良情绪就会有所减轻。这时我就感到特别地庆幸，因为我周围的环境自动地纠正了我已经超出“合理控制线”的不良情绪。

因此，我想向母亲们建议：你一定要有一个属于自己的空间，一定要有一个可以把你从对孩子过分的关注和投入中解脱出来的另外一个世界。但是，这并不是说要让你疏远自己的孩子，回避“育儿”的责任。而是说你不应该把你自己和孩子的关系搞成一团死水，要让自己不停地流动起来。如果想要做到这一点的话，你就需要寻找出一些可以使你“流动”起来的“活力素”。这些“活力素”可以是写

写文章、也可以是参加志愿者活动等等。无论这些活动的内容和形式是什么，只有当你找到了真正适合自己的这些“活力素”以后，你才能够缓和因为抚育孩子引起的各种痛苦和矛盾。只有这样，你才能够重新微笑起来，并从中获得可以正确看待自己孩子的力量。

我想拿一位我比较熟悉的母亲举一个例子。因为家庭的经济条件所限，这位母亲只能进入一所3年制的专科大学学习，并且好不容易才毕了业。之后，她马上就结婚了。她的婚姻是我们通常所说的那种“门不当，户不对”的婚姻。她的丈夫是国内一所著名大学的毕业生，在一家世界闻名的大型企业任职，能力非常优秀、出众，因此他在公司里的地位总在不断地上升。她的公公婆婆在社会上也有一定的地位和相当的影响力，活动能力不亚于一般的年轻人。

她的丈夫是在不顾自己父母竭力反对的情况下和她结婚的。结婚以后，她就把工作辞掉了，整天坐在家里，成了一名专职的家庭主妇。不久，她就怀孕并生下了一个男孩。她认为自己是一个“没有任何能力和专长的女人”，所以就把自己全部身心都投入到了孩子的身上。

她下定决心，一定要把自己的孩子培养成一个非常优秀、非常聪明的孩子。正是因为她的这种“强迫症”心理作怪，在每件事情上，她都要对孩子进行控制和监督。因为受不了母亲的这种“压迫”，孩子逐渐患上了偷母亲钱包里的钱、偷家里东西的一种被称为“偷窃癖”的心理疾病。

其实，在这对母子前来找我接受检查和治疗的时候，真正应该接受治疗的是这位母亲而不是孩子。然而，即使在事情已经发展到了如此严重地步的时候，这位母亲还是不能放弃她对孩子的那种“偏执”的态度。

在抚养孩子的过程中所发生的种种问题，在许多情况下，其原因与其是说在孩子们的身上，还不如说在母亲们的身上更合适。如果站在孩子们的角度上看，他们的很多行为其实都是理所当然的。可是，由于母亲们对孩子们的“偏执”和无知，一旦孩子们的行为不像她们所期望的那样，在她们看来就有必要对孩子进行某种程度的纠正和改变了。

为了能够正确地理解孩子、也为了使母亲们的生活变得更加幸福，从现在开始，你就要学会做孩子们的一条平行线。如果你能从现在的立场上稍稍后退一步的话，你就会慢慢地看到、逐渐地理解你以前所不曾看到和理解不了的孩子们的内心世界了。俗语不是说：“退一步海阔天空”吗？

[返回](#)

为了孩子鼓起勇气把酒戒掉

有些做父亲的只要一喝酒，就会对家庭的其他成员恶语相加、甚至施以暴力。当别人告诉他们，你妻子和孩子正因为你的这种行为遭受巨大的痛苦时，他们中的大多数人却会说“我没有酒精上瘾”，坚决否认自己问题的严重性。酒精上瘾不是一种通过劝说就可以治好的疾病，它不仅需要上瘾者本人有坚定的意志，还需要进行专门的治疗，因此要戒除酒毒是非常困难的。可能正是因为这个原因，大多数的家庭都放弃了这方面的努力，家庭也逐渐走向了解体。

那么，怎样断定自己的丈夫是否已经酒精上瘾了呢？一般来说，如果你的丈夫每天都要喝酒，或者尽管并非如此，但是他已经因为喝酒给自己的家庭带来了巨大的经济上的损失，可是每周平均还要喝3次以上的话，那么你的丈夫很可能已经到了“酒精上瘾”、甚至是到了“酒精滥用”的地步。如果你直接出面劝他进行戒酒治疗，很可能引起他的反弹，招来他的怨恨，所以，你最好还是通过你婆婆家的长辈、或是通过你丈夫的兄弟们对他进行帮助。只有当整个家族都积极行动起来，努力帮助他戒酒并进行专门的戒酒治疗的时候，这个问题才有可能得到解决。

如果丈夫除了酒精问题以外，还存在着另外一些心理上的问题，那么不论是妻子还是孩子，都会遭受巨大的痛苦。

现在有不少做父亲的因为从事股票投机或者因为“电脑中毒”（电脑上瘾）对自己的家庭不管不顾，从而诱发了许多社会问题。特别是那些从事股票投机的父亲，以为家庭挣钱的名义，根本认识不到自己对股票投机的沉迷，实际上是一种精神上的“中毒”（上瘾）行为，不论在精神上还是在物质上，已经给家庭造成了巨大的损失。

我们是为了家庭的幸福才去挣钱的，而现在一些做父亲的为了挣钱竟然牺牲了自己的家庭，这难道不是一件非常荒唐的事情吗？我经常接触到那些因为股票投机而导致家庭破裂、孩子患上心理疾病的具体事例。在这些事例中，如果没有股票这个东西，整个家庭本来是可以非常幸福地生活下去的。这些家庭悲剧性的解体真使人感到无比地痛心和惋惜。我想，要解决这个问题，首先要在整个社会的层面上加大对公民宣传的力度。对于沉湎于此的那些父亲，无论他的妻子对他如何进行劝说，除了吵架以外，往往毫无效果。在这种情况下，通过家庭以外的人对丈夫进行规劝就是非常必需的了。

当丈夫患有心理上的疾病的时候，如何劝说他接受心理咨询和心理治疗也是一件非常重要但也非常棘手的事情。经常会有这样的事例：某个家庭是为了孩子的问题前来找我接受治疗的，可是结果却发现孩子的父亲存在的问题更加严重，这时就得很好地说服他们，让父亲和孩子一起接受治疗。这样，孩子的问题就会比较容易得到解决，整个家庭也可以重新幸福地生活在一起了。

对于许多夫妇，当我劝说他们不仅仅是为了他们自己，更重要的是为了他们的孩子接受治疗的时候，他们通常都会予以积极的配合，更加努力地接受治疗。每当这时，我就会深深地感受到，为人父母这么一个简单的事实，就可以使一个平凡的

人变得伟大而坚强。

如果孩子的父亲患有心理上的疾病，整个家庭正为此感到痛苦，那么就请鼓起勇气，设法使他进行这方面的治疗吧。

[返回](#)

是谁把孩子变成了“电视迷”

对于孩子整天听收音机、看电视这个问题，首先需要明确的是，要根据孩子不同的年龄段，对他们采用不同的方法。孩子越小，这方面的问题越大。特别是对于那些还不满两周岁的孩子，如果他们整天埋头于听收音机、看电视，就一定要对他们加以阻止。不明白这一事实的母亲们常常容易掉进商人们设下的陷阱，为孩子们买下大量的各种各样的所谓“教育性”录像带让他们看。也有许多母亲对孩子整天看电视、沉迷于其中的现象不闻不问、视而不见。因此，母亲们首先需要自我审视一下，是不是因为她们自己的原因，才把孩子变成了一个“电视迷”或“收音机迷”。现在，让我们从孩子的角度上来看一下这个问题吧。孩子们为什么会整天埋头于听收音机、看电视呢？

首先，这是因为收音机和电视节目很有意思。在这些节目中，不仅有五颜六色的各种色彩，还有快速的动作，各种各样的声音。所有的这些都会刺激孩子们本能的好奇心。也就是说，听收音机、看电视非常符合孩子们的心理特性。

同时，正是因为孩子们感到有趣，所以就更容易“成瘾”。孩子一旦“成瘾”就非常难以戒绝了。

那么，孩子们整天地听收音机、看电视又会引起一些什么样的问题呢？

首先，这样做会使孩子们形成一种对在日常生活中必须要经历的一些事情，不做任何努力，只是消极被动地加以应对的坏毛病。最终还会对他以后的学习方式，甚至对他成人以后在我们这个社会的生存方式产生影响。也就是说，不论是在学习，还是在其他各个方面，孩子都会形成一种以消极被动的态度去面对的行为模式。在孩子还小的时候，如果他没有学会成为一个积极能动的主体，而是成为一个被动的客体的话，等他长大以后，再想使他发生转变就非常地困难了。

第二，在这种状态下，如果对孩子们采取不闻不问的态度，孩子们对电视和收音机就会形成更大的依赖。从而还有可能引起孩子大脑发育上的问题。在临床实践中已经出现了一些这样的病例——整天沉迷于听收音机、看电视的孩子，负责交流思想、进行社交的那部分大脑机能出现了问题。特别是从孩子出生到2周岁之前的这一时期，负责孩子社交能力的这部分大脑机能会得到飞速的发育。但是，在这一时期，如果孩子整天都是在听收音机、看电视，那么当他开始说话的时候，就不会运用日常生活中经常使用的一些词汇，说的全都是电视和收音机节目中演员们说的话，就像我们照着语法书一板一眼地念里面的内容一样。

同时，因为他们经常生活在电视节目这种非现实的空间里，所以就很难处理好现实生活中的人与人之间的关系。孩子处理人际关系的能力，只有在他认识到自己和别人是两个完全不同的存在，并且感觉到这两个不同的存在，在接触的过程中能够产生一种发自内心的喜悦的时候，才能够得到很好的发展。对于那些整天埋头于电视或收音机节目的孩子们来说，他们很难形成这样的认识和感觉。他们常常把和别人的接触和交往，看成是一种不得已而为之的义务，从而也就会在社交能力的发育上产生出许许多多的问题和障碍。

问题还不仅仅是这些！与此同时，孩子的独立思维能力（这对于学习是非常重要的）也会有所下降。所谓的“独立思维能力”，指的是将从外部接收到的刺激“内部化”，并对之做出自己独有的解释能力。当孩子们只是沉迷于自我世界、对外来的刺激只是被动地接受的时候，他们独立思维能力的下降也是理所当然的事情了。这些孩子可以非常熟练地把各种数字都背诵下来，但是如果让他们按照正的顺序或反的顺序进行数数就显得无能为力了。也就是说，只要碰到要求一定的思维能力问题的时候，他们就会显露出其局限性。

第三，因为电视或收音机具有在短时间内“即兴式”地大量播出各种内容不同节目的特点，所以就会导致孩子们在读书的时候，运用并展开自己想象的能力有所降低。在美国做的一个实验表明，对于中产阶级家庭的孩子，如果他们经常性地收看电视节目的话，那么在他们语言能力发育的过程中，其阅读能力会有明显的下降。

读书对孩子们之所以重要，就是因为通过读书可以培养孩子们的抽象思维能力。也就是说，孩子在读书的过程中会慢慢地形成推理以及想象的能力。然而，对于那些整天埋头于电视或收音机节目的孩子们来说，读书就显得非常沉闷、没有意思，从而就会对读书形成一种排斥感。在这种情况下，你又怎能期待培养孩子的抽象思维能力呢？

另外，整天埋头于电视或收音机节目，不仅会导致孩子们产生以上这些心理上的问题，还可能导致孩子们产生“肥胖症”这样的生理问题。和儿童肥胖症相关的许多原因，大都源于孩子们整天坐在那里看电视或收音机节目这样的生活习惯。

总之，整天地埋头于电视或收音机节目，会对孩子们的整体发育产生不良的影响。当然，我并不是说要完全禁绝孩子们看电视或听收音机。因为孩子们之间的许多话题都是和电视或收音机节目有关的。如果你的孩子在这方面连一点知识都没有，就很容易遭到其他孩子的嘲笑。因此，我建议要有选择地让孩子们看一些电视节目，或者把电视上的儿童节目录下来放给他们看。

说了这么多，到底应该怎么做呢？

我在前面已经讲到，首先可以让孩子们看一些专门的儿童节目或教育节目，但是每天看电视的时间最好不要超过一个半小时。如果内容不涉及暴力，你也可以让你的孩子看一些漫画，但是一定要选择那些为孩子喜欢的、可以刺激他想象力的、或者是能够感动人的漫画。

我经常和我的孩子一起看电视节目中的新闻或记录片。在这种时候，我和我的孩子经常就我们所看到的新闻进行对话，孩子如果对其中的某些内容不理解，我还要认真回答他提出的问题。我把看电视当作一种教育手段加以灵活应用。

不过，如果孩子已经到了没有电视或收音机就好像没法活下去地步的时候，你就一定要对孩子进行一定的“制裁”。同时，请努力尝试用一些方法，不给孩子看电视的机会，并经常带他到户外去活动。

与其无条件地禁止孩子看电视，还不如想一些其他的可以替代的方案。也就是说，你可以用一些比看电视、听收音机更有意思的事情，给他以新鲜的刺激。比如，你可以带孩子去儿童乐园、带他去游泳场，或是带他去看电影，等等。

你可以对孩子说个善意的谎言，告诉他电视机坏了，或者干脆把它封存起来，从一开始就不让孩子对电视节目产生好奇心。这样做最少要持续一个月以上的时间才会见效。

我总认为，对于孩子们来说，像电视机这类所谓的“文明利器”，是没有什么太大的作用的。但是，这并不是说，要把所有的这些东西都从孩子们身边清除掉（这是不可能、而且也是不现实的）。因此，父母们就需要具有这样的知识和智慧，即当你的孩子还没有完全沉迷于这些“文明利器”的时候，就要事先想出一些明智有效的方法，把它们当作一种教育的手段和工具，加以充分而灵活的应用。

[返回](#)

何时开始教孩子写字比较好

最近，从孩子很小的时候起，就开始教他们读书、写字、计算，已经成了一种非常流行的趋势。和过去相比，如今在我们生活的这个社会，各种竞争日趋激烈，因此要求人们不断地提高自己的知识水平，拥有更高的智慧。在这种社会现实中，父母在孩子还小的时候，就为如何培养并提高他们的智力而殚精竭虑，也是理所当然的事。

那么，学习能力和智力真正的含义到底是什么呢？难道仅仅就是简单地读书、写字和数数吗？我想答案显然是否定的。真正应该得到重视的是如何使孩子们对新知识和新事物产生兴趣、并有能力使它们为我所用。同时，还要培养他们富有逻辑性、创意性的思维能力。可是，许多父母往往忽视了这一点。

对于学龄前的孩子们来说，他们的思维方式虽然主要是非逻辑性的，但他们在构建自身幻想空间等需要丰富想象力和创造力的方面却远远超过了大人们。这一阶段的孩子对事物做出自己特有解释的能力非常突出，他们可以非常敏锐地指出，大人们所忽视了的某些部分。所以，我非常怀疑，那些让处于这一时期的孩子们死记硬背一些枯燥的文字和数字的早期教育法，到底能有什么样的效果。

我经历过这样一件非常有趣的事情：我大儿子景慕5周岁的时候，幼儿园的老师们就开始教孩子们认数了。回家以后，他就开始到处乱写乱画。当我看到他“2”字写反了的时候，我就告诉他，正确的应该怎么写，没想到孩子却说：“妈妈，可是我更喜欢鸭子的样子呀。”也就是说，孩子把“2”想象成鸭子的样子了。

实际上，对于刚满5周岁的孩子来说，数字“2”到底代表什么意思并不重要。相反，他们能把这个数字，和在不久前观察到的鸭子的形象联想起来，进行非常有意思的想象的能力倒更为重要。如果你一味强迫他们正确地背诵、书写这些枯燥无味的数字，他们当然会感到非常厌烦。如果父母不明白这个道理，通过训斥甚至惩罚的方法硬要教给他们这些“知识”，他们很可能就会因此对学习完全失去兴趣。

“我们家的孩子非常喜欢写字和数数。没有人强迫他，他自己就愿意去学。”

我们经常可以听到一些母亲，以一种夸耀的口气、得意洋洋地向周围的人说这样一些很可能会让你感到垂头丧气的话（如果你的孩子在这方面做的并不是很好），然而，这时我反而会担心：孩子在非常幼小的时候就对文字和数字产生了“超常”的兴趣，很可能是因为他们患上了“自闭症”类型的某种心理疾病。

对于这样的一些孩子，他们为了得到母亲的爱和关心，即使他们在做这些事情的时候感到非常吃力，他们还是会欣然采取为妈妈所喜欢的这种方式，努力认真地去背诵、去记忆……。可是，在很多时候，母亲却会误认为孩子这么做完全是因为他们自己喜欢。同时，她们还很有可能认为，当孩子这么做的时候，一定比较轻松和容易的（当然这可能只是母亲一厢情愿的错觉）。于是，她们就会不断加大孩子们的学习强度。结果，到了一定程度以后，孩子们一看到学习方面的“刺激”，就会感到是一种沉重的负担。当他们进入学校，正式开始学习的时候，在遇到比较

难一些的学习内容的时候，很可能会轻易地放弃。

当然，如果是因为自己的孩子在智力方面确实比别的孩子低下，或者是因为他存在学习方面的障碍，当他长到一定的年龄时，学习能力还是非常低下时，父母就需要找专家去寻求他们的帮助了。如果孩子还不到6周岁，并且也没有其他明显的发育问题，只是对父母给予的学习方面的刺激不感兴趣，父母就没必要过于着急和担心。相反，父母们要尽可能地经常和自己的孩子在一起，就他们所感兴趣的事情和他们进行对话和交流，使孩子们能够展示出他们自身的想法和思维逻辑。做父母的对这件事情要从内心感到兴趣，并给孩子们以积极的支持和引导。

学习能力指的并不是死记硬背一些单词和数字的能力，而是能够进行独立思考的能力。如果站在这个角度上看问题的话，我认为在孩子们上小学的前一年开始教他们认字就可以了。当然，如果你的孩子在比这更早的时期，在没有大人强迫的情况下，自己自然而然、心甘情愿地学认字的话，那也没有阻止他们的必要。也就是说，如果孩子对某件事情表现出非常多的好奇和关心，同时又具备了一定的思考能力的话，大人们在不过于着急、拔苗助长的前提下，是可以慢慢地教孩子们学习一些东西的。

总之，如果你认为只有多读书，头脑才会聪明、学习才会好，然后就在这种思想的支配下，从很早的时候起开始教孩子们学习这方面的知识，是非常没有必要的。因为孩子们越是幼小，你教他们读书、认字需要投入的时间和精力就越多，效果也越差。

在前面的章节我已经提到过，我的大儿子是在临上小学的两个月前才开始学习认字的。即便如此，他学的也不比别的孩子差，非常顺利就进入了小学。如果我从他还很小的时候起，就强迫他学习写字、数数的话，恐怕是收不到这么好的效果的。

相反，因为幼儿园的老师在孩子还很小的时候就开始教认字了，所以我的小子当时好像感到特别吃力，让我非常担心。可是，因为别的孩子都在学，也不好让他一个人不学。同时，在我们家附近又没有一个可以不教孩子们识字的幼儿园；所以尽管他有时又哭又闹，我也没有其他好的办法可想，只能随机应变了。

如果你现在已经开始教你的孩子识字了，那么就请认真地想一想：孩子开始学习的时期是不是有些早，你的做法是不是就像让连走路都不会的孩子学习骑自行车一样呢？

[返回](#)

应如何对待孩子对性的关心

性本能是人类延续自己种族的存续而不可或缺的一个极为重要的因素。孩子刚刚出生的时候，所关心的事都集中到了吃的上面，这也是一种本能的行为。但是，在孩子成长的过程中，他们逐渐开始从自己的生殖器官中感受到了乐趣（这种乐趣就如同孩子在吃奶以后产生的满足感一样）。有时，母亲为他们换尿布的时候，手会不经意地碰到他们的生殖器官，这时，他们也能感觉到某种程度的快感。

大体上说，孩子长到两周岁左右，就会用手摸弄自己的生殖器官，把它当作一种玩具来玩。同抚摩身体的其他部位相比，抚摩这一部位会让孩子感到一种特别的快感。有的男孩子在玩弄自己的生殖器官时甚至还会勃起。在这种时候，父母千万不能手足无措，而是要安慰孩子说“没关系，只要你耐心地等一下，它就会没事的”，使孩子们安下心来。

孩子们除了在生理方面感到快感之外，还伴随着一个心理上的性发育过程。如果认真仔细地进行一番研究，我们会发现，这种心理上的性发育大概主要包括以下三个方面的内容：第一，能够确切地区分出我到底是一个男孩还是一个女孩的“性别认同”（Gender Identity）。第二，能够针对某种具体的情况，以一个男性或女性的身份做出适当行动的“性别角色”（Gender Role）。第三，能够决定可以取得性快感之对象的“性取向”（Sexual Orientation）。孩子这三个方面的发育对他正常的性发育和性成熟都是绝不可少的。

孩子的“性别认同”（Gender Identity），一般从他出生后第 18 个月就开始发育了，等他长到 2-3 周岁的时候，他就大体上可以朦朦胧胧地认识到，自己是属于男性群体还是女性群体。以这一认识为基础，他就会模仿周围的男性或女性。孩子这方面的发育，是通过一种无意识的学习过程和生物学上的因素、在父母毫不知情的情况下发生的。

因此，孩子们从很小的时候起就对“性”产生兴趣，是一种非常自然的现象。如果父母对孩子的这种行为过分地压制，很可能对孩子以后正常的性发育产生负面影响。

令人遗憾的是，由于传统文化的影响，我们现在所处的社会氛围，仍然把通过较为直截了当的形式表达自己的“性本能”视为一种禁忌。因此，大多数父母在看到自己的孩子进行性方面的游戏时都感到非常担心。实际上，在这种时候，你不仅不必过分担心，还要坦然地接受这一非常自然的事实，把它当作一个可以使孩子完成其正常、健康的性发育的教育机会加以利用。

但是，如果你的孩子玩弄生殖器官已经到了非常严重的程度，你就必须在孩子不会感到心理不安的限度内，对他们适当地加以“制裁”。在不久的将来，孩子就会成为我们这个社会的一分子，所以他要在一定的程度上学会抑制自己的性本能，而用其他更为合适的形式表现出来。

这时，一般来说，只要你非常小心地把孩子的关注点转移到其他的方面，或者

先告诉他“经常玩弄小鸡鸡会非常痛的”，再对他加以一种轻微的抑制，就会比较容易地把孩子的注意力转向其他方面。

但是，如果孩子身上发生了什么心理上的问题，或是由于成长的环境过于恶劣，除了玩弄自己的生殖器官以外，从外界再也找不到其他有意思的事情可做，那么有的孩子就会过分沉迷于这种性器官的游戏之中。在比较严重的情况下，他们还会发展到进行自慰的程度。

由于职业的关系，我也能经常接触到这样的孩子。他们除了进行自慰之外，再也没有其他可以使他们感兴趣的事情了。这种情况真是让人感到既可怜又痛心。每当这时，我的心情就会特别地沉重。我在想：“同龄的其他孩子对每一件事情都是那么好奇，玩的是那么痛快，表情是那么幸福；可是这些孩子为什么就只关注这么一件事，而对其他的事物都漠不关心呢？”

如果父母能从真正关心自己孩子的角度出发，认真地观察一下孩子们的活的话，他们大概就会发现：那些需要照顾自己弟弟妹妹的孩子；那些和父母分开生活、在爷爷奶奶家长大的孩子；还有因为其他各种原因，同样在接受父母关爱方面发生了问题的孩子，常常会有短暂的自慰行为。当这些孩子所处的环境有所改善以后，他们很快就会恢复正常。

如果孩子身上存在着严重的心理问题，专门的医学治疗就有介入的必要了，这时，你最好还是要找这方面的专家对孩子进行治疗。当孩子的自慰行为只是暂时性的时候，父母可以采取把他们带到外边去散心，或者让他们玩他们特别喜欢的其他一些游戏和活动这样的方法来转移他们的注意力。一般来说，这样做都是非常行之有效的。当孩子独自一人进入房间、留在那里的话，父母一定要注意，把那个房间的门打开，不给他进行自慰的机会。不过，你必须切记：如果你过分地训斥甚至殴打孩子，试图通过这样的办法来阻止孩子进行自慰，其效果常常和你的期望适得其反。因为这样做，会使孩子在心理上感到更加的不安和焦虑，从而就会更加经常地进行自慰。

[返回](#)