

超详细的
100条
育儿策略

细节养育

6种能力培养适应未来的孩子



[日]
加藤纪子
著

贾耀平
译

长居日本亚马逊
家庭教育畅销榜

原版出版一年
热销**15**万册

中信出版集团

超详细的
100条
育儿策略



细节养育

6种能力培养适应未来的孩子



[日]
加藤纪子
著

贾耀平
译

长居日本亚马逊
家庭教育畅销榜
原版出版一年
热销**15**万册

中信出版集团

细节养育：**6**种能力培养适应未来的孩子

作者：（日）加藤纪子

译者：贾耀平

出版社：中信出版社

出版时间：2022-10

ISBN：978-7-5217-4551-1

前言 精选的“最适合孩子的育儿策略”

在养育一双儿女的过程中，我在President Family、ReseMom、Diamond Online等多家媒体撰写了各种与教育相关的文章，组织和策划过与教育相关的活动。

我采访过很多在各行各业成绩斐然的人士和他们的家人，以及学校、兴趣班的老师和学生，接触过从事一线教育研究工作的大学老师们，并有幸深入教育一线探访，获得了最新的教育信息。

包括我在内，现在与教育相关的人都有一种共同的感受——**现在的父母已经被过剩的育儿信息淹没了。**

互联网上充斥着大量的基于个人经验的成功案例或个人建议，书刊及教育类网络媒体也常常打出“某某家的秘诀”“某某妈妈的智慧”等宣传口号作为噱头。

这些以前只能从亲戚、邻居家打听到的信息，乘着互联网的东风，从全国各地甚至全世界蜂拥而至，充满了我们的眼睛和耳朵，想“不过剩”都很难。

■ 应对时代变化的“新的育儿教科书”

日本2020年春天开始实施的新版小学学习指导要领中加入了“非认知能力”（无法测试的能力）要素。这一要素主要是指创造力、表现力及主体性等。

对于现在的孩子来说，未来的时代更加重视 **“自主提出问题，与人**

合作，思考对策，解决问题”，而不是“写出问题的正确答案”。因此，作为前者能力基础的非认知能力就尤为重要。

按照这个要求，以学校为主的学习方式就会逐渐多样化。

为了顺应这一时代要求，本书的内容将以“掌握未来世界必需的能力”为核心进行阐述。

■ 从规模庞大的研究成果中挑选的最有用的信息

“如何才能保留每个孩子与生俱来的优良品质，让每个孩子个性化地成长？”面对这一课题，以心理学、教育学、精神医学、脑科学等为首的各个学术领域都有多方面的研究成果。

这些前人积累的大量研究成果对于苦恼孩子教育，为孩子成长问题而焦虑不安的父母们，无疑是一种值得信赖的指南针。

然而，在这些成果中，即便是广为人知的理论也并不适合每一个孩子，甚至有些新的研究结果会颠覆我们的传统观念。

令人遗憾的是，现在社会上培养孩子的信息复杂冗繁，常常难以分辨。有些信息是站在孩子的角度，为孩子着想的；有些信息却居高临下，昭示了大人的权威，却忽略了孩子的感受，妨碍了孩子的健康成长。很多父母在忙碌的工作之余还要发愁：**“自己要为孩子做些什么呢？”**能不能来个人帮帮这些父母，把有关孩子教育的信息整理一下呢？

我不是教育专家，也不是天才妈妈，但我真心想为普通的家长们整理一下有用的教育信息，让他们一听就懂、一学就会。

于是，我就写了这本书。

■ “三个可以”原则，可轻松阅读的实用育儿策略

本书严格挑选出实用的100条育儿策略，从提升沟通力、自我肯定感、创造力为代表的非认知能力到家庭学习、做游戏、训练、读书、吃饭、运动、睡眠，关于孩子的大部分问题都能找到对策。

特别是针对“**孩子应该采取什么行动？**”，以及“**父母或周围的大人怎么做才能让孩子自主做出这些行动？**”的问题，本书给出了具体对策，总结了能马上用于实践的小技巧。

请各位爸爸妈妈按照以下“三个可以”原则，轻轻松松地阅读本书。

无论从哪一节开始读都可以

阅读本书时不必从前往后读。从自己喜欢的章节开始读，或者翻看目录，只看自己有兴趣的章节，无论哪种读法都可以。

只实践一部分内容也可以

本书介绍的内容没必要全部都进行实践。如果你的孩子正处于叛逆期，你想改变一下教育方法，或者你发现孩子比较焦虑，想尝试着和孩子沟通沟通，那么根据孩子的具体情况，挑选其中一个策略稍微尝试一下，孩子就可能有所改变。

没有立刻看到效果也可以

在培养和教育孩子上不存在什么万能魔法。每个孩子在不同时期都有不同的表现，即便是本书介绍的策略也不一定完全有针对性。不过不用着急，爸爸妈妈们可以参考一下其他内容，尝试一下其他的策略，慢慢地坚持下去，相信会有所收获。

如果你施展浑身解数，孩子还是没有丝毫改变，何不换个角度想

想：“我的孩子原来这么难对付，真是小看他了。”

■ **以3岁至小学六年级的学生为中心，适用时间长**

本书主要针对的是可以与他人对话沟通的3岁到小学六年级左右的孩子，也适用于初中以上的孩子。

我家两个孩子已经上高中了。我自己一边写着本书一边还后悔不已：“以前要是知道这些东西该多好啊。”不过，其中不少方法用在我的孩子身上，竟也意外地很有效果。

所以，现在用上也来得及。希望本书能被更多的爸爸妈妈和接触孩子的人看到，若能有所助力，我会感到无比的高兴。

愿这本书能给天下养育孩子的爸爸妈妈们带来更多的快乐、轻松和幸福。

第1章 培养沟通力 让孩子尽早沉浸于“语言的海洋”

01 来一场对话——在提问和辩论中磨炼孩子的思考力

美国智库之一布鲁金斯学会及美国纽约科学院等教育机构都认为21世纪最重要的技能就是“**对话能力**”。

人们通过对话，利用自己的优势，相互之间查漏补缺，取长补短，激发灵感和创意。这也是未来时代的要求。

以谷歌和星巴克的创始人代表，**极富创业精神的犹太人**以“**好辩**”著称。其原因之一就是他们奉为圭臬的律法集《塔木德》。

《塔木德》中罗列了不同领导者对律法条文的不同注释，犹太人又对这些注释反复展开多方面深层次且无止境的辩论。这样的对话形式让犹太人可以掌握**多角度的思维方式和批判性的思辨能力**。

在President Family 2017年秋季刊上刊登的对173名日本东京大学学生的调查问卷结果表明：有九成学生的父母会**利用吃饭、接送上下学等时间认真进行亲子对话**。看来，家人之间的对话也有助于学习能力的提升。

如何培养孩子的“对话能力”？

欢迎访问：电子书学习和下载网站 (<https://www.shgis.com>)

文档名称：《细节养育》（日）加藤纪子, 贾耀平 著.pdf

请登录 <https://shgis.com/post/2746.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

