真希望我父母读过这本书

替你读完整本书，只留下 2 件非知道不可的事

把书读薄 编

liugeixiang.com

第1节 · 亲子教养的传承

你吼他 有多少是旧回声

> 你**吼他**的时候，有多少是他在惹你，
> 有多少是你小时候被吼的**回声**？
> 分清楚，你就不会把账**算在他头上**。

NOTE

孩子的行为会触发你过去的创伤。你发飙的对象可能不是孩子，是你童年那个没人管的自己。破裂不可怕，修复才关键。

第2节 · 孩子的成长环境

冷战比离婚更毁孩子

离婚不毁孩子，天天冷战才毁。孩子怕的不是你们分开，是你们在一起的时候比分开还冷。

NOTE

家庭结构不重要，相处方式才重要。父母关系质量是孩子成长的土壤。