

跟着流行家教故事 聆听专家倾情教诲

我最想听的 幸福妈妈课

一本针对
中国千万父母
教育孩子的
故事指南!

黄微◎著

新浪育儿网、摇篮网特邀专家 黄微

最新
力作

《知心姐姐》杂志主编 祝薇

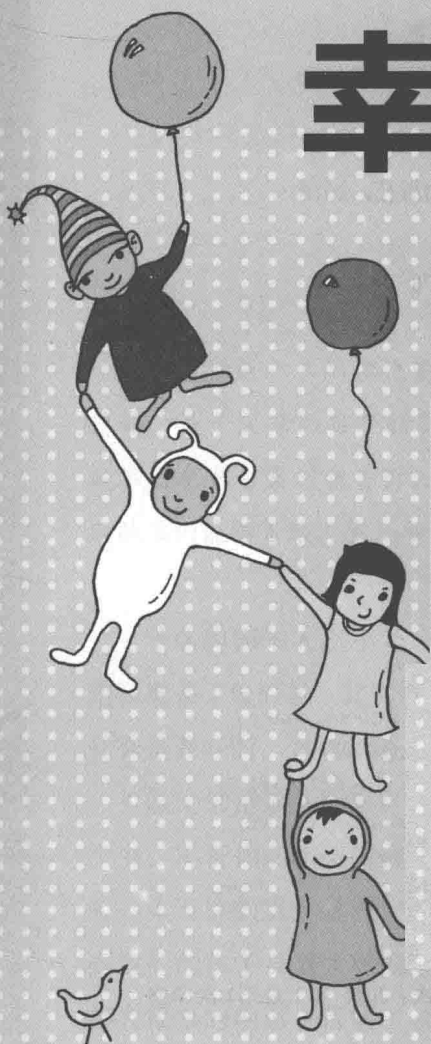
鼎力
推荐

清华大学出版社



我最想听的 幸福妈妈课

黄微◎著



清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书作者将自己多年的家庭教育感悟、孩子成长实践与专业常见的案例相结合展现给家长朋友们,让年轻的父母们能在别人的成功和失败中得到启示,引发思考,轻松应对家庭教育中的苦恼。用这些小小故事,展现家庭教育的大智慧,指导众多家长教育孩子健康成长。作者用淡淡的文字,讲述着发生在每一个家庭身边的事情,用简单的文字解释看似浅显的道理。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

我最想听的幸福妈妈课/黄微著. —北京:清华大学出版社, 2016
ISBN 978-7-302-42624-0

I. ①我… II. ①黄… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 312059 号

责任编辑:杨静华

封面设计:刘超

版式设计:刘晓阳

责任校对:马军令

责任印制:杨艳

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编:100084

社总机:010-62770175 邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者:三河市吉祥印务有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:170mm×230mm 印 张:27.75

字 数:365 千字

版 次:2016 年 1 月第 1 版

印 次:2016 年 1 月第 1 次印刷

印 数:1~3000

定 价:49.80 元

产品编号:058649-01

前言

本书不是一本阅读快餐，也不是一本理论书籍，而是一本发生在大家身边的，关于父母和孩子的案例集。在教育孩子的路上，我们每天都在思考。我不祈求本书案例能告诉大家所要思考问题的答案，只希望这众多成功和失败的案例能够带给大家一些启示。

著名美裔华人赵小兰，多次在各种场合感谢她的父母，她说，他们早就给我准备了最好的。其实，中国所有传统的父母都希望能给孩子最好的。但是，什么是最好的，怎样才是最好，让很多家长感到困惑。

做父母是项非常艰巨和复杂的任务，不管你事先做了多少准备，看了多少书，不管你多么充满自信，成长中的孩子仍然会经常让你抓狂。世界上没有一本万能的育儿圣经，每个孩子也是各有各的不同，别人的成功经验移植到我们的孩子身上，可能效果就不是那么好。我们都是第一次做父母，我们有很多的困惑、苦恼、教训和经验，但是，我们几乎没有机会再有一个孩子来纠正我们曾经的失误。

我们一直说，教育是家庭教育、学校教育、社会教育三方面终生的组合。在现在的中国教育体制下，学校教育似乎过于追求智力教育和知识的传

授，忽略了孩子的心理健康、成长环境等因素，而这些因素与孩子的成功和快乐是息息相关的。孩子的品质、心理素质、性格、情商等更要靠家庭教育来塑造。

很多父母花费巨大的金钱和精力为孩子选择好的学校，因为好的学校能为孩子提供更多的教学资源、更好的校园文化、更高的师资水平以及更完善的教学设备等。但是，我们的孩子还是会出现各种问题。越是好的学校，学生承受的各种压力也就越大。由于我国的教育资源分配并不平均，好的学校受到大家的追捧，班级人数相对较多。经验证明，班级人数越少，老师才能更有针对性地、客观地面对每一个学生，学生接受教育的效果就越好。

孩子的苦恼让父母无奈，关于教育体制的探讨也一波又一波。但是，学校教育有自己的评判体系和目标，当我们无力改变这个评判体系和目标时，家庭教育将起到至关重要的作用，以填补学校教育无力顾及的空隙。

教育孩子是父母不能放弃的责任。

但是，在现实中，很多父母并没有意识到这一点。在孩子的成长过程中，家长经常会面对一些非常无奈的状况：孩子学习不好、厌学、没有好的习惯等。大部分的家长都希望孩子能走上传统的成才之路，希望孩子能有好成绩、好习惯和好未来，面对不如意的孩子，家长常常会把希望寄托在别人身上，到处打听哪个学校好，哪个老师棒，然后想尽办法把孩子硬塞进去。

我曾经在一个地方铁路子弟学校见到一个现象，家长纷纷把学习成绩不太理想的孩子转到一个位于农村的，号称军事化管理的封闭式教学的学校，据说这个管理严格的学校能帮助孩子心无旁骛，大幅度地提高成绩。家长希望通过高额的学费和学校的口碑给孩子带来巨大的改变，但是一年以后，这些孩子中 90% 以上还是老样子。

还有很多家长没有精力和信心教育好孩子，于是他们选择了另外的方式。这些孩子被托管在老师家中，由老师负责孩子的生活和学习。



父母对学校和老师精挑细选，渴望孩子能享受到比较好的教育，但是，很多经验证明，让别人替代自己去教育孩子，对孩子和大人都是非常艰辛和痛苦的选择，最后的结果可能是鸡飞蛋打。事实上，当老师、学校、家长和学生能充分互动，学生受到最大关注的时候，教育的效果最好，学生也可以得到有针对性的教育。然而，很多时候，我们无法对老师和学校提出要求。但是家庭教育能为孩子提供的就是一对一的，有针对性的教育，父母就是孩子最好的老师。

父母对孩子的影响足以渗透孩子的一生。很多时候，孩子就是家长的影子，对孩子的教育几乎就是家长的选择以及家长智慧的体现。因此，好的父母胜过好的学校。

心理学家认为，一个人成年以后的性格和命运都与童年的生活状况息息相关。在孩子童年时，父母对待孩子的态度往往会影响他们的一生。但是，年轻的父母经常面临着困惑，不知道该如何对待性格迥异的孩子。

随时更新调整自己的教育理念，才能把孩子培养成心智健康、品学兼优的人才。教育是要持之以恒的，是一项陪伴着爱心、决心、耐心，时刻都在进行的系统工程。所以，教育孩子首先要从家长的自我学习开始。

家庭教育具有实践性和细微性的特点，是在孩子的日常生活中一点一滴地进行的。现代教育认为：良好的家庭教育由五个元素构成——现代的教育观念、科学的教育方法、健康的教育心理、良好的生活方式、平等和谐的亲子关系。归根结底，家庭教育主要有三个作用：环境影响、性格的养成以及能力的培养。

教育在很多时候是顺应社会发展的，不同时代背景下会导致教育的某个侧重点不同。为此，中国曾经出现过一波又一波的教育潮流，比如，曾经影响了很多人的“学好数理化，走遍天下都不怕”；后来出现的“潜能教育”，认为所有的孩子都有可能成为神童，年轻的爸爸妈妈害怕自己的孩子输在起跑线上，主张教育要趁早；还有在新的教育风潮下的“快乐教

育”，让无数父母感到困惑。我曾经见过许多妈妈，她们不知道到底该给孩子一个什么样的童年。培养孩子的爱好，参加兴趣班，是不是就不能给孩子一个快乐、无拘无束、没有压力的童年？

对于家长来说，在教育孩子的过程中，有很多现实的问题需要面对，这些问题包括来自家庭的，来自孩子的，来自父母的等。

生活是一条单行线，没办法回头重新去走。对孩子的教育也是一样，当父母发现自己走了弯路，想回头时，可能孩子和父母都要付出很大的代价。

其实，不管在什么样的社会条件下，不管什么样的教育理论，环境对一个孩子性格和能力的影响永远都存在，而性格和能力也是决定孩子未来是否快乐、是否幸福的重要因素。

现在的家长对孩子教育的困惑主要集中在以下几个方面：该给孩子什么样的成长环境，怎样培养孩子的性格，以及应该给孩子怎样的教育。对于孩子的教育，很多时候就是细节的把握。例如，该怎样表扬孩子？要表扬孩子的什么？怎样才不会过度表扬？需要批评孩子时，怎么批评才最有效果？怎样同孩子沟通？该给孩子一个什么样的家庭环境等。

长久以来，我一直在搜集家庭教育中成功和失败的案例，关注家庭背景以及这样家庭教育下的孩子，关注孩子们的心理变化，关注他们的经验和教训。每个孩子都是独特的，不是所有的成功都可以复制。但是，没有无缘无故的成功，也没有无缘无故的失败。我希望不管在什么样的教育背景和教育理念下，我们都可以借鉴别人成功和失败的案例，至少不再犯相同的错误。因此，我把我看到的成功和失败的体会、感受以及思索整理出来，同大家一起探讨、分享。

这些案例基本包括了家庭教育中的常见问题，我们一起在成功和失败的案例中寻找最有效的教育方式。希望大家在看过本书后能感觉到，做个好妈妈，其实很容易。

目 录

第一部分 好孩子需要好环境

第1课 该给孩子怎样的家庭环境 / 3

- 一、为自己离婚还是为孩子凑合 / 4
- 二、父母的婚姻不仅会对孩子童年造成影响 / 6
- 三、不和谐的家庭气氛伤害孩子 / 8
- 四、化解婚姻危机对孩子的伤害 / 10

第2课 良好的亲子关系什么样 / 12

- 一、自由和规矩缺一不可 / 13
- 二、严父慈母VS严母慈父 / 14
- 三、三点帮你建立良好亲子关系 / 18

第3课 爸爸妈妈的爱不能像母鸡 / 27

- 一、爱孩子不仅是保护孩子 / 28
- 二、爸爸妈妈也要培训上岗 / 30
- 三、父母该给孩子怎样的爱 / 31

第4课 妈妈的魔棒很神奇 / 38

- 一、妈妈的心态决定孩子的状态 / 39
- 二、妈妈的性格影响孩子的性格 / 40
- 三、妈妈的行为左右孩子的行为 / 42
- 四、父母该怎样正确影响孩子 / 46

第5课 照顾孩子的人很重要 / 49

- 一、脾气大的保姆和大脾气的孩子 / 50
- 二、父亲的作用不能被母亲替代 / 55
- 三、挑选保姆的几个关键 / 56
- 四、同保姆相处的几个细节 / 61

第二部分 家庭教育养育好孩子

第6课 让亲子沟通无障碍 / 65

- 一、为何与孩子沟通难 / 66
- 二、你说的话孩子能听懂吗 / 69
- 三、你能听懂孩子的话吗 / 73
- 四、有效亲子沟通的三个秘诀 / 77

第7课 穷养孩子VS富养孩子 / 84

- 一、过多的物质会害孩子 / 85
- 二、富养的孩子少有学习好 / 87
- 三、孩子到底要穷养还是富养 / 91

第8课 应试教育和素质教育的是与非 / 95

- 一、中式教育和西式教育的差异 / 96



二、给要出国的孩子的建议 / 104

三、家长关注弥补教育的缺憾 / 113

第 9 课 不以成绩论成功 / 125

一、最好的孩子是第十名 / 126

二、以什么来衡量成功 / 130

三、什么能帮助孩子成功 / 133

第 10 课 民主的妈妈也要有威信 / 136

一、民主教育是把双刃剑 / 137

二、教会孩子正确认识权威 / 141

三、六招营造良好家庭氛围 / 145

第 11 课 快乐教育不是不教育 / 150

一、孩子需要适合的早期教育 / 151

二、孩子需要正确的早期教育 / 157

三、早期教育要重点关注的五个方面 / 160

第 12 课 包容对待孩子的错误 / 171

一、孩子是在犯错中成长 / 172

二、不可以原谅的错误有哪些 / 177

三、对待孩子错误的六个原则 / 180

第 13 课 影响孩子一生的好习惯 / 185

一、好习惯影响孩子的一生 / 186

二、好习惯需要从小培养 / 189

三、十个需要培养的好习惯 / 193

第三部分 好性格才能有好人生

第 14 课 立规矩使孩子懂行动界限 / 203

- 一、有个性不是没规矩 / 204
- 二、批评也是一种爱 / 207
- 三、怎样立规矩更有效 / 210

第 15 课 “你真棒” 不可以随便说 / 220

- 一、鼓励是成长的加油站 / 221
- 二、仅有鼓励还不够 / 224
- 三、怎样让夸奖更有效 / 229

第 16 课 父母的宽容让孩子更自信 / 239

- 一、父母严格的孩子苦恼多 / 240
- 二、卢刚事件的启示 / 244
- 三、掌握对待孩子的几个原则 / 248

第 17 课 情商比智商更重要 / 254

- 一、情商低，苦恼多，成功少 / 255
- 二、情商要从小培养 / 258
- 三、决定情商的若干因素 / 261

第 18 课 让孩子吃点苦更好 / 271

- 一、是什么让孩子脆弱 / 272
- 二、挫折教育不必刻意创造 / 276
- 三、几个要点提升受挫指数 / 280



第 19 课 被欺负时，忍让还是还击 / 283

- 一、为什么孩子会被欺负 / 284
- 二、家长的应对策略 / 288
- 三、孩子应该懂得的处事规则 / 298

第 20 课 轻松应对小磨蹭的花招 / 304

- 一、找找孩子磨蹭的原因 / 305
- 二、家长五戒减少磨蹭 / 310
- 三、妙施魔法应对小磨蹭 / 314

第 21 课 要做孩子坏脾气的消防员 / 317

- 一、没有天生倔强的孩子 / 318
- 二、听话的乖孩子烦恼多 / 323
- 三、什么原因让孩子发脾气 / 326
- 四、对付脾气的几个原则 / 329

第四部分 高能力成就好前途

第 22 课 给成功赋予力量 / 339

- 一、榜样的力量是无穷的 / 340
- 二、成功源于目标的选择 / 342
- 三、孟母三迁的现实意义 / 344
- 四、确立目标要遵守的原则 / 349

第 23 课 独立是一种能力 / 356

- 一、谁该对孩子的一生负责 / 357
- 二、过分的照顾造就啃老族 / 359
- 三、独立能力也需要培养 / 362

第 24 课 动手劳动改变小马虎 / 365

- 一、动手少的孩子易马虎 / 366
- 二、动手少的优秀生走不远 / 370
- 三、减少马虎的三个关键 / 372

第 25 课 让孩子做自己的保护神 / 377

- 一、万般呵护不如孩子的自我保护 / 378
- 二、家长常犯的错误 / 381
- 三、让孩子知道几个危险场景 / 383

第 26 课 成功人生需要提前规划 / 387

- 一、让孩子的人生不绕远 / 388
- 二、科学规划源自了解 / 390
- 三、孩子的未来规划需要帮助 / 394

第 27 课 想象力比知识更重要 / 399

- 一、想象力成就未来 / 400
- 二、小心呵护孩子的想象力 / 403
- 三、几个关键培养想象力 / 409

第 28 课 巴菲特要从小培养 / 413

- 一、财商决定“钱途” / 414
- 二、看外国妈妈怎样培养财商 / 419
- 三、财商培养的几个关键 / 422

第一部分

好孩子需要好环境

如果儿童生活在批评的环境中，他就学会指责；
如果儿童生活在敌意的环境中，他就学会打架；
如果儿童生活在嘲笑的环境中，他就学会难为情；
如果儿童生活在羞辱的环境中，他就学会内疚；
如果儿童生活在忍受的环境中，他就学会忍耐；
如果儿童生活在鼓励的环境中，他就学会自信；
如果儿童生活在赞扬的环境中，他就学会提高自己的身价；
如果儿童生活在公平的环境中，他就学会正义；
如果儿童生活在安全的环境中，他就学会信任他人；
如果儿童生活在赞许的环境中，他就学会自爱；
如果儿童生活在互相承认和友好的环境中，他就学会在这个世界上寻找爱。

——心理学家诺尔蒂

孩子就是环境的产物。

教育从来都是在点点滴滴中悄无声息地渗透进行的，从某种程度上说，孩子就是环境的产物，家庭环境、学校环境、社会环境等都会对一个人产生深远的影响。西方有一句谚语：环境比遗传更重要。在儿童时期，家庭环境对孩子的影响是最重要的。孩子出生后，他的全部世界就是他周围的这个小小空间，这个空间由他经常接触的最亲近的人组成，他在这个空间里成长发育，像海绵一样吸取着这个空间环境所能给他的一切。

美国著名心理学家罗杰斯认为，幼儿感受到的东西就是他们能接触到的现实，现实最后演变为经验，儿童渐渐学会从经验中产生自我。在同别人的接触中，他会反复应用那些与他的经验相符的，排斥同他的经验相悖的东西。

儿童时期是决定人一生成长的最关键时期。如何为孩子创造一个美好而健康的生活环境，将是需要我们研究，也要完成的功课。孩子的成长环境包括家庭环境、看护人等各方面。



第 1 课

该给孩子怎样的家庭环境

他们是我的希望，
让我有继续的力量；
他们是未来的希望，所有的孩子都一样。

——李宗盛

一、为自己离婚还是为孩子凑合



现在的家庭结构比以前要脆弱很多，父母面临的诱惑也比以前多，家庭似乎随时都会受到各种因素的侵扰。面对困境，大多数的家庭里，母亲和孩子就是弱者。

通常来说，孩子小的时候对家庭的氛围和变化会更敏感。一个不和谐的家庭环境对孩子的性格影响是非常大的，孩子都有一种自我保护的心理，在不安全的环境中，会把自己包裹起来，使自己适应这个环境，以免受到更大的伤害。而这种自我保护，会对他们的性格造成终生的影响，也决定他们以后的生活。所以，很多父母面对孩子时非常痛苦，他们不知道是应该给孩子一个完整的家庭，还是应该给自己一个正常的生活。

孩子使婚姻变得难以选择。其实，不管大人怎么处理自己的关系，身为父母的角色并不会因为婚姻的改变而受到任何影响，只要认真做好父母，不管是离还是不离，都可以把对孩子的伤害降低到最小。

桥桥是个聪明伶俐的五岁男孩。他同妈妈一起生活，他的爸爸在国外留学。桥桥很想爸爸。小时候，妈妈带他出去玩，他看到别的孩子有爸爸陪伴，都会呆呆地看上好久。如果爸爸从国外回来休假，桥桥一定会要求爸爸带他去楼下玩，然后桥桥会非常骄傲地向每个小伙伴介绍：“这是我爸爸。”那几天，桥桥一定要等到院子里再也看不到一个人时才回家。他要让所有的人都知道，他也是有爸爸爱他的。

桥桥的爸爸终于结束学习回来了，但是，人回来了，心却没回来。桥桥的妈妈敏感地发现了丈夫的变化，从此，家里就开始了争吵、谈判、泪水、