

0~5岁幼儿家长的育儿指南

千绘妈妈的 育儿手记

徐奕著



上海科学普及出版社

0~5岁幼儿家长的育儿指南

徐奕著

千绘妈妈的 育儿手记



上海科学普及出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

千绘妈妈的育儿手记:0~5岁幼儿家长的育儿指南/
徐奕著. —上海:上海科学普及出版社,2009.2
ISBN 978-7-5427-4180-6

I. 千... II. 徐... III. 婴幼儿—哺育 IV. TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 211975 号

责任编辑:吕 岷
美术编辑:赵 斌
责任出版:葛乃文
绘 图:(日)久保智子

书 名: 千绘妈妈的育儿手记

0~5岁幼儿家长的育儿指南

出版发行:上海科学普及出版社

地 址:上海市中山北路 832 号

邮政编码:200070

网 址:<http://www.pspsh.com>

印 刷:上海中华印刷有限公司

规 格:890mm×1240mm 32 开

印 张:6.75

字 数:140000

版 次:2009 年 2 月第 1 版 2009 年 2 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-5427-4180-6

定 价:12.80 元

本书如有缺页,错装或坏损等严重问题
请向出版社联系调换



内容提要



为人父母的生活里，流行着这样一句话，叫做：“当什么长都不如家长难当。”可见，育儿一事关系到多少人家的喜怒哀乐。每个父母，从孩子出生的那一刻起，伴随着惊喜而来的，就是没有尽头的烦恼。如何爱孩子？什么样的爱才是孩子最需要的？除了爱孩子，还需要爱自己吗？这些问题就像一场持久的母爱之战，无时无刻不围绕在我们的现实生活中。本书将从思索篇——边走边想，生活篇——绘声绘色，实战篇——美厨妈咪，阅读篇——亲子故事四个角度，真实描绘一个妈妈在育儿生活中的摸索历程，和大家一起分享育儿生活中的幸福快乐，并打造一种积极乐观的主妇生活。





序



来自孩子的馈赠

五月母亲节那天，我的孩子千绘从书包里拿出一件礼物递到我的面前，那是一个粉红色的小相框，里面还放着一张千绘小时候的照片。千绘仰着笑盈盈的小脸，看着我说：“妈妈，这是给你的礼物。”我把相框接过来，看了又看。其实在我的心里，千绘自从出生以来，送给我的又何止这一件礼物呢。

亲爱的孩子，就让我来细数一下你对我的馈赠。

你送我一个美丽的梦想：亲爱的孩子，你知道吗？当你住在我温暖却又漆黑的肚子里时，我每天就在猜想，你会是个男孩还是女孩呢？你长得什么模样，像爸爸还是像妈妈？可我想得最多的还是你的将来。你的将来会是一个什么样子？你要有一个快乐的童年，一个不断进取和思考的少年，一个神采飞扬的青年，还要有一个睿智与成熟的成年。孩子，你知道吗？你的到来，让妈妈的生命重新焕发了光彩，妈妈不再是一个平凡普通的女人，只能默默无闻地走完自己的一生。妈妈的人生因为有你又重新铺展开来，并伸向了另外一条宽广的大道。

你送我一段童年的路程：亲爱的孩子，你知道吗？当你的小手牵着我，穿过你发现的秘密小路，你为我拾起落了满地的



桂花花瓣，指给我看一个蜕去了的知了壳。我觉得那是我的童年，再一次跨越时光隧道回到了我的身边。我们在夜里一起依偎着看一本图画书，你让我给你讲里面的故事，而我在尘世之间摸爬滚打了多年的心，又一次被美丽的故事、纯洁的感情涤荡得清澈和透明。孩子，你知道吗？这些全是你送给我的、谁也无法用金钱去买回来的瑰宝。

你送我一双神奇的眼睛，你送我一颗感恩的心灵：亲爱的孩子，你知道吗？你在白天惊喜地发现了白色的月亮，我却在你的眼睛里发现了我已经丢失了很久很久的想像力。你说看完魔法书，你就会有一双懂得魔法的眼睛，我却有幸不劳而获地分享了你的魔法。你曾经毫不吝啬地送给我无数赞美：“妈妈，你做的饭最好吃，谢谢你！”“妈妈，是你把我的衣服洗得这么香的吗？谢谢你！”你也从来不吝惜把它们送给周围一切和我们有关的人。尽管是我教会了你“谢谢”两个字，你却把它们幻化成一朵七彩的鲜花，让它们在各个角落里开放。

你还送给了我探求的欲望和思考的力量：我的孩子，如果没有你，我不会重新反思人的一生所要经历的道路，也不会想到要跟你一起解决成长过程中遇到的问题。我看着你一天一天





序



地长大，你也催我一天一天地成长。

亲爱的孩子，你知道吗？在这陪伴你的一千多个日子里，妈妈失去了一些东西，但是妈妈不后悔，因为相对失去，妈妈又获得了更多无法替代的宝贝。妈妈曾经是一个不谙家务的懒妈妈，你的到来让妈妈学会了做饭，懂得了一些医学知识；妈妈曾经是一个看见小虫之类的小东西就吓得哇哇大叫的胆小鬼，你的到来让妈妈变得勇敢又坚强；妈妈曾经是一个既没有运动细胞又没有审美感觉的大笨蛋，你的到来让妈妈健壮了体魄又发挥了潜在的艺术能力。呵呵！

因为你，妈妈认识了许许多多没有见过面却同样有一颗慈爱之心的叔叔阿姨，他们关注着你的成长，也和妈妈一起探讨所有和你同龄的孩子的喜怒哀乐。有了你，有了这些默默支持妈妈的新浪亲子中心的朋友们，有了上海科学普及出版社的老师，有了一直在为我们奉献的亲人们，妈妈才有了勇气，决定把你带给我的一切——快乐、烦恼、思考和摸索统统都拿出来，和更多的妈妈更多的孩子一起分享，一起体会一同成长的乐趣。

亲爱的孩子，这些都是你送给妈妈最好最珍贵的礼物啊！

妈 妈

二〇〇六年岁末





目录



序

来自孩子的馈赠

思索篇

边走边想

与纸尿裤自然告别的经历 / 4

有话说话 / 7

育儿过程中的粗生活细教养 / 11

我们家的平民育儿观 / 15

快乐和玩具无关 / 21

幼儿园是个什么样的地方 / 24

你拿什么心态对待你的孩子 / 27

对待群体中的孩子，我们看什么 / 31

来自老师的第一次批评 / 35

打架的规则 / 38

妈妈第一，我第二 / 41

透过兴趣班的背后 / 44

音乐是用来享受的 / 49

直白一颗感恩之心 / 52





反思亲子之间的对话 / 55

左手育儿右脑思考 / 59

当好一个母亲的“三颗心” / 63

亲子厨房，我们的快乐大本营 / 67

小女阅读二三事 / 70

生活篇

绘声绘色

我家的夫妻“二人三脚”育儿事 / 76

等着你长大 / 79

完成一道名叫拥抱的作业 / 82

时光的小妖 / 85

自己睡觉的孩子 / 88

爱上劳动的女孩 / 91

小小文化人 / 94

梦想的翅膀 / 97

妈妈，你为什么要生气 / 100

我要帮你做…… / 103

你看，你看，我的眼泪在打转 / 106





目录



水样的女孩，你不要哭泣 / 110

你的温柔感动了谁 / 113

将亲子阅读进行到底 / 116

精致妈妈尽情当 / 119

站在厨房看见的风景 / 122

被孩子唤醒的少女情怀 / 126

每个孩子都是小豆豆 / 129

在故事的时光隧道里穿行 / 132

实践篇

美厨妈咪

面面俱到——从辅食开始的面食生活 / 138

飘过四季的牛奶香 / 141

跟偏食说 byebye / 144

爱心满溢下午茶 / 147

亲子打造情人节巧克力 / 150

春光烂漫通心面 / 153

清凉一夏说冰品 / 155

清凉爽口沙拉 / 158





爱上你的苦 / 161

以维他命的名义 / 164

阅读篇

亲子故事

关在车厢里的蒲公英 / 168

妈妈河和小助河 / 171

出乎意料的悲伤 / 174

小助的远方 / 177

小助的失败冒险 / 180

月亮的自画像 / 183

思思不来了 / 187

父亲节的家庭帮忙券 / 190

用自己的方法长大 / 193

打给女孩子的电话 / 196

当花盆开满汽球似的花 / 199

结束语







思索篇 边走边想



与纸尿裤自然告别的经历

千绘出生九个月左右，我就独自在国外担负起养育她的重任。也许是我偷懒吧，再加上国外的观念与国内有所不同，我一直没有开始对她进行大小便的训练。有时候跟国内的朋友聊天，说到孩子大小便的问题，大家总很惊讶地说：“你怎么还在给千绘穿纸尿裤啊？”我只好很无奈又很要面子地回答一句：“外国孩子尿裤都脱得晚。”话虽然这么说，可是心里还是不免有点着急，因为在国内，与千绘差不多大的孩子几乎都已经开始训练大小便了，有的孩子甚至已经开始脱掉厚厚的纸尿裤了。

于是，在带千绘参加市保健所举办的一岁宝宝定期检查时，我对保健医生讲了我的担忧。没想到医生很轻松地笑了，对我说：“你的担心是多余的，我们这儿上幼儿园还穿着纸尿裤的孩子多得是呢，你家孩子才一岁，根本用不着担心。”有了医生这句话，我好像有了主心骨，也给自己的偷懒找到了一个合理的理由。

千绘两岁生日过了以后，我想应该可以开始对她进行大小便的训练了吧。正好在这个时候，千绘所在的托儿所老师让我们家长给孩子准备训练短裤（就是比一般短裤稍微厚一点的短裤，专门用来训练大小便用的，孩子稍微尿湿了也不会让小便流得满地都是）。这可太好了。我想，千绘如果能在学校把大小



便训练好，可是帮了我的大忙了。于是我完全按照老师的意见准备必须的物品。也许是小孩子喜欢凑热闹吧，也可能是老师训练有方吧，千绘三个多月后就能自己上厕所小便了，不过偶尔也会因为玩得太专心而尿湿在身上。

我听说千绘在托儿所能自己上厕所以后，就想在家里也训练她。谁知道，回到家里的千绘完全和在学校里不是一个样。一听说上厕所，马上就大哭大叫，死活不肯去，连买的动物小马桶都不肯看一眼。有时候我故意不给她穿纸尿裤，她就故意把大小便拉在身上，事后还得意洋洋地叫我给她换裤子。苦恼之余，我把这个情况与托儿所的老师交流了一下，得出了一个结论：千绘不是不懂得自己大小便，只是她还想享受别人特别是妈妈为她服务的乐趣，所以故意跟我对着干。明白了这一点以后，我反而轻松了。心想不就是多买几片纸尿裤，多给她换几次么，这一辈子我能给她换多少次尿裤呢？于是对她仍然放任自流。

当然，我自己一个人在国外带孩子才能这样随心所欲，回到国内就有点做不到了。千绘两岁半的时候，我带她回了一次中国。虽然她年纪不大，可是个头不小，旁人一看都以为是三岁多的孩子。有一次我带她在家附近玩，一个上了年纪的老奶奶也带着孙子在玩。看到千绘裤裆里鼓鼓囊囊的，马上就对我说：“你这孩子多大了？怎么还在用纸尿裤啊？”我说：“两岁半了。是啊，她不肯自己去上厕所。”奶奶赶紧热心地告诉我：“你可不能再让孩子用纸尿裤了，纸尿裤对孩子发育不好，现在都

已经提倡不用纸尿裤了。”一想到只有我们家还不远万里带着沉甸甸的一大纸箱纸尿裤回来探亲，我真的是束手无策了，只能解释千绘在学校里已经不用纸尿裤了，只是在家还会撒撒娇。

转眼千绘就要三岁了，有一天回到家，她突然主动要求要上厕所了。托儿所的老师告诉我，她在学校已经完全不用纸尿裤了，每天一条短裤，一点都不弄脏，并让我把放在学校的纸尿裤拿回家。于是千绘长达三年的纸尿裤生涯，就这样突然地接近尾声了。

在锻炼孩子大小便的问题上，老人与年轻人，国内与国外，存在着许多观念上的冲突。通过千绘的事，我深刻地感受到这种差异。其实，学会自己大小便是孩子为主角，父母大人为配角的一项活动，孩子自己的积极参与才是活动取得成功的关键，而这个过程应该是一个顺其自然的过程，我们所需要做的就是耐心观察孩子的进展。

NOTE

训练孩子自己大小便的时机，一般要掌握三个原则：1.孩子的膀胱要发育到能储存一定量的尿液的大小；2.孩子要能听懂大人的指示；3.孩子的大脑皮层要发育到能自己感觉尿意的程度。所以每个妈妈对孩子自主大小便的问题都不必太着急。

