

妈咪宝贝

[育儿系列丛书]

《妈咪宝贝》杂志社 编著

sina 新浪亲子中心 隆重推荐
baby.sina.com.cn



成长的烦恼

从0岁开始，帮助孩子打造健康快乐的人生

◎ 父母如何帮助0-5岁的孩子解决成长中的难题



北京师范大学出版社
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

成长的烦恼

《妈咪宝贝》杂志社 编著



北京师范大学出版社
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

成长的烦恼 / 《妈咪宝贝》杂志社编. —北京: 北京师范大学出版社, 2006.9

ISBN 7-303-08248-4

I.成... II.妈... III.家庭教育—通俗读物
IV.G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 102059 号

北京师范大学出版社出版发行

(北京新街口外大街 19 号 邮编 100875)

<http://www.bnup.com.cn>

出版人: 赖德胜

北京新丰印刷厂印刷 全国新华书店经销

开本: 185 × 210mm 印张: 10.5 字数: 150 千字

2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷

定价: 25.00 元

孩子，对于父母，正如林徽因说的“是雪化后那片鹅黄”，是“新鲜初放芽的绿”，“是一树一树的花开，是燕在梁间呢喃”，“是爱，是暖”。

而孩子对于父母，有时却也可以从天使变成魔鬼，让父母头痛万分，连深爱孩子的丰子恺有一次，不堪孩子的搅扰，犹似押送囚犯，将孩子送回乡下，好让自己独享一隅空间，而此时前一分钟还是魔鬼的孩子，后一分钟就变成了心头肉，变成了爱，变成了暖，让丰子恺为自己的冲动愧疚了一生。

孩子，你爱他的时候是天使也罢，你烦不胜烦的时候，是魔鬼也罢。孩子，他始终是孩子，他有自己成长、探索世界和摸索人情关系的方式。不同的是你，你如何转变你的方式，帮助和陪着孩子好好成长，那么孩子才会永远呈现出他天使的一面。

孩子的成长路程正如他们到了一定时期要断奶，要爬、要走路、要跑，甚至要离开你一样，都有共同的规律和可循的原则。

所以本书精选了《妈咪宝贝》杂志中众多父母具有代表性和共通性的亲身案例，总结了他们陪着孩子成长时悟到的宝贵经验，让其他父母，在帮助孩子成长的过程中少走弯路，汲取所长避其所短，有效地解决孩子在成长过程中碰到的成长烦恼，也为碰到孩子成长难题的家长提供迎刃而解的解决方法。

而这些父母，有普通父母，有早教专家，有教育孩子成功的模范妈妈。

比如出版《让孩子做主》、《给孩子自由》的小巫，在帮助孩子解决成长烦恼上有诸多宝贵经验；还有著名的美国耶鲁大学博士、网名当当妈的王甘，她对世界先进幼儿教育思想与实践有较深入的了解。归国后致力于幼儿教育，创办“小橡树幼教”并亲自管理执教。其中西结合的教育思想、教育理念、教育方式受到社会广泛关注。

用一种好方式教育孩子，那么天使犯的大错也是可爱的错。如果用错了方式，那么魔鬼犯的小错却也是可怕的错。

看过这书稿的一个朋友颇有感触地说，我小时候不曾得到像这样的父母一样发自内心的厚待，我所碰到的天大地大但对父母来讲只是芝麻大的人生问题，也不曾像这样的父母一样虚心而耐心地帮助我面对，如果我小时候碰到的问题都是这样地解决，也许我的人生会快乐许多，不至于这般辛苦。不过现在幸好，对于我的孩子我还来得及做得比我的父母更好。

所以父母作为孩子人生中第一位也是最重要的老师，帮孩子有效解决其成长中的问题，实际上是让孩子为未来快乐的生活打下坚实的基础，是父母给予孩子一生中珍贵的人生体验。

前言

当孩子问起时 1

我从哪里来 2

我能呆在你的肚子里不出来吗 2

小宝宝在妈妈肚子里吃饭吗 2

你的很大，爸爸为什么没有 3

你现在还有奶吗 3

女孩为什么不能站着尿尿 3

羊生了一个蛋 4

给爸爸妈妈的启示 4

我！不！！——对孩子第一反抗期的特别关注 5

过了周岁，很多父母隐隐感觉到：孩子不太好带了。

孩子闹独立 6

矛盾冲突源自何处 6

用孩子眼光来看待 7

给爸爸妈妈的启示 8

孩子爱早起闹腾 9

每天清晨，妈妈正美美地在床上做着美梦，早醒的宝贝便开始折腾妈妈，要妈妈起来陪自己玩……

让早起闹腾的孩子自己玩 10

妈咪，我闹不全是我的错	11
让孩子自己玩的3个法则	11
营造趣味玩耍空间的5个技巧	13

孩子不好好吃饭

15

某天一上网，我赫然发现网友们的网名千奇百怪：“宝贝不好好吃饭怎么办？”“怎样让宝宝好好吃饭？”竟然都与宝贝不好好吃饭有关。民以食为天。能吃是福。吃饭原本是一件十分享受的事情，什么时候变成了宝贝的负累？

食物飞扬的日子	16
---------------	----

给爸爸妈妈的启示

19

对策

20

孩子厨艺“响当当”

乔装打扮瞒天过海

杜绝餐桌教育

让想像力在餐桌飞扬

餐桌实验场

孩子“文明”就餐 Tips

帮助孩子淘气

25

蕙欣已经忍无可忍了。她的宝贝儿子一天内能把抽屉翻腾8次底朝天，光盘扔得满地都是，5分钟换一张光盘，刚买的光盘就读不出来了，小东西还一直追着问：“光盘为什么坏了？你说呀！你说呀！”

理解“淘气”的定义	26
-----------------	----

孩子为什么要淘气	27
----------------	----

对策

30

允许儿子，帮助儿子“淘气”，

孩子又把小朋友推倒

31

我又被老师的一个电话召唤到了幼儿园。这已经是1个月内的第二次了，原因只有一个——小路经常把小朋友推倒。

对策 33

自觉反思自己

与幼儿园老师沟通

给爸爸妈妈的启示 36

制服孩子坏脾气 37

我的宝贝长高了、说话更清楚了，可小脾气也越来越大，遇事稍不如意，就大吵大闹。我曾经想过很多办法对付她的坏脾气，比如大声呵斥、揍她的小屁股，但都收效甚微。后来慢慢地我总结出一些有用的经验来……

对策 38

“冷处理”对付小脾气

转移注意力

仿孩子发脾气の様子

爸爸妈妈必须有一人“扮黑脸”

给孩子讲道理

当孩子在公共场所故意犯错时 41

一次凡凡一家去公园玩，玩到公园快关门了，凡凡还是不肯走，最后，甚至凡凡倒在地上打起滚来：“我不走！我不走！我还要玩！”凡凡的尖叫夹杂着令人恐惧的哭喊，引得游人纷纷驻足。一直很绅士的爸爸终于失去了耐心，将凡凡夹在腋下带出了大门……

找出孩子故意犯错的诱因 44

对策 45

出行前给孩子打预防针

提孩子力所能及的要求

父母管教原则保持一致

给孩子提供选择的可能
给孩子一个缓冲的时间
坚持原则，不给孩子可乘之机

孩子只听真理不“听话” 47

2岁的Sam越来越爱闯祸了，有时把整个浴室玩得到处是水，有时非要玩一些不能玩的东西……在解决这些问题的过程中，我逐渐总结出一些有效的方法来……。

对策 49

不要“老实”孩子
来自孩子内心的力量
不要试图控制孩子

自己玩儿的孩子 53

女孩叮当，14个月，有一个上小学一年级的哥哥，兄妹俩爱在一起玩儿，叮当不爱与同龄人一起交往，自己也能玩得很开心。亲子学校组织的集体活动她不参加，老师提供的教具也吸引不了她，她就是看上了摆在教室里的“天线宝宝”玩具，老师和家长叫她，她不搭理，脾气还挺大，说跑就跑。

孩子为什么要交往 54

孩子是怎样开始交往的 55

对策 57

爸爸不能当“甩手掌柜”
怎样让孩子乐于交往？

只有一个好朋友 59

毛毛妈庆幸刚刚3岁的女儿就给自己找到个玩伴，可是毛毛妈越来越发现，女儿因为有了沐沐而排斥其他小朋友，有时即便沐沐不在场，她也宁愿自己玩或呆在家里不出来。

对策 60

如何了解孩子的心理
如何帮助孩子结交新朋友

教孩子学会玩
如何做好孩子交往的策划
让孩子了解交友的规则
人多力量大

孩子不粘人了 65

经常听到一两岁孩子的妈妈们抱怨：“我这个孩子特别粘人！真烦死了！”综合起来，“粘人”的“症状”不外乎以下几种：

1. 只要妈妈在，就不跟别人，缠着妈妈
2. 经常希望妈妈抱
3. 不愿意自己玩儿或者做任何事情，总是要妈妈陪着

对策 67

建立幸福感

宠出来的独立 69

经常有人对我说，你的孩子真乖、真独立、真好带，不像别人的孩子，被惯坏了，总是闹。其实这是一个误解。Sam才是真正被“宠”出来的孩子呢，正是因为他得到了足够的母爱，才会表现得十分平静。那些“闹”的孩子，恰恰是因为没有得到足够的注意力和爱，才用“闹”来唤醒大人的注意。

依恋不是坏毛病 72

独立，无需刻意培养 72

延迟满足——建立孩子幸福感的心灵鸡汤 75

倩倩的孩子刚满了3岁，每次当她接电话的时候，孩子就叫个没完，大声吵嚷，每逢这时，倩倩往往叫保姆马上把宝宝带走，她才能打两三分钟的电话。如果倩倩一个人带着孩子在外面玩，那就糟糕了，电话响起来，儿子就吵嚷上了，

不让妈妈打，弄得倩倩心烦意乱，无论多重要的事，也只得说：“我到家再给你打过去吧，宝儿哭了！”倩倩在想：孩子为什么这么缠人？难道不知道等我打完电话吗？

学会等待——孩子的必修课 76

“即时满足”的后果 77

对策 78

延迟满足课程

0-1岁的孩子

1-2岁的孩子

2-3岁的孩子

3岁以上的孩子

孩子，你能自己睡 81

老公直呼上当：“怎么生了个第三者？”

对策 82

如何帮助孩子自己睡

孩子不再害怕 85

成长中的孩子，一定有害怕的时候，他们惊恐的眼神，哭泣的表情，真的让妈妈感觉很棘手。他们一会儿让妈妈陪他睡觉，一会儿钻进自己的小被窝，一会儿还睁着眼睛、探出头东张张西望望，找找那个吓唬自己的东西在哪呢。孩子为什么老是有害怕的东西，为什么天黑了就觉得不安全，为什么一打雷，孩子也跟着哭呢？其实孩子的害怕一定有自己的理由。

如何面对阳台上的大灰狼 86

如何面对小丑的面具 87

如何面对心中的魔鬼 87

给爸爸妈妈的启示 88

改造怕生孩子 89

除夕那天,远在千里之外的外公外婆赶来过春节,一进门便被藤藤闹了个尴尬万分。平时在家里总是活泼可爱甚至有些调皮捣蛋的藤藤,从见到外公外婆那刻起,整个变了样。小家伙躲在妈妈背后哭闹不休,直到哭累了,才沉沉睡去。醒来后,依旧不依不饶地闹腾。最后外公外婆只好躲进客房,连门都不敢出。

解读“怕生”孩子 90**对策 92**

改造怕生孩子

容忍孩子怕生

多关心孩子

为孩子提供表现机会

适时鼓励孩子

培养孩子生活自主的能力和习惯

孩子,咱们都不喊叫了 95

已经这么晚了,儿子还是不肯睡觉,最后我终于忍无可忍大发雷霆,儿子胆怯地看了看几乎气炸了的我,乖乖地上床睡觉去了,然而我的心却变得很难受……

对策 100

与孩子交流

以童心理解孩子

你还给孩子戴纸尿裤哪? 101

思思1岁8个月,比Sam小2个月。我见思思几次被父母督促着上厕所,

不禁好奇地问他们的孩子是不是已经自知大小便。思思的父母自豪地宣称，是的，女儿早已经不用尿布啦，像大人一样上厕所。我问他们是怎样达到这个效果的……

他的控制能力成熟了吗	102
纸尿裤罪大恶极吗	103
什么时候开始如厕训练	105

磨蹭孩子晨间提速

107

一阵闹铃响过，我睁开眼睛，时针显示的是6:30。抓紧时间，免得又忙忙碌碌的。我穿好衣服，先跑到儿子床前：“宝儿，该起床了，快点啊。”

叫完他，我先去洗漱，儿子总在被窝里赖一会儿。等我洗漱完，到屋里一看，儿子正躺在床上，瞪着眼睛想心事呢，丝毫没有动的意思。

寻找他磨蹭的原因	109
----------------	-----

对策

110

锻炼他的自理能力

提高注意力，专心做事

加强时间观念

提前准备

只做“长胜将军”？

113

5岁的绵绵聪明伶俐，和同龄的小伙伴比，学东西和自理能力都显出优势，不怎么让父母和老师操心。

但最近绵绵有个不太好的苗头——什么事情都得自己第一。比如下棋，只能赢不能输。

争强好胜与自我意识有关	114
-------------------	-----

争强好胜与教养方式有关	115
-------------------	-----

输赢的意识是成人灌输的	116
-------------------	-----

给爸爸妈妈的启示	117
----------------	-----

拒绝孩子你忍心吗？

119

女儿和我走着，突然发现她没有跟上我的步子。原来，她盯上了路边杂货店里的

瓶瓶罐罐，站着不动了：“妈妈，棒棒糖。”“对呀，这是棒棒糖。”我想装傻蒙混过关。“妈妈，我要。”她改为正面出击。“不行，吃多了糖要长黑牙的。”我也只好正面拒绝。只见小人儿小嘴一瘪，立马就哭开了。今天年轻的爸爸妈妈们面对宝贝的各种购买要求，大概也都像我这样，经常是在迁就和拒绝之间艰难徘徊……

谁惯坏了孩子 120

孩子的孙子兵法 121

对策 123

拒绝孩子三部曲

第1部：投鼠忌器

第2部：拆解孩子的小花招

第3部：给孩子设置小障碍

体验扔东西的快乐 125

随着一声脆响，杰西手里的玩具小鸭不小心掉落在地板上。她好奇地看了看自己的小手，又看了看掉落在地上的玩具。杰西眼里亮光闪闪，她似乎明白了什么。于是，杰西从小椅子上溜下来，俯下身子，急切地爬过去捡起小鸭，随即高高地举起她那只抓着小鸭的小胖手，狠狠地将小鸭再度扔到地板上。又是一声脆响。杰西的猜想得到了证实，小家伙咧着小嘴乐了……

扔玩具的感觉真爽 126

对策 129

帮助孩子好好扔玩具

挫折商——让孩子从容应对逆境 131

著名教育家陶行知先生说：“不要担心挫折，应该担心的是怕挫折而不敢让孩子做任何事情。”

对策 134

- 用“同理心”面对孩子
- 从爸爸妈妈的态度中学习自信
- 教孩子学会等待
- 适当让孩子吃点苦
- 不要轻易满足孩子的要求
- 给孩子定任务
- 乐观向上的情绪尤为重要

孩子爱数数 137

在生活中教孩子学数学 138

授之以鱼，莫若授之以渔 141

宝宝一岁多后，许多妈妈考虑孩子要上这个班、那个班的，一些妈妈问我，那么多早教机构，你选择了哪些送孩子去上？你平时在家里，都教孩子什么？我们该为孩子选择什么样的早教班呢？

孩子爱上幼儿园——低龄孩子入园指南 147

为了满足妈妈的需要，不少幼儿园已经敞开门户，开始招收小年龄段的宝贝入园。小年龄段宝贝入园一方面满足了妈妈的需要，另一方面也带给妈妈更多的苦恼。妈妈的心常常被揪得紧紧的：宝贝那么小，他在幼儿园会遭遇些什么呢？他能适应幼儿园的生活吗？

妈妈有什么苦恼 148

孩子的困难在哪里 148

对策 149

如何让孩子爱上幼儿园？

后记 152

“那”和“的”都有这个意思，但用法不太一样。……
“的”和“的”都有这个意思，但用法不太一样。……
“的”和“的”都有这个意思，但用法不太一样。……
“的”和“的”都有这个意思，但用法不太一样。……

当孩子问起时

当孩子问起时，父母应该怎么做？……
当孩子问起时，父母应该怎么做？……
当孩子问起时，父母应该怎么做？……
当孩子问起时，父母应该怎么做？……



当孩子问起时



我从哪里来？

一天晚上，我和儿子躺在床上。每晚，他都要听个故事才能睡觉。我绘声绘色地讲：“鳄鱼在岸上产下了几十个蛋，过了一些日子，小鳄鱼从蛋壳里钻了出来。”讲到这儿，一向安静的儿子忽然问我：“妈妈，小鳄鱼从蛋里出来的，我是从哪来的？”当时我心里一惊，他怎么会问这个问题？他真是长大了。面对孩子的童真、求知的眼神，我对他说：“你是从妈妈肚子里出来的，你看，妈妈肚子上有一个伤疤。你长到10个月的时候，医生就把你从妈妈肚子里拿出来。”儿子听了，似乎对这个回答很满意，因为他不再吱声。

我能呆在你的肚子里不出来吗？

有一天，和儿子去公园玩，因为走得很远，儿子累了，而我又懒得抱他，强迫他自己走。儿子还好，没闹着不走，但他问我：“妈妈，我能呆在你的肚子里不出来吗？”

我笑了：“是不是那样就不用自己走了？”

“对！”

借这个机会，我开始一边走，一边讲：“你在妈妈肚子里，最开始长了心脏、肺、脑，以后又长了眼睛、耳朵、鼻子，后来你越长越大，妈妈肚子里太小了。你就开始在妈妈肚子里乱蹿，妈妈疼得受不了，就到医院，让医生把你拿出来了。你出来时还哇哇哭呢！”小家伙特别喜欢听关于自己的故事。不知不觉，我们走到了家，他也没再缠着让我抱。

小宝宝在妈妈肚子里吃饭吗？

有一次，接儿子从幼儿园回家，路上，看到一个孕妇在走。我对儿子说：“你看，那个阿姨的肚子里有个小宝宝。”

“小宝宝在妈妈肚子里吃什么呀？他吃饭吗？”我惊讶于儿子的问题，但我想，一定要解释给他听。

我说：“你的肚子上有没有肚脐？”

儿子摸了摸肚子：“有。”

“你知道人为什么有肚脐吗？”

“不知道。”

