

清华大学

冰岛牧场◎著
ZHOU XIANG QING HUA

走向清华

冷智妈妈育儿拙记

LENG ZHI MAMA YU ER ZHUO JI

我不是教育家，这不妨碍我切实地帮助孩子成长。我不是理论家，这不妨碍我把别人的经历提炼为我自己的认识。所以，我有自己的养育思想，这就是：**孩子或许不需要教育，只是需要帮助、养、育而已。**

- 准备做妈妈
- 照顾新生命
- 养成在幼年
- 培育在少年
- 走向成年

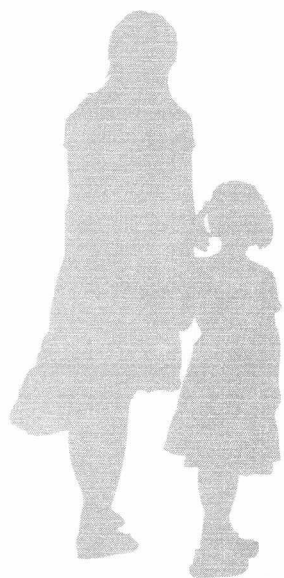
中国社会科学出版社

冰岛牧场◎著
ZHOU XIANG QING HUA

走向清华

冷智妈妈育儿拙记

LENG ZHI MA MA YU ER ZHUO JI



中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

走向清华:冷智妈妈育儿拙记/冰岛牧场著. —北京:中国社会科学出版社, 2008. 11

ISBN 978-7-5004-7215-5

I. 走… II. 冰… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 143820 号

责任编辑 冯 斌
责任校对 韩 聪
封面设计 部落艺族
版式设计 戴 宽

出版发行 中国社会科学出版社

社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号 邮 编 100720

电 话 010—84029450(邮购)

网 址 <http://www.csspw.cn>

经 销 新华书店

印 刷 华审印刷厂

装 订 广增装订厂

版 次 2008 年 11 月第 1 版

印 次 2008 年 11 月第 1 次印刷

开 本 710×1000 1/16

印 张 11.25

插 页 2

字 数 180 千字

定 价 20.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书,如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究

卷首语

献给为人父母的人们

亚力士多德曾经说过的两句话：“尽力做好你能做的事”，还有“适可而止”。在和孩子们相处、互动的教育生活里，我们需要随时处处努力着“恰到好处”。要设法巧妙地平衡冷静和娇宠在教育中的作用，从而成功地、愉悦地完成社会赋予每个家庭教育未成年子女的工作。

这是一个母亲经心教育孩子的心情笔记。静心地阅读，能让我们透过母子间琐碎的和富有情趣的对话，透过或许每个孩子都会经历，每个母亲都曾彷徨过的故事，发现教育本身是快乐的生活方式。

愉快的生活，轻松的教育；不高压督促学习，却让孩子生出自愿努力的坚韧和耐心。有趣的是我们将会从书中的字里行间看到，考入清华大学并非作者教育的主要目的，在收获孩子的勇气、正直、担负责任、心怀宽大的同时，优异的成绩反而更像是一个赠品。

罗素说没有科学的爱是无能为力的，此书很想提供了一种科学爱的方式。所有的奥秘都在接下来的字里行间里。

前言

女儿长大了，成为国内最知名的大学最理想的专业的一名新生。

家里空巢了，于是我有时间经常回味，不断地重复着以往和女儿一起的快乐。

一种朴实的冲动，不断地搅动着我的内心，我要把自己的快乐、自豪、幸福记录下来，为了更多的快乐。

我不是教育家，这不妨碍我切实地帮助孩子成长。我不是理论家，这不妨碍我把别人的经历提炼为我自己的认识。所以，我有自己的养、育思想，这就是：孩子或许不需要教育，只是需要帮助、养、育而已。所以，我从不愿意用教育二字，我觉得它们带有一定的主、被动关系，总觉得谈到孩子的教育问题时，家长总是处于某种主动位置，而不能把孩子作为一个平等的人对待。所以我不喜欢。

养，在我看来，就是帮助孩子养成好的行为与心性习惯。好的行为与心性习惯是孩子终生取之不尽，用之不竭的储蓄，不好的行为与心性习惯则是孩子终生无法偿清的债务。不是耸人听闻，不信仔细想一想自己的一些失误、失败，多数均源于行为上或思维上的某种奇怪的惯性。

育，在我看来，就是帮助孩子健康成长。健康是孩子“革命”的本钱，没有健康，聪明、智慧何以足用。

我总是力图寻找疼爱 and 管束之间的平衡。因为我看到，很多孩子经常在严厉的、压制性的控制和放任自流的纵容之间摆来摆去。我想这两种极端的做法都会在孩子身上留下特殊伤痕。

就是这种养、育、爱的平衡理念，伴随着我和女儿的成长。

我，成为一个爱在深处的“冷智妈妈”。

女儿，成长为一个“独立自主”的人。

作者

2008年



目 录

第一部分

1. 准备做妈妈

- 1.1 读书 1
- 1.2 思考 2
- 1.3 观察 3
- 1.4 收获 4
- 1.5 形成理念 4
- 1.6 对胎教的思考 4
- 1.7 目标 5

2. 照顾新生命

- 2.1 新鲜空气 6
- 2.2 定时喂奶 7
- 2.3 保证休息 7
- 2.4 亲女交流 8

2.5 爸爸的爱 9

3. 养成在幼年

- 3.1 养成与习惯的阐释 11
- 3.2 谁掌帅 12
- 3.3 选择快乐 14
 - 3.3.1 孩子你别哭 15
 - 3.3.2 提问回答 16
 - 3.3.3 创造并感受着快乐 17
 - 3.3.4 独立的快乐 19
 - 3.3.5 谁笑话 21
 - 3.3.6 出众与快乐 22
- 3.4 懂些规矩 23
 - 3.4.1 你必须这样 23
 - 3.4.2 你不能这样 25



3.4.3 任性可不好	26	3.8.1 不听阿姨的	47
3.4.4 人来不疯	29	3.8.2 打疼他	48
3.4.5 饮食不挑	29	4.培育在少年	50
3.4.6 性急的人做事做两遍	31	4.1 开始上学	51
3.4.7 不用错误纠正错误	32	4.1.1 上学第一天	51
3.5 宽容与坚毅	33	4.1.2 万物唯人贵	52
3.5.1 让着小弟弟	33	4.2 学习之道	53
3.5.2 打针不哭	34	4.2.1 尊重书本	54
3.5.3 只哭不闹	34	4.2.2 敏而好学	55
3.5.4 炼就好身板	35	4.2.3 慧鸟先飞	56
3.6 语言和心智	36	4.2.4 管理时间	57
3.6.1 语言与理解	37	4.2.5 激动力	58
3.6.2 热爱生活	38	4.3 校园生活	59
3.6.3 亲历知识	40	4.3.1 突破口算	59
3.6.4 能力与自信	41	4.3.2 遭遇同学	61
3.6.5 计划与注意	43	4.3.3 遭遇老师	62
3.7 身教与言传	44	4.3.4 运动会	64
3.7.1 和谐与尊重	44	4.3.5 新环境	65
3.7.2 勤奋与积极	45	4.3.6 妈妈难题	66
3.8 不是圣人	47	4.3.7 礼物怪论	68



4.3.8 远足毅力	69	5.10 关于挫折	98
4.3.9 加餐应用题	70	5.11 关于孝悌	99
4.3.10 遭遇作文	72	5.12 成为自己	101
4.3.11 关于兴趣班	72	5.13 原则	102
4.3.12 电视的诱惑	74	5.14 如此原则	104
4.3.13 找校长去	76	5.15 诚实	105
4.3.14 大手笔1997	77	5.16 正确做事	107
4.3.15 耕耘英语	80	5.17 压力	108
4.3.16 奥林匹克	81	5.18 学会放弃	111
4.3.17 重任在肩	82	5.19 非常时期	113
5.走向成年	85	5.20 理解自我	114
5.1 选择学校	85	5.21 三个朋友	116
5.2 做个课代表	87	5.22 写给妈妈的信	119
5.3 解读利益	89	5.23 和要上大学的女儿谈“性”	122
5.4 再担重任	90	5.24 成人节的祝福（兼作结束语）	126
5.5 钱财与简朴	92		
5.6 绊住了	93		
5.7 举止、修养、礼仪	95		
5.8 请假	96		
5.9 关于学习	97		



第二部分

在家长论坛的回帖 128

1. 网友在《冷智妈妈育儿拙记》
中的回复 128

2. 网友访谈：家教高手高高手之冰
岛牧场!!! 129

3. 网友和家长们探讨教育的几大
疑惑 137

4. 不愿让看作业的孩子 144

5. 好表现的孩子 145

6. 顶嘴的孩子 146

7. 超常的孩子 146

8. 自尊的孩子 147

9. 自信的孩子 148

10. 喜爱电脑的孩子 148

11. 多愁善感的孩子 151

12. 注意力不集中的孩子 152

13. 关于圈养与放养 153

14. 高一孩子 154

15. “早恋” 155

16. 大学生的困惑 157

17. 孩子的路 160

18. 大人的心情 160

19. 我的大哥 163

后记 167



第一部分

1.准备做妈妈

我不记得自己做了哪些具体的准备，但有些事情却印象深刻，并且深深受益。

1.1 读书

我读了一些书，首先是孕、婴知识类，这些不大记得书名，但我育儿的帮助很大，尤其是一些新生儿保健知识，很有用的。记得孩子出生第二天，我们从医院回到租住的农舍里（那是一间有窗棂子的老式小屋），有七十岁的老母和我亲爱的先生陪伴着我，又加上初为人母，那种幸福，是任何做过母亲的人都能体会得到、却无法表达得出的幸福。

我还读了一些养育子女的书。其中对我影响最大的是苏联教育家芭霍娃的《教育子女的艺术》（据我所知，现在北京师范大学图书馆、清华大学图书馆仍有收藏）。作者似乎是卓娅和舒拉的妈妈的同代人，我没有考证过。正是这本叫做《教育子女的艺术》的书，帮我树立了孩子的养、育观念，使我坚信在孩子的成长中，最重要的是孩子的行为与心性习惯的养成，这能锤炼出好的品性。我现在仍然记得书中关于孩子养育的一些细节。



我还读了一本日本的育儿书，因为那时候有一些人在做中、日儿童对比研究，似乎日本人很注意对孩子意志的培养。比如，据说日本人让小孩子冬天里穿着短裤在雪地里玩耍，尽管我并不大相信那是真的，但还是觉得“小儿要得安，三分饥和寒”是有一些道理的。不过，那本书对我培养孩子的意志有无帮助且不说，但有一点我很清楚，它教给我不要让孩子太早上学是很正确的。因为，对于儿童来说，差一岁，其智力、理解、操作的能力差很多，太早上学，反而会因理解能力低或因学业压力大而不利于孩子处于良好的学习状态。大家知道，我国的孩子即使在小学，其学业压力也是非常重的。如果孩子的心理和生理情况没有准备好，我宁可让她晚一点儿上学。这并不是没有根据的迷信，记得在女儿两岁多的时候，我见其他小孩能分辨很多种颜色，我女儿对此却显得滞后。有一天，我通过抢玩具的游戏，反复发出抢到红色积木为胜或抢到绿色积木为胜的信息，企图让她学会分辨出红色和绿色。到了晚上，我变相让她说出一个绿色玩具的颜色，她竟毫不犹豫地说了“黑色”。但过了一个月有余，我发现孩子很轻易地认识了很多颜色，包括不太好分辨的橘红、粉色，等等。所以，就像不到季节草木不发一样，时间对于孩子来说也很重要，急是急不来的。

我还读了一些美国和西方的育儿书。因为，都说美国人很注意孩子的自主意识的培养，所以我刻意去读了一些，也确实很有帮助。遗憾的是，二十年过去了，有些书名竟不大记得了。

1.2 思考

无论如何，做妈妈之前，一定要读一些相关的书籍。这对于养育孩子有好处，因为这能帮助你建立起自己的养育理念。

我必须说明的是，我读了书之后，就建立起了我的养、育观念。所以，我不赞成把早早地教孩子认字、计算称之为智力开发，智力的内涵要远远比这丰富得多。有时候我们很不客观，常常把利用孩子的识读、计算能力与智力开发混为一谈。我个人认为，智力的开发更多的应该是情感、态度、思维与判断，是心智的开发，而非机械记忆的练习。我不知道别人怎么做，我向来把帮助孩子养成好的



行为与心性习惯作为家庭的主要任务，而把学习科学知识更多地认为是学校的任务。所以，孩子的学习只是我关注的一部分，甚至是很少的一部分。如果你帮助孩子养成一事到底、善始善终的习惯，如果你帮助孩子养成积极努力，不怕困难的品性，他必定会以此对待学习。学习也是一件事情，只不过这件事情持续时间比较长，需要付出更多的毅力而已。我个人的实践证明，这样的育儿理念是非常奏效的。

1.3 观察

我记得，为了做好妈妈，我做得最多的准备是观察周围的孩子和家长（这和读书一样重要）。我总是喜欢推敲孩子们身上所表现出的特征的原因，这让我思考了很多问题，也使我更加理解我所阅读的那些养育儿女的著作的内涵，使我能够把多种观点尽可能多地融合，而不是像有些人那样，顾此失彼。我总是力求使自己看到事物本身固然存在的两面性，努力为将来找到平衡点多做些准备。

“我只可以拥有这一个孩子，我绝不可能，也不愿意在自己的孩子这里获得什么经验。”所以，间接观察与思考，成为我做妈妈的最为重要的准备。

——这个孩子总在哭，为什么。是家长忽视了他，他不得不用哭闹获得关爱，还是家长过于重视他的哭闹，以至于孩子会以此为武器。

——这个孩子好任性，不给买这个玩具就是哭着不走。他怎么会这样的？

——同事们总在抱怨孩子学习精力不集中，为什么？他做别的事会精力集中吗？

——“我的孩子能记住电视里的好多故事，是个电视迷。你说他怎么就记不住数学公式？！”这两种记忆有什么不同吗？这两件事情有什么区别？

——“我们家孩子样样都好，就是不能吃苦。”看来能吃苦对孩子很重要，将来我的孩子怎样才能不怕吃苦呢？

——“我家孩子总是拖拖拉拉的，不是忘带作业，就是拖着不走，非等你送才行。”拖拉可不是个好习惯，我的孩子将来怎样才能不拖拉呢？

——隔壁的哥哥和他爸爸一样的爱着急，不管不顾的。是啊，我和亲爱的准



爸爸有什么不好的习惯，客观点吧，可别影响孩子。

准备做妈妈可真不容易呀。但是，我仍然继续幸福地准备着。

1.4 收获

我读了一些书，进行了一些观察与思考，于是我理解了这样一些理念：

孩子的品性与心智的培养可能会影响他今后的人生质量，乃至会决定他的人生之路。

孩子的品性与心智的培养主要来源于家庭，而且这种家庭的教和育开始得应该越早越好。

人是会思考的动物。作为动物属性的孩子，要想养成好的习性，需要训练，而且这种训练在某种程度上可以有一点儿类似于马戏团。作为能够思考的动物的孩子，要想养成好的心智（我指思维、心理和智力），需要引导、帮助、平等和尊重。

对孩子过分的溺爱或忽视都会造成孩子的人格缺陷。所以，我们必须学会分辨。

1.5 形成理念

健康、品性、心智的发展，是我养、育孩子永久的主题，凡是与此相佐的事情，我必须付出坚定的努力，以冷静的理智控制我对孩子深深的爱意，使我的爱能像涓涓的暖流，永远地、慢慢地温暖着孩子，我绝不可以让我炙烈的母爱灼伤孩子，更不要说给孩子留下灼伤的痕迹。

回想当年，这样做是非常不容易的，有时我是多么痛苦，多么愿意让可恶的理智滚落一边，让我能把自然的、炙烈的母爱无限地倾注于孩子的心田！我太爱我的孩子。但是，我绝不能这么做，不论对任何人、任何事，不论何时何地，不受控制的情感反而会伤害你所钟爱的，即使这种伤害不会立刻来到你面前。

1.6 对胎教的思考

我做过了妈妈，女儿也已大学二年级了。我更加确信，预测孩子可能遇到的问题，总比纠正孩子已发生的问题更有效。孩子出现问题，常常是因为那是他的



惯性所致，或者是行为的惯性，或者是思维的惯性。今天出现的问题，肯定不是今天的问题。

所以，我为我当初为了做妈妈所做的那些阅读的、观察的、思考的准备而高兴，这让我收获了一次成功的养育体验。正如老卡尔·维特所说：“如果受到正确的教育，每一个普通健全的孩子都可能成为一个出众的人。”其实，我并没指望我的孩子能成为出众的人，因为我知道，真正出色的人物并不多。我只是希望她成为最好的自己。我不想因为我的疏忽，让我的孩子承担后果。

还要谈一点，我对胎教的认识。不知为什么，我对育儿著作的某些观点会持怀疑态度，每当这时，我就会陷入更为深入的思考。所以，我不是机械地套用那些育儿百科。我不套用不是因为我不喜欢，也不是由我的个性的好恶而决定，是因为我经过思考后不大同意那些观点。以后我还会提到除胎教以外的其他一些事。

关于胎教，首先我觉得一些实验不是很显性的，因为直接研究胎教的影响或许比较困难（别忘记我是在二十年前做的妈妈）。另外，我不能确信孩子在母体内对外界物理刺激的承受能力。所以，我想，大自然会选择最好的孕育方式，我最好在自然面前保持必要的敬意。于是，我把调剂好饮食、调剂好心境作为最朴实的胎教献给我的孩子。我的孩子在母体内还很脆弱，我必须给孩子足够的营养让她健康成长；我的孩子在母体内就是我身体的一部分，所以孩子一定能同我一起快乐着我的快乐，忧伤着我的忧伤。

“我是这样的幸福和快乐的，我的孩子，你也一样吧！”

1.7 目标

我立志，要让我的孩子：

做人要正直、坦白、诚信、有原则；

做事要积极、快乐、爱劳动、勤努力。

修身要健康、活泼、向上；

养性要爱人、爱己、宽容自制。



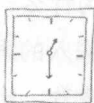
2.照顾新生命

新生命是脆弱的，需要小心呵护。新生命是顽强的，需要精心锻炼。

2.1 新鲜空气

为了照顾初到人间的女儿，我和七十岁的、曾经连续失去四个新生儿的老母亲发生了很多故事。据说，她曾经一度对照顾新生儿完全失去信心，惧怕和痛苦

喂奶对于母子来说，都是最幸福的时刻。不定时喂奶，对孩子的身体健康和心理健康都不会有什么好处的。



到了几乎崩溃的程度。以前我只是听她给我讲以往的故事，现在，我真正理解了我母亲曾经承受的折磨与痛苦。我已经做了母亲，所以，我对母亲的爱越加的深厚，对母亲的感激之情时时荡漾在我的心头，“亲爱的娘呀，我永远爱你”。

第三天，喂奶时，我发现女儿的脖子里有一些泡泡，还有点儿多呢。还好，我读了一些婴幼儿保健知识，知道这是葡萄球菌感染（据说是那所医院的婴儿室有些问题），才不会惊慌。于是，爸爸到村医务室要了酒精棉球和紫药水，我们自己为孩子做了简单的处理

就好了。不过，处理这件事要提到七十岁的姥姥，她年轻时因为医疗条件不好，一连失去四个孩子（我排行老五，其实是老九），所以她看到这些泡泡吓得不得了。新爸爸什么都肯做，就不肯将火烧过（消毒）的银针刺向女儿的小泡泡。最后，还是我亲自处理的。从那时起，我就表现得比亲爱的爸爸要理智些。



先是女儿的葡萄球菌感染的处理，让母亲大大受了惊吓。接着就是要给女儿呼吸新鲜空气的矛盾。老娘坚持必须把门窗封得严严实实，不然孩子和我会受风坐下病来。但是芭霍娃告诉我，新生儿需要新鲜空气，新鲜空气有利于孩子的睡眠。亲爱的爸爸不断地为老岳母讲解科学知识，但并不奏效。最后，在我挨了老娘的一顿臭骂之后，我终于让我的女儿呼吸到了新鲜空气。

女儿的睡态多么迷人，我爱你，孩子。

2.2 定时喂奶

勇敢的女儿，你已度过人生最初的两周，我知道，你表现得很好，很努力，我爱你。

女儿，我爱你，所以我要帮你养成好的进食习惯，这对于你、我来说都不容易，但我知道你勇敢，你一定能和妈妈承受这一切。一定要挺住，习惯了就好了。

老娘最先站出来反对，亲爱的爸爸也不表示支持，他太喜爱他的女儿了。他们坚持随饿随吃。我告诉他们，这与随饿随吃并不矛盾，关键是什么叫饿？如何很好地区别孩子的饿和吸吮依恋之间的区别？后者更为困难，一方面婴儿总是会产生吸吮依恋，另一方面做妈妈的天生具有爱抚依恋。因为，喂奶对于母子来说，都是最幸福的时刻。时间长了，就会不管饿不饿，只要孩子需要，只要她一哭一闹，我们会以为她饿了（因为已经完全找不到规律），我们会满足她。那肯定不是随饿随吃的意义指向。所以，不定时喂奶，对孩子的身体健康和心理健康都不会有什么好处的。亲爱的爸爸动摇了，但老娘却一直在无能为力地骂着、喊着、斗争着。

看到了吧，女儿吃的时候多香，不吃的时候多安静。谢谢你孩子，你真是妈妈的心肝儿。

2.3 保证休息

女儿一天比一天更可爱，她已能够听到皮皮小熊的叫声，看得到小塑塑鸟的飞翔（我必须及早证明我的孩子的听力与视力的健康）。而且，她已能够体会换过尿布的舒爽和被亲人抱在怀里的惬意。于是，尿布湿了，她会用哭声要求我



为她换换。躺在妈妈的怀里，换过了干爽的尿布，“妈妈，我要你抱着我。”于是，她就不肯睡进睡袋，只要一睡进去，她就开始嚷嚷。爸爸、妈妈、姥姥，都有想抱着她的冲动，可是，我们不可以这样。因为，我的孩子，你和妈妈一体的时候，你不需要自己呼吸、自己吸吮……你只需要静静地在自己的海洋里感受自由、感受快乐。突然有一天，你看到了广阔的世界，而为了这，你也必须自己应对生命中的一切。这对你来说太不容易了，妈妈必须让你有一定的时间独立地休息，否则，你的骨头也许会弯的，妈妈可不愿冒这样的风险。所以，孩子，请你理解妈妈，妈妈不能总是抱着你，我必须保证你的休息。

2.4 亲女交流

“天冷还要让孩子吹风、一点点大就定时喂奶、还不愿意抱着自己的孩子，真是冷酷的妈妈。”您千万不要这样认为，恰恰相反，每一个妈妈都是天然的爱的海洋。我之所以先写这几项，正是因为要这样做实在是困难。你必须时时地和自己母爱的天性争斗，你要不断地挣扎，不断地反复激发自己理智的一面。孩子就像个会思考的动物，需要引导和帮助，不是从几岁的时候才开始，而是从一出生就需要这样的引导与关爱。所以，我不断地提醒自己：

“不，你不可以这样不负责任。你绝不缺少动物妈妈的天性，但首先，你要是一个会思考的妈妈。”

女儿已经满月了，她非常的可爱、非常的漂亮。我情不自禁地给我的同学写信夸口说：“我生了一个最最漂亮的小东西，我从没见过这么漂亮的婴儿（其实我根本不理智，我长这么大一共才见过几个婴儿？！）。”想想吧，那时，我心里充溢了怎样多的爱意。

满月的女儿，似乎非常配合我，她的吃、玩、睡似乎很有规律（这坚定了我的养、育理念）。其实，除了吃的规律是在妈妈的努力下被动养成的，玩和睡都是随其自然的，从未刻意调整过。而且，她从不像有些婴儿那样，随睡随玩，随玩随睡，玩和睡都持续的时间较短。我的女儿，看上去玩的时候非常尽兴，东找找、西看看，舞舞手，弄弄脚，玩的时间也较长。睡的时候就沉、很安静。我