

中国家教名家文汇

(修订本)

写给年轻妈妈

卢勤 著

闻名全国的「知心姐姐」首部家教力作

我们拥有同一个名字

——妈妈

我们共有一个心愿

——当个好妈妈

中国妇女出版社

中国家教
名家
文汇

闻名全国的“知心姐姐”首部家教力作

写给年轻妈妈

(修订本) 卢勤 著



中国文联出版社

图书在版编目(CIP)数据

写给年轻妈妈/卢勤著. —修订本. —北京:中国妇女出版社,2005

ISBN 7-80203-190-7

I. 写… II. 卢… III. 家庭教育:儿童教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第088307号

写给年轻妈妈(修订本)

作 者:卢 勤

策 划:肖 雪

责任编辑:李白沙

装帧设计:吴晓莉

照片提供:李 斌 李 瞳 杜 愚

出 版:中国妇女出版社出版发行

地 址:北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码:100010

电 话:(010)65133160(发行部) 65133161(邮购)

网 址:www.womenbooks.com.cn

经 销:各地新华书店

印 刷:北京才智印刷厂

开 本:880×1230 1/32

印 张:8.875

字 数:180千字

版 次:2005年8月第1版

印 次:2006年7月第5次

印 数:35001—45000册

书 号:ISBN 7-80203-190-7

定 价:16.00元

版权所有 侵权必究 (如有印装错误,请与发行部联系)

我们拥有同一个名字

——妈妈

我们共有一个心愿

——当个好妈妈

认识孩子的成长规律
教育好跨世纪一代新人

陈慕华

全国妇联名誉主席陈慕华题词

再版前言

几天前，一位中年妈妈打电话给我，激动地说：“卢老师，我今天就想对你说声谢谢！”

“你是谁？为什么要谢我？”

“我叫樊玲，今年48岁，是一个20岁男孩的母亲。9年前，我儿子11岁那年，我读到你那本《写给年轻妈妈》。这本书彻底颠覆了我的家教理念。我出生在一个军人家庭，父亲一直信奉‘不打不成材’，我对儿子也非常严厉，限制他的活动，‘按下牛头强喝水’。儿子对我逆反心理很强烈。就在这时，我看到你的书，一下子豁然开朗，知道自己进入了误区。我第一次知道，世界上还有另一种教育方式，那就是鼓励，和孩子交朋友。从此我改变了态度，以儿子为友，尊重他，理解他，信任他，激励他，儿子也有了很大的变化，大家都很喜欢他。去年，他考上了北京大学，各方面发展都很好。我真从心里感谢



卢勤
·
再版前言

你，没有你那本书，我的孩子今天还不知道是什么样！我也很想加入‘知心姐姐’行列，和你们一起宣传科学的家教理念！”

听了这位母亲的话，一种成就感油然而起。那感觉如同农民看到丰收的庄稼，如同园丁看到盛开的鲜花，如同建筑师看到自己设计的大厦平地崛起……

我第一次感受到书的魅力。

《写给年轻妈妈》是我的第一部专著。

我忘不了9年前，一个偶然的机，逼着我拿起了笔。

作为《中国少年报》的“知心姐姐”，每当我走近孩子，听到他们议论各自的父母，总感到“妈妈”、“爸爸”对孩子是多么的重要，他们多么期望父母能了解自己，成为自己的朋友啊！父母的教诲，将影响他们的一生；父母的失误，会贻误孩子的前程！

于是，我一次次走上“家长学校”的讲台，把孩子的心声告诉天下的父母，但这毕竟有限。我也曾想拿起笔，写一本书，让“知心姐姐”走进千家万户。但实在没有时间，每天要干的事情太多，写书的事只好排在“明天”，而“明天”到来时，又和今天一样忙……

1996年3月，在妇女出版社的“冬妮童话丛书”出版座谈会上，我做了10分钟发言。我以“小孩子不爱逛商店”为例，讲到成年人只有蹲下来，跟孩子站在一条视



卢勤·
再版前言

平线上，用孩子的眼睛看世界，你讲的话孩子才爱听。会议小结时，当时的全国妇联副主席、书记处第一书记黄启瓏充分肯定了我的观点。我感受到鼓励和认可，心里真高兴。

过了十几天，中国妇女出版社副社长薛宝根来找我，她说：“全国妇联为了推动家庭精神文明建设，准备在全国开展年轻妈妈读书活动，要为年轻妈妈写一本书。启瓏书记说：‘就请卢勤来写吧，我看她的儿童观很好，事例生动，语言也不错，一定能写好！’”

我当时真是“受宠若惊”。因为我不是作家，只是一个记者、一个编辑。我被这种信任深深感动了。我想，既然社会需要，家长需要，孩子需要，领导又这么看重我，我一定要写好。于是，我痛痛快快地答应两个月内交稿。

可我实在忙，只有挤休息时间了。从4月初开始，每天晚上，我从9点写到12点半，清早4点起床，写到7点半，8点准时上班。每天大约写3000字，苦战两个月，16万字的书稿终于完成了。

7月，当责任编辑李白沙把精美的样书送来时，我简直不敢相信这本书是我写的。同事们也奇怪，问：“这么忙，你什么时候写的？”

静下心来仔细一想，究竟是什么力量促使我赶出这本书呢？我领悟到：是信任的魅力！

信任，能使人产生强烈的责任感，充分挖掘潜力，释

放能量。当受到信任时，他会觉得他的身后有许多人支撑着，他有不负众望之心，就不会被任何重负压倒。

一个人发现自身的价值，往往是通过别人的信任。尤其是未成年的孩子，他们渴望得到大人的信任，希望大人“委以重任”。为人父母者，最大的责任是重视孩子，满足他们的成就感。

这本书，在全国妇联和妇女出版社的推动下，发行了213万册。在以后的几年中，我又陆续写了《做人与做事》、《写给世纪父母》、《告诉孩子，你真棒！》等书，总发行量超过了500万册。

在所有书中，我始终坚持尊重儿童，信任儿童，激励儿童的知心教育理念；我始终不懈地宣传“知心姐姐”的“快乐人生三句话”、“精彩人生九个字”。正像我在书中总结出来的话：太好了——改变心情就改变了世界；我能行——改变态度就改变了命运；我帮你——改变情感就改变了生活；你真棒——改变角度就改变了关系；我要学——改变内存就改变了未来；我思考——改变头脑就改变了人生。

9年前的年轻妈妈，如今已经成为中年妈妈；9年前小学生，如今已经长成大学生。

这些年，我到过全国许许多多的地方，和父母面对面，和孩子面对面，当我听到父母眼含热泪向我表示感谢，叙说自己教育观念和方法改变后的进步时，我常常激



动不已；当我看到大孩子、小孩子围着我叫我“知心姐姐”，悄悄告诉我“知心姐姐，我喜欢你”时，我常常会欣喜若狂，如醉如迷……

这就是“知心”事业的魅力，这就是书的魔力。

一本书，就像一个载着小伞的蒲公英，她乘风飘动，让装着智慧的小伞，撒落在大江南北，飘进千家万户；

一本书，又像一位“知心姐姐”，落户在千千万万父母与孩子的心田，成为他们教育的好帮手，成长的好伙伴。

转眼，9年过去了。让我欣慰的是，今天的父母比9年前更爱读书。为了孩子，他们不怕酷热，不畏严寒，一次次去听家教讲座；为了孩子，他们不惜钱财，不惜时间，买了许多书自己刻苦阅读。他们明白：时代发展速度快，自己要与时俱进，为了孩子要改变自己的世界！

转眼，9年过去了。让我感到幸福的是，今天的孩子比9年前的孩子更聪明，更爱阅读。为了明天，他们知道从今天开始，珍惜生命、珍惜时光、珍重自己，坚持每天阅读10分钟。

CBBY国际儿童读物联盟中国大会将于2006年9月在中国召开，届时有六十多个国家的人来中国开会，推动世界儿童阅读，那时《写给年轻妈妈》这本书正好10岁。

为迎接这个值得纪念的日子，为将我们共同坚守的“知心教育理念”更深更广地扎根于千千万万年轻妈妈的心中，中国妇女出版社重新修订了这本书。我在此写下几句知心话，感激为出版推广这本书做出辛苦努力的同志们，也感激阅读过这本书的每一位知心朋友。

卢 勤

2005年8月

和年轻妈妈说的知心话

(代序)

徐惟诚

凡见到有关家庭教育的读物出版，有关家庭教育的实际措施推出，我都很高兴。因为这在当今的中国实在太重要了。

大家都知道，人的素质实际上将决定我们民族的命运。每一个社会成员几乎都是在家庭中诞生的，从家庭中获得生命，在家庭的环境中得到最初的也是给他的生命打上烙印的教养。人的性格、意志、品质、情操以及生活习惯的形成，莫不与家庭有最密切的关系。

家庭教育，这是整个民族的事业，是千家万户的事业，同时又是一家一户的事业。每一位做父亲、母亲的，都只能分散地，根据自己的认识和意愿，采取自己认为合适的方法去教育和影响他们的子女。他们不可能“学养子而后嫁”。面对一个新的生命，缺乏经验的年轻父母难免要手忙脚乱。社会生产力的发展，生活条件的变化，经济体制的转变，对外交往的扩大，又把一大堆新问题放在每



卢勤

和年轻妈妈说的知心话
(代序)

个家庭面前。家长的心态，子女所受到的社会影响，都不是人们始料所及的。随着人们对子女期望值的上升，投入的增加，事与愿违的情况好像也更多了。这是家长们的苦恼。他们有理由要求得到更多的帮助。

使人高兴的是，家庭教育问题正在日益受到社会各方面的重视。许多深入研究的成果，许多有指导意义的读物，许多有效的活动，都受到广大家长的欢迎。卢勤同志《写给年轻妈妈》这本书的出版，想必更能引起读者发出会心的微笑。

卢勤同志的这本书，实际上是若干次面向家长的报告、谈话、咨询的内容集中整理而成的。作者自己就是一位成功的母亲。她又是一位少先队工作者，是《中国少年报》的“知心姐姐”，和少年朋友有着密切的交往，倾听过他们的许多“悄悄话”，深知他们的欢乐与苦恼。她爱孩子，理解孩子，又能从不同的孩子成长的经历中反复比较，得出若干切合实际的规律性认识，并且提出了“太好了！”“我能行！”“你有困难吗？我来帮助你！”三句话，这是有利于孩子良好心理素质形成的教育方法，这些都是极其可贵的。她又能理解年轻妈妈的心情，以过来人的身份，向她们点明孩子成长中的“秘密”。她对年轻妈妈们说的是知心话。这时，她就不仅是孩子们的“知心姐姐”，也是年轻妈妈们的知心姐姐了。

贯穿在这本书中的一个显著特点是对孩子的理解和尊



重。孩子是人，是独立的人，他要自己长大，也只能自己长大，并且将投入社会中创造自己的事业。大人们应当爱孩子，鼓励他们，支持他们，保护他们，引导他们，但决不能代替他们，实际上也代替不了。孩子的心理状态、思维方式和大人都不一样，强要用大人的想法套到孩子的头上去，代他们下决心，逼他们按自己的意志去做，难免格格不入。

对孩子的理解和尊重不等于溺爱，而是对孩子的信任，应该细心地发现孩子身上的积极因素，加以扶持、发扬，并且克服那些消极的因素。这些积极因素不一定同大人头脑里的框框完全一致，或者因其幼稚、细小而被大人所忽视，从而受到不应有的压抑和挫伤。

人们往往把教育狭隘地理解为教训。其实，教育并不只是讲道理，设规范，更不能简单地等同于耳提面命。家庭教育尤其是渗透在家庭全部生活之中的。家庭中每一天的氛围，家庭成员之间的关系，家庭对社会各种事物的评价，家庭生活的习惯，所有这一切，每日每时都在塑造着家庭最幼小成员的心灵。老舍曾说过，他母亲对他的教育是生命的教育。所以，我们研究家庭教育，不仅要研究少年儿童成长的规律，更要注意为人父母者的为人。卢勤同志这本书中有许多地方实际上涉及到这个领域，这是很有必要的。

中国太大了。发展不平衡是中国的一大特色。家庭的

情况千差万别，又处在迅速的社会变动之中，新问题自然层出不穷。希望有更多的有志之士来关注、研究，拿出更多的成果来，促使中国的家庭教育提高到一个更新的水平。这是千万家长的希望，也是民族的希望。

(作者为中国家庭文化研究会会长)

引言 我们拥有同一个名字



卢勤·引言
我们拥有同一个名字

这是我站在一所“家长学校”的讲台上说的第一句话。

那天，我第一次以一个孩子母亲的身份和《中国少年报》“知心姐姐”的身份，向小学生们的家长敞开我的心扉。那次到场的家长 90% 是妈妈。

我对他们说，天底下最平等的称呼就是“家长”。无论你职务高低、年龄大小，在孩子眼中都是家长。我们当妈妈的，在孩子心目中，究竟是个好妈妈，还是个不称职的妈妈？我们应该怎样做个好妈妈呢？

于是，我站在孩子的角度，用发生在妈妈和孩子中间的真实故事，向年轻的妈妈们讲述了当今家庭教育中的五大误区，当代孩子的六大需求和适应未来社会的五种能力，以及如何帮助孩子走向成功……

场上鸦雀无声。

我本想，妈妈爸爸的工作都十分繁忙，一定有不少人

来不了，一定有不少人中途退场……然而，当我从“家长学校”的讲台上往下看时，上千人的会场竟座无虚席；三个多小时的讲话，竟无人退场。我不禁激情荡漾！

当我结束讲话时，场上掌声雷动，久久地在我耳边回响。

散场时，天已经黑了。可许多年轻的妈妈仍在门口等候我，有的眼含热泪，向我提出很多教子中的困惑。

几天后，校长交给我厚厚一叠“听后感”，字里行间渗透着妈妈们的反省与期待，抒发了妈妈们的情和爱。

读着一篇篇感想，我被感动得热泪盈眶。孩子，在妈妈的心中占有多么重要的位置！

小时候，我曾看过一部电影，叫《可怜天下父母心》；今天，我要说“可敬天下父母心”！

每当我走进孩子们的世界，听孩子倾诉心中的秘密、议论妈妈时，我感到，“妈妈”这个称号，对孩子是多么重要，他们多么希望妈妈能了解自己，成为他们的朋友啊！妈妈的教诲，将影响他们的一生；妈妈的失误，也会贻误孩子们的前程！

每当我走进妈妈的世界，听妈妈倾诉烦恼、谈论孩子时，我感到，“孩子”这两个字，对妈妈是多么重要，她们多么希望孩子能了解妈妈的心，成为妈妈的朋友！孩子的每一点点进步，都会让妈妈激动得涕泪纵横；孩子的每一点点过失，都使妈妈痛苦得彻夜难眠！