



# 做个好妈妈 其实很容易

黄微 著

一个母亲全部的教子心血，千名家长登门求教，上百场专题报告，十万家长用心聆听

## 200000个家庭的感谢

“黄微这本书《做个好妈妈其实很容易》，  
是我读过有关家庭教育的书籍中最完整、案例最多也最生动的一本书。”

### 新东方老师 俞敏洪 亲笔作序

王	中国家庭教育学会	常务理事	周	湖北家庭教育报告团	团长	洪	国家级心理咨询师
宝	北京市家庭教育研究会	顾问	运				亲子沟通训练师
祥	全国家庭教育专家团	成员	清	武汉大学	教授	洪	国际行为发展协会会员

### 联合推荐

世界 9107 日 出版 2 年 1 月

ISBN 7-5709-1812-7  
9 787570 918127 >

定价：29.80元

9 787570 918127 >



# 做个好妈妈 其实很容易

黄薇 著

九州出版社  
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

做个好妈妈其实很容易 / 黄微著. —北京: 九州出版社, 2010.6

ISBN 978-7-5108-0465-6

I. ①做… II. ①黄… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第073111号

做个好妈妈其实很容易

---

作 者: 黄微 著

出版发行: 九州出版社

出 版 人: 徐尚定

地 址: 北京市西城区阜外大街甲35号(100037)

发行电话: (010) 68992190/2/3/5/6

网 址: [www.jiuzhoupress.com](http://www.jiuzhoupress.com)

电子信箱: [jiuzhou@jiuzhoupress.com](mailto:jiuzhou@jiuzhoupress.com)

印 刷: 北京中达兴雅印刷有限公司

开 本: 710毫米×1000毫米 16开

印 张: 17

字 数: 240千字

版 次: 2010年6月第1版

印 次: 2010年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5108-0465-6

定 价: 29.80元

# 推荐序：做父母其实不容易

俞敏洪

黄薇的这本书《做个好妈妈其实很容易》，是我读过的有关家庭教育的书籍中最完整、案例最多也最生动的一本书。作为孩子的父母，我们或多或少会从中看到自己的影子。这本书不仅仅是写给孩子的妈妈看的，同时也是写给所有和孩子相关的大人看的。

做父母容易吗？如果我们一开始就走对了路，对于孩子的养育方法正确，我们做父母是相对容易的。就像一个园丁，知道各种花草的习性，知道什么时候该施肥浇水，什么时候该剪枝除草，到了适当的季节，花园里就会开出各种鲜艳的花朵。一个熟练的园丁能够轻松熟练地把花园打理好，在打理的过程中还充满了乐趣，你说这个园丁当得容易吗？好像不光容易而且快乐。但我也读过这么一个故事，有一个人买了一个园子，刚好是在冬天的时候，看到花园里枯枝横生、满目荒芜，就心里不满，开始把所有的枝叶清理干净。当他清理到一半的时候因为需要远途出差，很遗憾地把另外一半留了下来。等到他回来的时候，已经是春天的时光，让他吃惊地发现，他清理过的那一半园子，几乎没有什么鲜花开放，而那一半没有被清理的园子，反而鲜花盛开、争奇斗艳。这个故事说明了如果不会当园丁，很容易就把本来是鲜花的植物当做杂草除掉了。

每一个孩子出生的时候都是一朵含苞欲放的鲜花。孩子出生的时候除了有长相上的区别以外，其他的区别其实并不大。是后天的培养，是我们对于孩子的教育方法和态度，导致了孩子越来越不一样。但是现在的父母都很难不容易，独生子女政策对所有的父母都提出了一个非常苛刻的要求，就是你一上来就必须是熟练的父母，就应该知道什么该做什么不该做。我们几乎从一开始就不能犯错误，因为犯了错误我们没有太多的纠正机会，孩子的成长

也不能回头重来。就像一个园丁，在拥有花园之前就必须知道培育鲜花的重要知识，否则他对于鲜花的修剪一定会出问题，而一旦剪刀下去，想要把错误剪掉的花枝重新接起来难度会非常之大。

从这个意义上说，做个好父母非常不容易。这是世界上最艰难的一件事情。世界上很多事情都可以犯错误，因为犯了错误还有改正的机会，但培养孩子却不能犯错误，至少不能犯太大的错误。但还有更加可怕的事情是我们作为父母并不知道自己在犯错误，就像那个买下花园的人，把美丽的鲜花除掉了还沾沾自喜，直到最后不能挽回的时候才恍然大悟。但这个时候孩子已经长大成人，他们从个性、爱好到思考能力都全部定型，我们还能有什么办法呢？

还好，我们有了《做个好妈妈其实很容易》这样的书。这本书用生动的案例，为大家讲述了如何为孩子营造良好的家庭环境、如何用正确的方法爱孩子、如何正确对待孩子的学校成绩、如何帮助孩子取得真正的成功、如何养成孩子一生的好习惯、如何建立孩子的规矩意识、如何培养孩子的独立个性等。对于已经做父母和将要做父母的人来说，这是一本详细而生动的辅导手册，也许大家认真读完后，我们就向合格的父母这个标准大大地迈进了一步。

我始终相信，没有不合格的孩子，只有不合格的父母。让我们共同努力，成为合格的父母，培养出合格的孩子。这不仅仅是为了孩子，也是为了我们自己的幸福，为了我们这个民族有真正合格的后代。

2010年1月9日星期六

俞敏洪

# 自序

黄薇

在教育孩子的路上，我们每天都在思考。

这本书不是一本阅读的快餐，也不是一本理论的书籍。这是一本发生在我身边的，关于父母和孩子的案例集。我不祈求通过这些案例告诉大家所要思考问题的答案，我只希望在这众多成功和不成功的案例的背后，能够带给大家一些启示。

做父母是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，不管你多么的充满自信，可是成长中的孩子，仍然经常会让你抓狂。

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，所有传统的中国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？让非常多的家长困惑。

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，我们都有很多的困惑、苦恼、教训和经验，但是，我们几乎没有机会再有一个孩子来弥补我们曾经的失误。

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，而这同一个孩子的成功和快乐更加息息相关。孩子的品质、心理素质、性格、情商等更是要靠家庭教育来完成。

很多父母，花费巨大的金钱和精力为孩子选择好的学校，希望孩子能挤进好的学校。好的学校为孩子提供更多的教学资源，提供更好的校园文化、更好的师资以及教学设备等，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。此外，目前阶段，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。但是经验证明，班级人数越少学生接受教育的效果越好，老师才能更有针对性并客观地面对每一个学生。

孩子的苦恼让父母无奈，于是关于教育体制的探讨一波又一波。但是，学校教育有自己的评判体系和目标，在我们无力改变这个评判体系和目标的时候，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。

#### **教育孩子应该是父母不能放弃的责任。**

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、孩子厌学、孩子没有好的习惯等等。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、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种现象，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。据说这个严格管理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

痛苦的道路，最后的结果非常可能是鸡飞蛋打。事实上，老师、学校、家长和学生能充分互动，学生能受到最大关注的时候，教育的效果最好。这时，学生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，可是，自己的小家庭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进孩子的一生。很多时候，孩子就是家长的影子，孩子的教育状况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。**

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的家庭教育下的孩子，关注孩子们的心理变化，关注他们的经验和教训。每一个孩子都是独特的，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下，不管在什么样的教育理念下，我们都可以借鉴别人的成功和失败，至少不再犯相同的错误。因此，我把我的体会和感受，我的思索和我看到的成功和失败整理出来，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。希望大家在看过这本书后能感觉到，做个好妈妈，其实很容易。



## 专家推荐

家庭教育的成功，事关家庭的幸福和民族的兴盛，因此，做合格的父母，成功地进行家庭教育是每一位家长的心愿。

《做个好妈妈其实很容易》这本书的作者将自己多年的思考、实践和体会与生活中常见的案例相结合展示给家长们，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。

祝愿大家科学地实施家庭教育，让自己的孩子健康成长！

王宝祥

中国家庭教育学会常务理事

北京市家庭教育研究会顾问

全国家庭教育专家团成员

做个好妈妈难吗？说难也难，说不难也不难。如果你是第一次做妈妈，建议认真阅读黄薇女士奉献的新作——《做个好妈妈其实很容易》。

周运清

湖北家庭教育报告团 团长

武汉大学 教授

她是一个老师，是一个教育者，但最重要的，她是一个妈妈。

从相识到相知，同样身为妈妈的我喜欢和她谈“孩子经”；身为心理学工作者的我更喜欢听她说“孩子经”。每一次，我都由衷地赞叹：这是一个用心的妈妈，这是一个不断思考，将“教育”和“人”合为一体的教育者。

一个个故事，娓娓道来，看似每天都会发生在我们和孩子身上，但黄老师淡淡的文字，常常让我“拍案惊奇”：看似浅显的道理下面，经这轻轻一点，能蕴藏如此多的玄机！

教育，是一辈子的事；做父母，是人一生中最重要的职业。

愿每一个父母都能从本书中学到一点育子之道，注意，是“育子”，不是“驭子”哦！

洪鸿

国家级心理咨询师

亲子沟通训练师

国际行为发展协会 会员

## 读者推荐



党春梅

库管（男孩，15岁）



我的儿子不小了，教育方面的书我看得很少。不是我不爱看书，是感觉那些书对我没什么指导意义，可是这本书给了我耳目一新的感觉。

我过去在教育孩子时经常觉得自己很迷茫、很困惑，明明知道自己做得不对，但是又不知道怎么做才是正确的，才是孩子容易接受的，可是我在这本书里统统找到了答案。儿子长到这么大，我才知道做一名合格甚至优秀的母亲是多么的重要。

所以我希望新手妈妈或者准妈妈一定要看看这本书，你一定会受益匪浅！



杜翠梅

人力资源管理师（男孩，7岁）



妈妈是朋友，妈妈是老师，妈妈是孩子的引路人。妈妈教育方法的差别，常常影响孩子的一生。看着孩子一天天快乐地成长起来，我多么希望能够成为孩子的知己，成为无话不谈的好朋友。

这本书《做个好妈妈其实很容易》，是一本有勇气、有思想、有智慧的书，是难得的家教读本，让我知道了面对孩子时应该如何想、如何做、如何同孩子沟通，如何成为孩子最信赖最知心的朋友。

一本好书，陪伴我们共同成长。



虎妈

市场推广（男孩，11岁）



如果你的目标和我一样，是要把孩子培养成一个乐观、坚韧、内心幸福的人，那么请倾听黄微老师娓娓道来，让她把现代的、民主的、人性化的教育方式带到你和孩子日常的生活中去，春风化雨般地滋润他们幼小的心田。



筱梧 媒体编辑 (男孩, 6岁)



有了孩子后,我一直在想:怎样培养我的孩子?我希望他能健康快乐,希望他具备一切良好的品德。但是,在与孩子一同成长的过程中,我常常有很多的困惑和无奈。我多么希望拥有一个能为我指点迷津的万能处方,帮我解决问题,让我成为一个聪明的妈妈。这本书让我豁然开朗,原来可以换个角度去做妈妈!书中提及了很多简单实用而充满智慧的方法,让我能更了解孩子,更轻松愉快地同孩子相处。我想,这本书就是那个能为父母们指点迷津的万能处方!请所有的妈妈都来看看这本书,都来学习怎样做个好妈妈。我相信,人人都能做个好妈妈。



桃儿妈 机关干部 (女孩, 7岁)



一口气从头看到尾,看作者的精辟见解,看作者或快乐或烦恼的案例,我甚至有落泪的冲动。我女儿小时候活泼开朗,现在却很怕生。我还在一直埋怨她,现在才知道,都是我的错。

这本书让我重新认识我和女儿,让我重新审视我的教育。这是难得一见的好书,用生动的案例、鲜活的语言为我上了一堂教育课。我正在努力做个好妈妈。



于莉萍博士 天大教师 (女孩, 5岁)



对育儿过程中出现的问题,作者既有深入的幼儿心理分析,又给出了可操作性强的育儿指导,通过大量的事例把育儿问题讲得通俗易懂。这是一本既深刻又通俗、实在的家庭教育指导书。照着她说的去做,你会发现做个好妈妈其实真的很容易。



张一

《宝贝世界》编辑（男孩，2岁半）



随着孩子的逐渐长大，我越来越觉得孩子处理情绪和事情的方式真的是家长教育的结果啊。

这本书能把严肃的教育理论，用活泼的语言，结合在鲜活的案例中，使教育变得生动起来。这是一本具有很强的操作性和指导性的书。

感谢作者把自己多年的感悟和体会同大家分享，让我们能在轻松中，对教育心领神会。



张鲁彬

管理审计（准妈妈）



是朋友把厚厚一沓打印的资料送给我。她跟我说，这是送给我未出生的孩子最好的礼物，让我知道应该怎样去做个好妈妈。我这才知道这个在很多父母中流传的“手抄本”。

这本书确实让我获益不少，让我可以预见孩子的心理，知道以后应该用什么样的态度来对待孩子的成长。现在，我对自己能成为一个好妈妈充满了信心。



牛红叶

软件工程师（男孩，5岁）



毋庸置疑，孩子给我带来了太多的快乐和幸福。当然，也有越来越多的烦恼和烦躁。在后一种情况下，看看本书，心情会舒缓平静下来。

作者凭借着对家长和孩子的理解和了解，轻松化解家长在孩子成长中的焦虑和烦恼，让我知道，如何看待这些问题，又该如何处理这些问题。本书不仅条理清晰，方法得当，更是对育儿观念的一次洗礼。

一本标本兼治的好书！



ella 会计（男孩，3岁）



我看过部分流传的文稿后，如获至宝。那时，我正为孩子的叛逆发愁，家里每天都上演激烈的母子冲突。我甚至都害怕回家面对孩子了。于是，我尝试着同作者取得联系，在作者的指导下，我一步步调整自己，学习怎样同孩子相处，怎样对待叛逆的孩子。很快我就发现，孩子不再逆反、乱发脾气了，家庭重新充满了愉快。

这本书，我会推荐给所有的朋友，让他们都能找到同孩子相处的密码，让每个家庭都轻松愉快。



成嘉丽 幼儿园教师（未婚）



写的真好，我一口气读完。我在幼儿园工作，虽然也看过不少教育方面的书，但是还是觉得自己很欠缺，特别是从心理学的角度看待孩子的成长。我常想：也许我们在不断地企图教育孩子的同时，忘记了孩子也有自己的需求，孩子也有自己的心灵。

这本书让我重新认识了孩子，也重新认识了我自己。



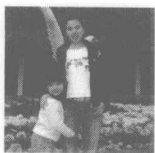
刘霞 全职妈妈（女孩，10岁）



看得我都落泪了。真的受益非浅啊！面对孩子，原来我们是那么无知。虽然做父母的只是希望孩子能健康、快乐地成长，但是真正做起来真是不容易。

不过，看过这本书后，我有了信心，我也相信大家都有信心，做好父母，教育好、抚养好自己的孩子！





刘静 职业投资人（女孩，5岁半）



老舍说过：孩子是哥伦布，把我们带到新大陆去。如今我来到这片新大陆已经5年了。孩子初临人世时，是上帝赐予我们的世界上最珍贵的玉石，就看我们如何来雕琢，使其成为一件珍贵的艺术品。父母的每一言、每一行都有可能对孩子产生深远的影响。

本书以个例的形式将一幅幅教子画卷悠然展开，娓娓道来，就像述说着你家、我家、邻居家的一个个小故事，令人耳目一新，又极具教育意义。我相信，读者也许会从中找到自己的影子。

看完此书，我最深的体会就是，为人父母，从事的是世界上最伟大的事业，也是最琐碎的职业。为人父母，需慎言慎行，“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。

书里有句话：教育就是等待的过程，有一个很重要的教育三七原则：三分教育，七分等待。如同投资，选择一只好的股票，剩下的事情就是等待。一本与众不同的教育书籍，一本不得不读的好书。

程伟 会计（男孩，10岁）



这本书看得我几次流泪，很多时候，我能从案例中找到我家生活的影子。原来让我头疼的孩子问题，其实是我的问题。我在烦恼为什么孩子不听话的同时，孩子也在烦恼为什么会有一个这样不理解他的妈妈吧。

这本书就放在我的床头。我每天都在翻阅，不断地学习，也不断地提醒自己：要改变，要做个能理解孩子的好妈妈。

幽之谷语 会计（女孩，8周岁）



黄薇是我心目中的育儿专家。我曾因身边孩子的困惑咨询过她。对从未谋面的孩子的案例她能一针见血，道出问题的本质，我和朋友都不得不服！希望她的家庭教育书籍能为更多的为人父母者借鉴学习！



# 目录

## 推荐序：

做父母其实不容易 1

自序 3

专家推荐 6

读者推荐 8

## 第一章 好孩子需要好环境

- 2 第一节 良好的亲子关系是什么样?
- 14 第二节 该给孩子怎样的家庭环境
- 23 第三节 爸爸妈妈的爱不能像母鸡
- 33 第四节 妈妈的魔棒很神奇
- 43 第五节 照顾孩子的人很重要

## 第二章 家庭教育养育好孩子

- 58 第一节 让亲子沟通无障碍
- 70 第二节 不以成绩论成功
- 81 第三节 民主的妈妈也要有威信
- 93 第四节 快乐教育不是不教育



- 105 第五节 宽容对待孩子的错误
- 112 第六节 影响孩子一生的好习惯

### 第三章 好性格才能有好人生

- 126 第一节 父母的宽容让孩子更自信
- 137 第二节 情商比智商更重要
- 151 第三节 让孩子吃点苦更好
- 160 第四节 被欺负时，忍让还是还击
- 173 第五节 要做孩子坏脾气的消防员

### 第四章 高能力成就好前途

- 184 第一节 给成功赋予力量
- 200 第二节 独立是一种能力
- 207 第三节 动手劳动改变小马虎
- 218 第四节 成功人生需要提前规划
- 229 第五节 想象力比知识更重要
- 240 第六节 巴菲特要从小培养