

# 换种方式 做妈妈



一个专家妈妈的教育感悟

林薇 著



## 联袂推荐

中科院心理研究所研究员、博士生导师  
张梅玲

京师创智早教研发中心主任、资深早教专家  
刘湘梅



我的内心对生活依然充满了期待，仍然在思考、观察、体验自己，如同相信孩子具备种种成长的可能性一样，我也相信自己身上所蕴藏的创造性生活的可能。

中国妇女出版社

# 换种方式 做妈妈

HUANZHONG FANGSHI  
ZUO MAMA

一个专家妈妈的教育感悟

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

换种方式做妈妈：一个专家妈妈的教育感悟 / 林薇著 .

—北京：中国妇女出版社，2010.9

ISBN 978 - 7 - 5127 - 0071 - 0

I. ①换… II. ①林… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 149136 号

## 换种方式做妈妈：一个专家妈妈的教育感悟

---

作 者：林 薇

责任编辑：廖晶晶

装帧设计：吴晓莉

责任印制：王卫东

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：北京忠信诚胶印厂

开 本：160 × 230 1/16

印 张：12.75

字 数：140 千字

版 次：2010 年 9 月第 1 版

印 次：2010 年 9 月第 1 次

书 号：ISBN 978 - 7 - 5127 - 0071 - 0

定 价：25.00 元

---

版权所有·侵权必究 (如有印装错误，请与发行部联系)



# 序 言



## 不一样的妈妈，一样的母爱

刘湘梅

认识林薇，缘于十年前的一次采访。有些人，是你看一眼便知道是投缘的，会成为朋友的。我和林薇就有这种缘分。我们彼此走过了不寻常的十年，因为相互认同而相互理解着、扶持着、争辩着……但我们的教育观，我们对孩子的态度，从来没有变过。

刚刚相识时，林薇的宝贝女儿涵涵还只有4岁，而现在，涵涵已经是亭亭少女，可以给她这个在朋友面前说话经常“不着四六”的妈妈充当发言人了。女儿一直是林薇的骄傲，尽管她也会偏科，也会做点小坏事，但这位专家妈妈却懂得欣赏自己的女儿。

这十年间，涵涵跟着父母远赴加拿大三年，又经历过生活的巨变，可她始终是一个乐观豁达、有才思有主见的孩子。我非常明白，这一切都缘于从她出生那天起林薇所做的一切。

我无数次感动于林薇对女儿心灵的那份呵护。

这两年，林薇奔波于福州和北京两地，一半为了事业，一半为了女儿。时常会在邮箱里收到她的信，却往往是涵涵的一篇“大作”——一首小诗或小文。对于女儿，林薇永远不会吝惜她的夸赞：女儿是“语言的精灵”，女儿的文笔“让我惊艳”“给我幸福”……





每每读到、听到这样的表述，我都会轻轻一笑。孩子是母亲一生的杰作，但母亲首先要懂得欣赏。

林薇常说，每个孩子都有天生强与不强的一面，“真的不明白，为什么那么多父母总是盯住孩子不强的那一面？好像强化好的一面就会害了孩子。其实，这样只会使强的一面越来越淡化，不强的一面反而越来越突出。”

跟林薇在一起聊孩子很快乐。大多数时候，妈妈们凑在一起，很少会没完没了地夸自己的孩子，妈妈之间的聊天经常是“诉苦”大会，孩子怎么怎么淘气了、不听话了、气死人了……好像我们养的都是问题儿童。即使孩子挺好，也不好意思在人前狠夸——多不谦虚呀！这样的妈妈能带出好孩子吗？不用别人说，自己都心虚似的。而我喜欢林薇，很大的一个原因就是，可以当着她的面毫无顾忌地夸我的宝贝儿子。

但这并不意味着我们就是没有理性的妈妈。

林薇讲过一个故事。

涵涵上幼儿园的时候，有一天回家来哭着说：“我不是好孩子。”还说是老师说的。林薇觉得不可能，肯定是女儿有一件事做得让大家认为她不是好孩子了。但她没有给女儿分析、解释。她知道孩子在这种时候其实只是想把自己怎么遭遇挫折的情绪表达出来，妈妈要做的就是让她说，感觉到痛苦就让她哭，然后抱着她说：“妈妈其实非常爱你，我知道你是好孩子。这样做你肯定自己心里也很难受。”用同情的语言让她得到慰藉，恢复自信。最忌讳的是所有压力都让孩子一个人承担，把成人的看法强加到孩子身上。对孩子应该是情感上的宽容，而不是娇纵。

我们会经常探讨，母亲是做什么的？林薇说，母亲就是孩子在成长中遇到挫折、困惑、失败时，都能够容许他有一个安全的





地方来诉说的人。即使做了错事，也能够给孩子一个悔恨的机会，他才能战胜挫折。

我很羡慕涵涵，尤其当她成为婷婷少女之后。在我眼里，她太幸福了，因为母亲对她的爱和理解是非常到位的。对于青春期的少女来说，这是天大的福分。

从加拿大回国后，涵涵在学习上遇到了困难，尤其是数学。见过林薇着急，但不是为了数学成绩本身，而是担心由于成绩落后使女儿身心受挫。也就是说，在这个母亲眼里，女儿心理世界的安全远远超过成绩和分数。

林薇说过的最痛快的一句话是：“把 IQ 的概念扔进垃圾堆里。”

林薇看重孩子性格与能力的发展，同时，作为行业专家，她更知道太多父母把孩子的智商看得很重要。“我承认，智商确实重要，一个孩子聪明不聪明，在他身上能够看到很大的希望，将来也会省一些劲，生存能力也强。但人们对智力的认识有偏差，以为孩子只要这方面突出就行了。”她说，“其实，人应该具备全方位的素质、多元的才能。现在国际上甚至有一种论调，把智商这个概念掰碎了，然后揉成团扔进垃圾堆里。”

见过太多的孩子、太多的家庭，才让林薇深深领悟到，一个孩子能够健康成长已经很不容易了。有些家长很有心气把孩子培养成什么什么样，这只是成人的目标，但对于这个孩子本身是不是重要呢？甚至有的孩子说，我将来要在麦当劳打工，因为可以天天吃到薯条，他会觉得很快乐。

每每听到林薇这样的高论时我也会想，20年后，如果我的儿子从事着一份薪水不太高，但他还算喜欢做的工作，每天高高兴兴，可以和心仪的女孩约会谈心；或者他是世人眼中的成功者，





我也可以沾上金钱地位带来的光，但他终日忙忙碌碌，不敢爱也不会爱，难得见他笑一笑……身为母亲，我会选择哪一个？

当我们越来越接近人生的中点，我想大多数女人都会有越活越明白的感觉吧？相对于整个一生来说，什么是最重要的，相信每个人都有自己的理解。我们这些宝贵的对人生的感悟，决定着怎样培育自己的孩子。

林薇没有对涵涵的未来设定目标。因为她明白，孩子成长需要帮助，没有一个孩子会完全按照你设定的目标成长，如果这样，全世界的人都是一样的了。

很多年前一位同事这样评价过林薇：“她是一个很有人格魅力的女人。”现在，这个女人放言，写过五本专业论著之后，就要改写情感小说了。那么这本书应该就是第四本了吧？

我说，好吧，我们先履行第一个约定，为了不在更年期破坏我们努力大半辈子树立的自我形象，我们周游世界，烦不认识的人去！然后，当我们老了，几个曾经的闺蜜在同一个养老院里，在情感小说的“写作”中，度过我们的余生。

我想，我们这一生应该会很知足，因为我们都创造过一个生命，并且深深地爱过他。

刘湘梅：毕业于北京师范大学学前教育系，京师创智早期教育研发中心主任，亲子网 [www.qinzi.com](http://www.qinzi.com) 创办人之一，《聪明宝宝》杂志顾问，十年的母婴传媒业从业经历。原《妈咪宝贝》杂志执行主编、副总编。

中国教育学会“十一五”科研重点课题子课题《0-3岁儿童自主学习能力课程的研发》负责人，多家育儿网站、杂志特邀专家、专栏作者。





# 前言

## 爱心在左，方法在右

### ——换种方式做妈妈

著名作家冰心女士写过这样一段文字：“爱在左，同情在右，走在生命的两旁，随时撒种，随时开花，将这一径长途，点缀得香花弥漫，使穿枝拂叶的行人，踏着荆棘，不觉得痛苦，有泪可落，却不是悲凉。”我以为，这是对“母爱”的最佳诠释。

妈妈是一个怎样的角色呢？我想，很多时候我们对“母亲”的理解，认为这是一份天职，妈妈在日常生活中毫无怨言地关心孩子，照顾孩子，教育孩子，为他们的乐而乐，为他们的忧而忧，是一种天赋的自然之爱。可是有时，妈妈会对孩子的表现焦虑、失望，甚至做出一些违背自己爱心的事来，使孩子怕她、怨她、从内心远离她，非但没有起到教育的作用，反而压抑了孩子个性和能力的健康发展。因此，我以为的妈妈之爱，应该是一个由拥有爱、懂得爱的人，在与孩子相处的平实生活中播洒爱、收获爱的生命历程，这是一条共同成长、相互给予的道路，也是一条充满欢笑的幸福之路。

然而，仅仅有爱心却又是不足的。当今社会，我们面临的社会问题层出不穷，孩子在成长过程中需要承受的压力有增无减，如何教育孩子？如何协助孩子从小打好未来成人成才的基础？这些是很多妈妈不断思考的重要课题。





正如我在三年前带着要上六年级的女儿从加拿大回国读书，几乎每天都面对这个问题向我提出的挑战。这是变化的选择所附带的代价，我和女儿在共同承受，也在共同成长。

庆幸的是，我和女儿一路相携，彼此鼓励，把生活的压力一笑而过，我们感恩一切境遇。

一位著名教育家说过：“什么是教育？简单地说，就是养成一种良好的人生教养。”一句看似朴素的话，里面却透露着教育者深刻的思考和积淀，教育是需要方法的！

那么方法从哪里来呢？从学习中来，从观察中来，从实践中来，从反思中来……妈妈要成为智慧型的母亲，要培养智慧型的孩子，除了怀有一颗爱心，更要探索科学的方法，为家庭和孩子铺就美好的人生之路！

于是，我把自己这些年在教育孩子过程中的体会和感受，用这样轻松的方式写出来，与更多的妈妈一起分享，同时也附上一些我与女儿生活中的教育随笔，“意在言外，文必已出”，希望你能从中感受到我想说给你和孩子听的话。

因为，我永远地期待一条长径的两旁，有香花弥漫，因为爱心在左，方法在右……





## 一个专家妈妈的成长自述

德尔斐是古希腊的一个城市，在德尔斐城的阿波罗神殿入口处刻着一句格言：“认识你自己！”这句格言是所有心理学研究的出发点和原动力，也是促使我今天仍然追求成长的力量源泉，于是在40岁来临之际，我在灯下独自沉静地面对自己的内心来完成这个自述。

我出生于1969年，十年“文化大革命”的余波稍许影响到的一代，是一个大家族里第三代的第一个孩子。因为父亲是长房，所以我的出生被当做家族里的一项重大事件。尽管在传统观念里，男孩是传宗接代的象征，但在我的家族里，女儿是很受宠的。祖父是家族里的最高代表，他似乎把我当做长孙对待，任由我的性情发展，绝不允许任何人说我一句不是，即使是我父母。听母亲回忆，每次我任性耍赖不讲道理，祖父也只是温和地告诉一筹莫展的父母：“女儿就是用来疼爱的，长大后她自然就会懂事的。”

在我童年的岁月里，第一个重要事件就是祖父去世。直到现在，一想起“死亡”，我仿佛还能闻到特殊的油漆味，那是祖父躺在新上漆的棺材里的味道，那是我的生活中第一次直面“死亡”，5岁的我充满恐惧，好像突然之间懂得了“失去”意味着





什么：我失去了祖父，失去了一个无条件爱我的人！在经历了情感曲折之后，今天我再去重新审视自己的情感需要，才发现这么多年来自己一直在寻找的就是这样一种包容的、温和的、原谅的爱。深究起来，这或许是我在情感上还不够成熟的地方。当代心理分析学家弗洛姆认为：要还原为真正的人，爱是实现人性改造的核心，爱是整体人格的展现。要发展爱的能力，需要努力去发展自己的人格，并朝创造性目标迈进，因此成熟的爱是在保持个体完整性和独立性的前提下与他人结为一体，爱不仅是“接受”，还有“给予”“关心”“责任”“尊重”和“了解”。我从内心深处赞同这样的观点，总是不断地在反省自己，希望在有生之年能够学习到心灵自由的爱，从而成为一个人格真正完善的人。

随着年龄的增长，我进入少年时期。因为父亲在“文革”中受到冲击，我在小学阶段的日子并不好过。我的班级里有个孩子头，她父亲是进驻学校的工宣委员，所以她在班上耀武扬威，连老师都怕她几分。不知为什么，她就是看我不顺眼，不让同学跟我玩，甚至用欺骗的手段把我的橡皮筋拿走而不兑现她承诺的友谊，那时的我愤怒、孤独，但是也倔犟。幸运的是天性乐观的我慢慢地学会了开导自己、鼓励自己，在困难的环境中尝试去理解：友谊的可贵并不是在于一时的交换，而是从心底涌出的真诚以待。这种认识一直影响着我的个人成长。在小学阶段我几乎没有什么朋友，到了初中、高中、大学，每个阶段我拥有一个重要的朋友，这三个好朋友性格迥异，人生观也完全不同，每个人身上都有我所不具备的优秀品质，我们之间可以直言不讳地对对方进行批评和欣赏，所以我们可以称作“互为朋友”。

但是从小学起，我在学业上的表现却是充满矛盾。除了在二



年级上学期获得一次“三好学生”奖励后，从此荣誉与我无缘。因为我偏科非常严重，语文学科的学习易如反掌，我的作文常常是年级范文，可是数学课却越上越吃力，作业经常要做到夜里10点多，那些在别人看来很简单的题目，对我而言就像一座座高不可攀的大山。然而真正使我厌恶数学是起源于一次数学老师的评卷。那次考试我考了60多分，特别高兴——总算及格了！可是数学老师看见高兴的我，心里估计有气，不屑一顾地斜了我一眼：“就这么点成绩还高兴啊？我要是你，早就一头撞死了！”周围的同学哄堂大笑，那一刻我感到莫大的耻辱，真想找条地缝钻进去。或许老师的本意是想通过这种方式激发我的上进心，但是他不知道这样做结果却是让我从心里远离了这个老师，我不再向他提任何问题，甚至讨厌上他的课，对数学产生了强烈的恐惧。

文理科成绩的极大反差使我对自我的评价也矛盾冲突。当我看到一本好书、领悟到一种思想、完成一项别人感到困难重重的任务时，内心深处充满了成就感，觉得自己是聪明的，是优秀的；可是一涉及机械、操作、数理方面，甚至日常的生活用度，我常常是一头雾水，自卑而恐慌，低头自认是“超级笨蛋”、无药可治。我就这样一路跌跌撞撞地上了初中、高中、大学，直到现在。

但是，真实的生活往往比戏剧更精彩，我的人生道路充满了反讽色彩，因为有学习障碍的我最后选择的道路却是帮助别人克服学习障碍，这是很有意思的事，不是吗？

## 二

细细地回顾自己的个人发展，我发现很多似乎是偶然遇到的人或事最终促成了我的选择。





因为数学成绩差，我没法考上自己最初理想的“新闻系”，只好到了福建华南女子学院儿童教育与咨询专业学习。刚开始，我对这些功课毫无兴趣，而教师的授课形式更令我提不起劲。没想到，就是在华南我遇到了三个深刻地影响我人生发展的导师，正是因为他们，我成为了我自己。

刘永和博士，一个极富个性的美籍华人，一个儿童心理学家，一个冷傲、自恋、才华横溢、理想主义的老太太。至今我仍然记得她第一次给我们上课，问了我们一个问题：“你们能告诉我怎样和儿童接触吗？也就是说怎样让儿童接受你？”我们没有一个回答得上来。于是穿着高跟鞋、满身珠环翠绕、已经60多岁的她走到我的座位前，蹲下来，看着我，用手轻抚着我的手：“我喜欢你，你能跟我玩儿吗？”然后，她站起来，对我们说：“让儿童接受你的最好、最快的方法就是蹲下来、身体抚触。”那一刻对我来说，就是开启了我学习这门专业的大门，我仿佛一下子明白了，学习儿童心理学就是要学会和儿童打交道，倘若你没有这种对儿童直指内心的了解和兴趣，是很难做出成绩的。

李纾，是刘永和博士从杭州大学心理系为华南挖来的心理学硕士，一个表面沉稳、思想活跃、富有好奇心和幽默感的男教师。他的教学不拘一格，喜欢“王顾左右而言他”，不按常理出牌，追求“语不惊人死不休”的效果。正是因为他的智慧，令我受益匪浅，从他那里我懂得了“他山之石可以攻玉”，阅历比知识重要，思考比学习重要，在任何时候能够葆有一颗尝试和探究的心，这是一件多么快乐的事。我永远怀念跟着他在西湖医院开设心理门诊的日子，虽然求助者并不多，但是每一个进入门诊的病人都像是我们的朋友，倾听他们的烦恼和诉说，觉得自己也是



一个可以助人的人，是那么开心。尽管如今，李老师已经成为自己所在研究领域的博导、一流专家，但他身上所拥有的对事物敏锐观察、认真考量、追求科学之精神，依旧耀眼。

刘美珍，华南的副院长，也是我事业上的引路人。当最后一年我就要从华南毕业的时候，我在从事儿童文学编辑和跟着她白手创业之间彷徨，她把我叫到她的家里，对我述说她的经历、她的理想以及这个事业的意义与艰难。我问她：“为农村孩子办教育，农民们还这么不理解，您都63岁了，难道不怕吗？”她摇着蒲扇，坚定地说：“我不怕，无私者无畏！”这一幕直到今日，我还历历在目，难以忘怀。也是在那一刻，我从心里认定了自己是可以学习去做一件事，也是可以去做成一件事的。刘院长的赏识，对我是一种“士为知己者死”的感觉。我想那正是我人生一个非常重要的阶段，真诚、努力、勤勉、天真。

### 三

回顾个人的成熟，高峰应该是在27岁生下女儿的时候。那一年，事业还没有真正发展起来，生活条件也不富足，我们一家住在筒子楼里，与别人共用厨房和卫生间。可是因为一个新生命的到来，我仿佛一下子成熟了，原先的我尽管已经结婚三四年了，还是一个喜欢玩、充满浪漫幻想的女孩，当孩子降生的那一刻，我意识到自己有了另一个身份——“妈妈”，我看生活的眼光开始慢慢地改变了。记得我坐完月子后第一次给一个患有自闭症的孩子做训练，我看着他费劲地张着嘴巴学我说话却只能喊“啊——”时，我的眼泪突然滚滚而下：教育的力量根植于母性的慈悲啊！

有了自己的孩子，我才真正体会到“幼吾幼以及人之幼”，





自己当了母亲，才真正懂得什么是父母恩。感谢女儿，她使我在专业上成长了一大步。当家长带着教育困惑来到我面前时，我常扪心自问：倘若是我的女儿遇上这种挫折，我当如何处理？于是，我的家庭教育咨询并不是单纯地给家长讲理论、讲道理，而是推己及人，用切身体悟和家长共同探讨父母自身的发展和孩子的处境，教家长如何从细微处观察孩子的变化，如何与孩子进行朋友式的沟通。这种源源不断的思考火花，不仅能给困扰的家长以帮助，更促使我对教育的更深一层的热爱。在过去的15年里，我一直是在从事儿童教育与心理咨询、训练的工作，这份工作给我带来了很大的满足感。我有时真觉得自己非常幸运地走上这条道路，在帮助孩子的过程中，收获到很多简单、真诚的回报，因为，能够给予是一种莫大的幸福。

常言道，“四十而不惑”。现在的我，虽已四十，并没有“不惑”，对自己仍然有很多“惑”。也许正因为如此，我的内心对生活依然充满了期待，仍然在思考、观察、体验自己。如同相信孩子具备种种成长的可能性一样，我也相信自己身上所蕴藏的创造性的潜能。

所以，我需要努力，也正在努力。正如巴拉塞尔苏斯所说的：“一无所知的人，就一无所爱；一事不做的人，就一事不懂；一事不懂的人，就一无所值。但是，善于了解的人同时也热爱一切、注意一切、明察一切……对一事情了解愈多，对它就爱得愈深。认为所有的水果都像草莓一样同时成熟的人，就对葡萄一无所知。”

在此，我深深地感谢在我生命中出现的每一位重要的人，正是因为他们，我成为了我自己。





## 开篇语

把妈妈的爱记录下来赠给孩子

快乐亲子照





你和我一样，总在力争关心、了解自己的孩子，不是吗？

那么，请翻阅这本书——

因为我们和孩子相处时的模式，将影响孩子：

- \* 对自己的看法
- \* 学习的机会和尝试
- \* 乐观还是悲观的态度
- \* 处理问题的能力

近些年来，“素质教育”一词总是挂在人们嘴边。到底什么是素质？什么是素质教育？大家莫衷一是，或许不是每个人都能弄得清楚，或真想去弄清楚。其实，我以为“素质教育”是一条人人必经的成人之路，尽管这条路的路况、景致未必相同，但孩子们在这条路上通过努力、探索，形成的却应是包括了心灵成长、知识积累、智能开发、个性品质等要素的综合能力。

但可悲的是，当你竭尽全力引领孩子走上这条人生路时，你会惊觉路越走越窄，速度越来越快，不要说有闲心去欣赏路边的风景，甚至你都记不起来有多长时间没有和孩子共同欢笑过了。

在本书的开篇，我想先和你分享一个亲身体验的故事。

我的女儿刚到加拿大时，读小学三年级，每天9点钟背着书包到校上课，中午12点开始吃午餐，下午1点上课，3点回家，除去上下午课间休息各半小时，每天的有效课堂时间是4个小时。回家后，从书包里拿出的作业，经常是画一幅画，或者阅读一小段文章，至多做几道很简单的计算题。就这么点儿作业，倒是需

