

新浪育儿频道 / 妈妈宝宝杂志 / 聪明宝宝杂志 倾力推荐

sina 新浪育儿
baby.sina.com.cn

妈妈
宝宝

聪明
宝宝

自然成长的孩子最幸福
顺其自然的父母最快乐



这是一个妈妈的
育儿手记

顺其自然 的智慧

刘湘梅 李雪琴/著



陕西出版传媒集团
陕西人民出版社



达人的妈妈
育儿手记

顺其自然 的智慧

刘湘梅 李雪琴/著

陕西出版传媒集团
陕西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

顺其自然的智慧：达人妈妈的育儿手记 / 刘湘梅，李雪琴著. —西安：陕西人民出版社，2013

ISBN 978 - 7 - 224 - 10558 - 2

I. ①顺… II. ①刘… ②李… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 043342 号

顺其自然的智慧：达人妈妈的育儿手记

作 者 刘湘梅 李雪琴

出版发行 陕西出版传媒集团 陕西人民出版社

(西安北大街 147 号 邮编：710003)

发货联系电话 (传真)：(010) 88203378

印 刷 北京兴鹏印刷有限公司

开 本 710mm × 1000mm 16 开 14 印张 1 插页 142 千字

版 次 2013 年 5 月第 1 版 2013 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 224 - 10558 - 2

定 价 29.00 元

序 | 顺其自然养孩子，我们一起修行

壮壮和畅畅第一次见面就亲如兄妹。那时候的畅畅两岁多，还处于“世间万物只分为可食与不可食两类”的阶段；而马上就要五岁的壮壮也破天荒地表现出十足的哥哥样——之前他是不屑于跟小小女孩儿玩的。

他们一见如故，如同他们的妈妈。

两位妈妈初次见面以“李老师”、“刘老师”敬称，后来混得熟了，便带有调侃的意思了。通常两个妈妈凑在一起就聊孩子，遇到聊得来的，会没完没了，我们就属于这一类。所谓聊得来，自然是对彼此的教育观念、养育方式认同，并能产生共鸣。比如，李老师说畅畅把大米撒了一桌子一地，刘老师关心的不是怎么收拾残局，而是李老师怎么去引导她理解“一盘散沙”的概念；而说到壮壮的



某些“破坏”行为，相信李老师也绝不会问出：“这在你们家是被允许的？”我们觉得最有差异的一次是看到刘老师和壮壮在草坪上疯玩，又打拳又转圈时，李老师感叹道：“带儿子要比带女儿费的体力大多了！”

我们这样的妈妈经常会被认为是“惯”孩子的。很多事都顺着孩子，按照孩子的意愿来。我对这种看法的反驳意见之一是：难道都按照大人的意愿就对了？

大人总是想当然地以为，自己都是对的。而孩子，天生就是会犯错的，他们在一个接一个的错误中，借由大人的纠正和引领而成长。所以，当他黏妈妈的时候，妈妈要断然离开，告诉他抱着妈妈哭不是好孩子；当他不愿意把玩具给小朋友玩的时候，要让他知道分享是一种美德；当他跟小朋友胡扯他有一屋子玩具的时候，警告他说谎是很恶劣的行为……

有问题吗？应该没有，都合乎社会行为规范和道德准则，但教育怎么就是这么难的一件事呢？孩子要么听不进去，要么屡教不改，还脾气越来越大，学会跟父母顶撞。

其实原因很简单，大人常常忽略了“孩子就是孩子”。用大人的标准来要求孩子，他们做不到。但是，他们会按照自身成长的规律不断地完善自己，走向成熟。做父母的，只需找到这条规律，顺其自然，就好比种下一棵小树苗，大自然有阳光雨露供它成长，我们在必要的时候略为修剪，别忘了浇水施肥，它便会茁壮成长。

李老师跟刘老师之所以能聊到一起，最根本的是我们会顺应孩子成长的天性，不去做“逆天”的事。

李老师不在乎一地的大米很难收拾，因为她知道，孩子在成长的最初阶段能够自由地探索，对于她的未来有多么重要，她将学会主动学习，学会思考和解决问题，而这一切代价可能就是每天多洗几件衣服，多做点儿家务。刘老师不再非要给壮壮看那些容易让他



伤心流泪的绘本，即使它们再经典、再美好，因为我懂得自己的儿子有颗敏感而多情的心，情感教育无须过度。

谁不想做个轻松快乐的妈妈？李老师和刘老师是幸运的，存在大脑里的知识结构，使我们能够相对比较容易地了解孩子，读懂孩子，内化吸收，全部汇总为一个词——尊重。必须有这一前提，才会明白，顺应天性，让孩子自然成长就是最轻松的教养方式。但是，顺其自然不是放养和大撒把，而是一种需要全心体悟的智慧。

我们坚持这样的理念。

感谢畅畅和壮壮，他们成长中的每一个进步都是对妈妈这份坚持的回应。

我一直以为，孩子是上天派来的，是真正的天使，他们的使命就是要我们在陪伴他们成长的过程中，不断地修正、忏悔、超越自我。养育孩子就是我们修行的过程，因此，我对所有的孩子心存感恩，心怀敬意。

感谢李老师，朋友很多，知己难求。

感谢很多参与此书策划和编辑的朋友们。

感谢向晨，你的宽容和理解，坚持和信任，诠释了这本书的主题——尊重。

刘湘梅

2012 年冬·北京



目录

顺其自然的智慧：
达人妈妈的育儿手记



序 顺其自然养孩子，我们一起修行—— 1

孩子的眼泪，你能读懂吗—— 1

面对孩子的眼泪，很多大人乱了阵脚，其实孩子的哭并没有我们想象的那样可怕。

孩子也有说“不”的时候—— 17

从孩子会说“不”开始，他们进入了人生的第一个反抗期。

会诊小磨蹭—— 35

不要让孩子在“被催”中长大。

孩子，没有不爱学习的—— 51

我们该做的就是让他们“通过自己的努力自由地学习”。

孩子的自私不私—— 69

自私？这样一顶关乎道德人品的大帽子，小小的孩子顶得起吗？

孩子打架， 这样的麻烦事谁能掌控—— 79

当孩子开始与小伙伴交往了，总是免不了纠结于“欺负”与“被欺负”的主题。

慢慢来， 养一个讲礼貌的孩子—— 97

令我们纠结的不是“孩子要不要讲礼貌”而是“怎样让孩子讲礼貌”。

家有“破坏王” —— 113

孩子就是那个你在前面收拾，他跟着在后面糟蹋的捣蛋鬼。

为什么我养了个“牛皮糖”孩子—— 129

黏你只是因为爱你，以积极心态面对孩子“黏人”。

为胆小的孩子点一盏温暖的灯—— 143

懂得怕了，恰恰说明孩子在成长。

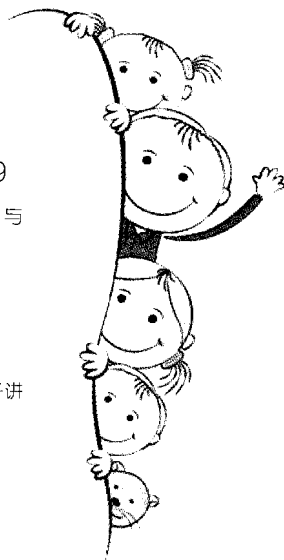
谎言， 了解孩子内心世界的通道—— 159

孩子在两岁半到三岁时会讲十分完整的谎言了。

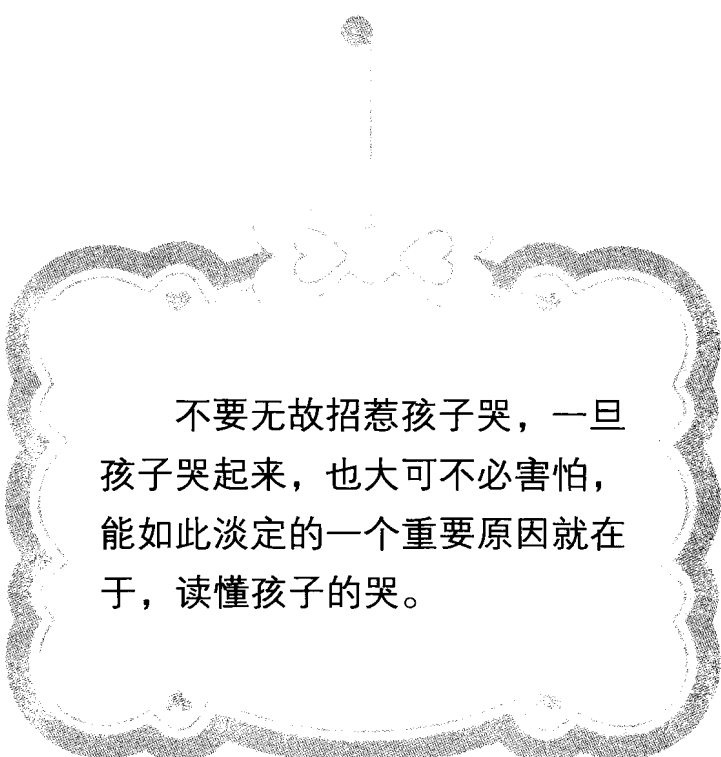
遭遇“一根筋”孩子—— 173

孩子的秩序感的外在表现就是“一根筋”。

后记—— 187



孩子的眼泪，你能读懂吗



不要无故招惹孩子哭，一旦孩子哭起来，也大可不必害怕，能如此淡定的一个重要原因就在于，读懂孩子的哭。

眼泪通常能击中观众心里最柔软的部位，何况哭的人是孩子，更何况还是自己的孩子。孩子最好别哭，如果哭了最好能很快停下来，这大概是很多家长的愿望，但往往却是事与愿违，最糟糕的是，孩子完全可能在一个不恰当的时间一个不恰当的地点毫无征兆地大哭起来，并且一发不可收，结果便是家长的烦躁、气愤，乃至情绪失控。

曾经，畅畅的哭就弄得畅畅妈莫名其妙，措手不及。

一天早上送畅畅去幼儿园。车刚拐进幼儿园的街角，畅畅就开始撇嘴，嘟囔着：“我不想去幼儿园。”畅畅妈朝她笑了笑没有说话，进门、晨检都没事，虽然不高兴，但畅畅还是跟保安和校医都打了招呼，等到走到教室门口的时候，她磨蹭了半天也没进去，冲着老



师很勉强地挤出一丝笑容，然后说：“妈妈抱！”畅畅妈赶紧蹲下去拥抱了她，接着她又拥抱了爸爸，畅畅妈趁机说：“你再去抱抱老师吧！”畅畅走到老师面前，始终扭过头来看着妈妈，泪眼婆娑。畅畅妈狠狠心，转身走了出去。

下午从幼儿园回家，畅畅妈接了一个电话，偏巧这个电话还比较长，畅畅要喝水，等妈妈把水壶递给她后，她又嫌烫，其实，妈妈分明试好了水温，那顶多算热，不等妈妈解释，她就大哭，完全不顾及周围人的反应。畅畅妈看着她，一直等她哭完。

晚上到了她睡觉的时间，但她恋着玩，迟迟不肯睡，即使是关了灯，她也找各种理由爬起来，一会儿要喝水，一会儿要上厕所，折腾一番后，畅畅妈都迷迷糊糊快睡着了，突然，她又哭了起来，起因是她想把横着盖在身上的被子调个方向，未遂，大哭。畅畅妈帮她把被子弄好，轻轻拍了几下后，她很快睡着了。

这是孩子生活中常见的场景，发生的时间地点不同，但他们的表现都一样：哭。

哭这方面，畅畅的好朋友熊壮壮也是不甘示弱，底气十足。

熊壮壮一出生就哭声惊人且独特，听起来像是在叫“来——”。一听到这个哭声，护士便一路小跑地念叨着：“来了！来了！”

刚出满月，在7月流火的日子里，每天傍晚，几乎是定时定点，他都会毫无任何理由和征兆地痛哭一场。经验丰富的保姆说这叫“转气”，在他肚脐处哈热气，无果；请教专家，说有可能是婴儿的肠痉挛，按摩肚皮，无用。壮壮妈查遍资料学到一个新词——婴儿的无名啼哭，晕倒！然后听天由命，直至两三个星期后，他自动停止。那段时间全家人到时间就紧张，从而断言，这是个难带的孩子。



比起同龄的孩子，熊壮壮确实爱哭，随着一天天长大，哭成为他情感宣泄的主要途径。摔疼了、碰伤了未必哭，但心情不爽是一定要哭的，这口气不顺过来，想起来就会哭哭。两三岁的时候，他经常哭得让妈妈崩溃，因为处于第一反抗期的孩子总是把大人讲的道理扭巴着理解，让自己很是纠结，却又难以表述，只能哭了。像熊壮壮这种易感型的孩子，表现得尤为激烈。记得有那么两三次，直到壮壮妈被他磨得失声痛哭，才止住了他的哭声。



泪水告诉我们什么

面对孩子的眼泪，很多大人乱了阵脚，其实孩子的哭并没有我们想象的那样可怕，并不是每阵哭声后面都是伤心欲绝。

对孩子的哭，我渐渐总结出自己的原则：不要无故招惹孩子哭，一旦孩子哭起来，也大可不必害怕，能如此淡定的一个重要原因就在于，读懂孩子的哭。



哭是一种语言交流

我们都是哭着来到这个世界的，大可不必对哭进行过多的哲学解读，在学会说话之前，哭是孩子跟这个成人世界交流的主要工具，饿了要哭，困了要哭，害怕了要哭，尿了要哭，生病了要哭，耍脾气要哭，累了也要哭，甚至没有理由地大哭……显然，这里列举的



哭声中，并不是每一个都代表着伤心，但一定表示某种不适，因此我们需要尽量弄明白孩子为什么而哭，经验和细心的观察十分重要，根据孩子的需要家长予以适当的满足便好。

面对孩子的哭闹，家长除了束手无策外，最容易有的感受便是愧疚，总觉得是因为自己做得不好，惹得孩子哭泣。



畅畅不满一岁的那个夏天，我每天都很紧张，生怕被邻居问：“昨晚畅畅又哭了吧？”夏天的晚上，哭声总是传得很远，一个每晚都哭的孩子简直就是妈妈无能的有力证据。我也曾经特别希望畅畅不哭，但很快理智还是战胜虚荣，我总无法要求一个刚会叫“爸爸妈妈”的孩子张嘴说自己要干什么吧，我能做的就是尽可能地在第一时间读懂她的哭声，饿了给奶吃，困了就哄她睡觉，尿了赶紧换尿布……

慢慢地，随着畅畅的成长，她的很多诉求都能用语言表达出来，有的时候，她也异常“怀旧”地躺在我怀里说：“小时候哭，不知道。”我猜想她是为了表达自己当时不知道怎么说吧。

但即使是现在我也不能完全指望她一点都不哭，像个大人那样，把自己的要求和想法完全用语言表达出来，当她无法说清楚的时候，依然会哭，我极其平静地接受这个状况，我在静等她能用更丰富的语言表达自己的情绪。





哭表达某种情绪

“哭”是人类用来表达情绪的一种方式，当孩子学会说话后，很多需要都可以用语言来表达，这时的哭更多是表达一些消极情绪。

孩子感到害怕时会哭，这个不用多解释，“被吓哭了”已是一个固定句式；当孩子受了委屈会哭；当孩子感到孤单或者觉得被忽略时也会哭，畅畅从幼儿园出来，急需要和妈妈亲近，而一个巨长的电话破坏了她的这种情感需求，于是就找了一个理由大哭起来。或许在一些人眼里，孩子不会有太细腻的情感，他们的哭声也只是反映比较直接的需求，其实事情真不像我们想象的那样简单，孩子绝不是还没长大的人。



有段时间，畅畅上幼儿园后一直咳嗽，一次我们带她去医院复查，路上她说热，要爸爸打开天窗，并且想把手伸出窗外，遭到我们拒绝后，畅畅在北京拥堵的二环路上放声大哭。哭了一会儿后，她盯着我看，瞬间犹豫后，突然打了我几下。我非常震惊，在第一时间批评了她。等到了医院，我等她平静下来后，单独跟她谈了谈关于打人的事情——虽然打人很严重，但我依然不想让这个事情成为一个家庭的公开事件，所以刻意避开了她爸爸。畅畅听完我的话后，号啕大哭，抽噎着告诉我：在幼儿园看到某小朋友打人，打人不好之类的，说完继续大哭。



看得出来，她非常羞愧，畅畅妈也没有不依不饶，她一次试探性的出格举动彻底失败。



哭是一种手段

经常被人提到孩子用哭达到某种目的，毫无疑问，我们不能因为孩子的哭闹而妥协，否则后患无穷。

所谓要挟便是用某种方式绑架对方的感情，为什么孩子会以哭相要挟？因为他们清楚父母是爱他们的。大多数父母对孩子的眼泪没有免疫力，看着孩子哭得可怜兮兮的样子，心疼之余只有缴械投降。很难说孩子一开始就有意识地用哭达到目的，我更愿意相信最初，他们的哭只是针对失败的本能反应，而父母的态度则促使他们以后的行为更有目的性，因此，如何处理孩子第一次试探性的哭闹尤为重要。

孩子试探性的哭闹很普遍。



有一次，畅畅非要吃巧克力，我怎么劝也劝不住，她坐在沙发上哭将起来，大滴大滴的眼泪顺着脸颊滚下来，十分可怜。我蹲在她身边一直看着她，她哭一阵后也偷偷地观察我，过了很长一段时间，她终于明白这巧克力一定是哭不来的了，就挂着眼泪自我解嘲：“我不吃巧克力，小孩子吃，不好。”我拉着她起身去洗手间洗脸，很快她就平静了，并且以后很少有类似的情况发生，即使偶尔有点反复，只要她看到我冷静的目光，一般都会很快停止哭闹。



曾经有妈妈向我抱怨，说孩子动不动就以哭闹相威胁，不达目的誓不罢休，撒泼打滚的事情常有，很是烦恼，却又无能为力，我再进一步询问后得知，她家的孩子小时候主要由奶奶带，而奶奶的理论是：你不给，孩子就哭，哭了你还是得给，那还不如不等他大哭就给。显然，孩子早就明白了家长的心思，不给就哭，屡试不爽。

与妥协相反的是暴怒，一些家长面对孩子的哭闹会失去耐心，轻则嚷嚷，重则可能动手。家长之所以会有这种极端反应，要么是难以忍受高分贝的哭声，试图以暴制暴，要么是预想到了向孩子妥协后的不良后果。这样做很容易让矛盾转移，本来孩子可能因为要巧克力而哭闹，而最后受到责罚的理由则可能是“不听话”、“任性”……其结果是，下回他们很可能还会用哭闹来达到另外的目的。



几种应该引起我们关注的哭



敏感的孩子容易哭

孩子之间也会有性格差异，就像在成人世界里，有林妹妹那样敏感的人，也自然会有史湘云那样大大咧咧的人。遇到不如意时，敏感的孩子更容易哭，我们必须认识到这一点，而不能简单地拿别的孩子来跟他们对比，“你怎么这么好哭啊，你看那谁，人家就不哭”，这样的话不仅达不到制止哭闹的目的，并且可能让本已敏感的孩子更加敏感。





脆弱的孩子容易哭

现在的独生子女被人认定为“任性”、“脆弱”，这里很大的原因在于他们爱哭，一个容易哭的孩子不是心理承受能力差又是什么呢？这确实是一个问题，要改变这种状况也不是单纯靠给孩子施加压力就能解决的，毕竟我们不是在培养斯巴达战士，一切都得符合孩子的成长规律。



有一段时间，畅畅很喜欢和我们一起玩接龙，有点像纸牌，就是根据上家出的牌，用相同的卡通人物接下去，谁先出完谁就赢了。不凑巧的是，她的运气实在不好，连着输了三四回，她噘着小嘴，眼泪汪汪，一副马上就要号啕大哭的样子。

这个时候我该怎么办？

有一瞬间，我确实心软了，两个大人赢了一个孩子，胜之不武啊！我很想做点什么让畅畅赢，反正我们不也就是陪她玩嘛，落个皆大欢喜多好。很快，我又改了主意，很真诚地对畅畅说：“这只是一个游戏，谁都可能赢，谁都可能输，再试一次吧！”我们又来了一局，这次畅畅排名第二，她的情绪好多了，邀请我们再来一局，最后她终于赢了一次，我心里一块石头才落地。说实话，我真担心她运气不好一直赢不了，不能奢望一个刚满三岁的孩子超然于输赢——换个角度看，真对输赢毫不在意也未必是一件好事。

