

轻松、有效教养孩子的亲子智慧书
教你正确的方法，告别费力不讨好

Good Mother
Have Right Way
to Love

王 冰/著

好妈妈要有 爱的好方法



中华工商联合出版社

轻松、有效教养孩子的亲子智慧书
教你正确的方法，告别费力不讨好

Good Mother
Have Right Way
to Love

王冰/著

好妈妈要有 爱的好方法

图书在版编目(CIP)数据

好妈妈要有爱的好方法 / 王冰著. — 北京: 中华

工商联合出版社, 2016.11

ISBN 978-7-5158-1838-2

I. ①好… II. ①王… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第263286号

好妈妈要有爱的好方法

作者: 王冰

责任编辑: 胡小英 李健

封面设计: 周源

责任审读: 李征

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印刷: 三河市宏盛印务有限公司

版次: 2017年1月第1版

印次: 2017年1月第1次印刷

开本: 710mm×1020mm 1/16

字数: 148千字

印张: 12.25

书号: ISBN 978-7-5158-1838-2

定价: 35.00元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场A座

19-20层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: cicap1202@sina.com(营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com(总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

PREFACE

前言

曾有专家说，培养一个孩子需要24年的时间，这期间包括孩子的童年与少年时代，也包括孩子成年之后的最初阶段。24年，是一个多么漫长的过程，这其中掺杂着的艰辛、喜悦、痛苦、操心和感慨太多太多。

曾经，我以为当母亲是一件很容易的事情，直到自己做了妈妈才发现，做妈妈确实是一件容易的事情，但是要想做一个好妈妈，却并不容易。据说，是不是好妈妈，一道题就能检测出来。假设有一天，你带着孩子买菜回家，孩子在路边看到一只正在晒太阳的猫咪，于是好奇的孩子走过去，并忍不住对你说：“妈妈，这只猫猫好可爱！”

此时的你，会怎么说呢？

A. 是呀，还真是可爱呢！

B. 你作业写完没有？

C. 离它远点，有人因为被猫抓伤，得了狂犬病死了。

D.一声不吭，直接拉着孩子回家。

同样一个场景，不同的妈妈做法却不同。选择A的妈妈通常跟孩子的关系很融洽，因为她能够关注孩子，并认可孩子的行为，因而能够令孩子感受到温暖和幸福。选择B的妈妈常常会让孩子感到扫兴和无趣，有时候甚至是反感，因为孩子感受不到妈妈的关注，也无法与妈妈沟通。选择C的妈妈会让孩子感觉到痛苦，因为孩子的情感总是被这样的妈妈漠视和扭曲，整个家庭的氛围也会因为这样的妈妈而倍显压抑。选择D的妈妈会让孩子的内心感觉到失落，因为自己与妈妈的交流总是得不到妈妈的回应，渐渐地，孩子的心就会越来越冷漠，最终对母爱感到绝望。

儿子出生后，我花了很多精力陪伴他成长。起初我是B型的妈妈，总认为为孩子好，就要时时刻刻管着他，不让他的人生出任何差错，这样才是负责的妈妈。但是后来我发现，这样的我并不快乐，孩子也不喜欢。一个孩子不喜欢的妈妈，即便自认为自己正确无比，也不能称为一个好妈妈。

虽然在这条育儿道路上我走得也并不平坦，但是当我看到快乐并健康成长的孩子时，就觉得一切都是值得的。我从一个不了解孩子、不懂得如何与孩子沟通、不知道如何处理与孩子之间的关系、不知道怎样控制自己情绪的新手妈妈，成长为一个能够与孩子一起成长，能够与孩子面对面促膝长谈，能够与孩子一起笑对挫折，能够与孩子和谐相处，能够及时将自己的负面情绪扼杀在摇篮里的成熟妈妈，这其中的辛酸苦辣



和幸福快乐，只有真实经历过的妈妈才能够体会得到。

在多年的幼儿教育工作中，我见过许许多多的家长，也见过许许多多的孩子。在这些妈妈中，无一例外地都在为孩子的事情发愁、担忧，一面深深爱着孩子，另一面又被孩子的不听话、不学习等困惑着，她们不知道怎样去教育孩子，在与孩子相处的过程中，孩子很累，做妈妈的更累。这也让我看清了一个现实，那就是天下没有不爱孩子的妈妈。但爱是解药，也是毒药，用对了爱的方法，我们就能收获一个亲密的、不逆反的孩子，而一旦用错了爱的方法，那等待我们的，将是一场艰苦的修行。

正是认识到了这一点，我想通过我自身的实际经历，以及我从事教育工作多年来所积攒的真实案例，来告诉每一个爱孩子的妈妈，怎样做我们才能用好的方法去爱孩子。这本书既是一本育儿书，也是一本妈妈们的自我修炼手册。教育孩子，是一条单行道，没有任何演习的过程，我们只能在学习中感悟，在摸索中前进。在这条路上，我们首先要将自己修炼好，掌握了爱的好方法，我们才能给孩子一个快乐美好的童年。


CONTENTS

目录

第一章


读懂孩子，和孩子一起成长

- 站在孩子的角度看世界 · 002
- 以己童心呵护孩子童心 · 006
- 做孩子最好的“玩伴” · 010
- 你的需求未必是孩子的希望 · 013
- 适当放手，孩子才能独立 · 018
- 因材施教，让每个孩子都成为原创 · 021
- 孩子的“自私”不是他的错 · 025

 第二章

开启孩子最能接受的沟通方式

- 消极的语言“暴力”与积极的语言“魔力” · 030
- “唠叨”是颗爱的定时炸弹 · 036
- 批评方式正确，孩子自然认错改错 · 041
- 尊重孩子，让孩子做自己 · 045
- 放下架子，像朋友一样与孩子对话 · 048
- 先肯定后批评，批评才能奏效 · 054
- 以孩子爱听的方式讲道理 · 058
- 让孩子把话说完，不中途打断 · 062

 第三章

与孩子一起面对挫折

- 看淡荣誉，有效避免孩子受伤 · 068
- 帮孩子战胜羞怯这只“拦路虎” · 073
- 告诉孩子，这个世界有残缺 · 077



- 赢了高兴，输了也没什么大不了 · 081
- “狠心”的挫折教育 · 085
- 不要剪掉孩子勇敢的翅膀 · 089
- 乐观是挫折的“天敌” · 092

第四章

孩子的学习需要帮助

- 培养孩子良好的学习习惯 · 096
- 阅读让孩子更加聪慧 · 100
- 学习的自律能力来自零钱管理 · 105
- 别给孩子增加学习压力 · 109
- 专注力提升，学习效率翻倍 · 112
- 适当尊重孩子自己的学习方法 · 117
- 把数字融到生活中，让孩子爱上数学 · 121
- 保护好孩子的想象力，写作文不发愁 · 126
- 从兴趣入手，英语变得So easy · 131

第五章

良好的亲子关系是家庭教育的前提

- 不管何时，请挺孩子到底 · 136
- 真诚地赞美孩子 · 140
- 肯定孩子的每一次进步 · 144
- 不在人前批评孩子 · 148
- 做个说到做到的好妈妈 · 151
- 不与别的孩子比 · 154
- 放低姿态，家长也要向孩子道歉 · 157

第六章

情绪管理：调节好自己情绪，管理好孩子情绪

- 惩罚无度，会给孩子造成一辈子的伤害 · 162
- 摒除浮躁，言传身教让孩子学会耐心 · 166
- 妈妈要学会控制自己的脾气 · 170
- 不要对孩子使用冷暴力 · 174
- 给孩子一个理解你的机会 · 178
- 愤怒容易错怪孩子 · 182



第一章

读懂孩子，和孩子一起成长

站在孩子的角度看世界
以己童心呵护孩子童心
做孩子最好的“玩伴”
你的需求未必是孩子的希望
适当放手，孩子才能独立
因材施教，让每个孩子都成为原创
孩子的“自私”不是他的错



站在孩子的角度看世界

每个人的童年似乎都有被父母、老师及其他长辈亲友“曲解”的一面，我也是如此。记忆中，处于童年时期的我，自己的意见很少被大人们所关注和接受，他们多以过来人的角度“友善”地指导着我的言行举止以达到“合乎标准”。

今天，若不是有过一番甚至几番震撼内心的经历，可能我也必如自己的父母们一样，以自己的角度再次测量、规划着自己孩子的每一言行是否达到我所认为正确的角度和标准。

那是几年前的一个深冬的子夜，我随着稀疏的人流从火车上下来走向出口。临到出口的铁门处，听见刺耳的孩童哭闹声从前方传来，在这个安静的冬夜，那声音听起来格外清晰。我同其他乘客好奇地边往出口



走边循着声音张望。

长长的水泥长廊上，一个闹情绪的四五岁男孩正不可理喻地趴在地上，又哭又闹，两脚乱踢，两手乱抓。此时，等候接站的零星十几个人连同跑出租的一些司机围在孩子附近，看着孩子旁边那个年轻母亲作何处理。

我也连同下车的几个乘客一样，从出口出来后，就被这样的情形吸引在那里。

这个年轻的母亲没有制止孩子的哭闹，她将挽在右胳膊上的一个休闲挎包放在脚边，先轻轻地弯下腰，紧接着也与孩子一样，一屁股坐在冰凉的水泥地上。哭闹的孩子此时似乎愈演愈烈，没有停下来的意思。母亲转换身体的角度，也全身趴在水泥地上，与孩子的身体平行一致，头部对着孩子的头部。

此时，下车和接站的人都被这个情景所吸引，没人知道母亲到底要做什么，或者，他们是否只是一对乱发神经的母子俩。我裹紧外套，猜测着他们是否是在做行骗之类的把戏。

小男孩从激烈的情绪中抽离出来，抬眼看着妈妈，渐渐地，他们的头紧挨着头，鼻尖触着鼻尖。几分钟后，小男孩一个翻身，从地上爬起，年轻的母亲也跟着站了起来。母亲弯腰拎起包，用手摸了几下孩子的头发，手挽手，一起转身走出了长廊。

我随着人流，跟着这对母子一起往长廊外走，长廊外，孩子挣脱母亲的手，飞快地向广场跑去。远处，一身穿铁路制服的年轻男子正微笑

着等待这个男孩的“猛虎扑食”。

哦，原来，他们不是耍把戏的骗子，那一刻，我顿感羞愧，不仅为自己的小人之心对人家的恶意揣摩，也为自己不能做到从头到尾对孩子不发一句训斥的无声教育所震撼。那一刻，我相信，这个母亲是真正读懂孩子内心的人，能够从孩子的情绪出发寻求共鸣共振，然后进行心灵沟通，这才是最有效的教育和最伟大的爱，它隔离了水泥地的冰冷、冬夜的寒风、言语的斥责和愤怒的体罚。我开始反思自己，在成为母亲后，有多少次可以俯下身来，站在孩子的角度感受孩子的情绪？若很少甚至没有，对于孩子的成长，我到底是在破坏，还是在麻木轮回原生家庭于我的基因复制？

身为孩子的母亲，也身为幼教工作者，那个寒冷的冬夜让我对幼儿教育充满了敬畏。我想，只有读懂孩子，才能伴随、引导孩子成长。之后的生活和教育环节中，同样令我反思的事情也接连发生。

每个周六日，是我组织周训练营的时间，在这个以幼儿园大班和小学一二年级为主的周训练营中，会通过有目的地设置主题，设计各种形式，带动孩子积极参与，达成培育目的。

在一次组织口才培训的活动中，营里有个叫王涛的小学一年级的男孩因平常就表现出少有的那份童真，我有意通过他来带动其他小朋友的积极参与。果然，前几期的活动如我所料一直掌控得很好，很多孩子也和王涛一样，逐步摆脱了常规的那种模仿痕迹，越来越能即时即景地脱口表达自己的内心感受了。



临近六一儿童节，我准备以《被同伴驱逐的蝙蝠》的故事为素材，让他来表演。没想到，任务刚刚布置下去的那天，王涛的妈妈就打电话给我，说孩子很委屈，因为他从小到大从来没看过蝙蝠到底长什么样子，所以他怎么发挥也不满意。这个电话让我忽然发现自己犯了很大的一个错误，我是在用自己的成人经验来理解故事并要求孩子将我的理解表现出来，但这显然忽视了孩子对事物的理解和经验。

于是，我收集整理了一些关于蝙蝠的影音、画册资料，和王涛一起去认识蝙蝠的自身特性。经过这番充足的准备，王涛的六一演出获得了很好的效果，甚至带动了更多社区的孩子来学习口才训练。

有了这样的经验，我对自己孩子的关注也有意识地避免去犯同样的错误。孩子在小区的一个绘画机构学习绘画，我对她将河水与天空涂成五颜六色不再焦虑。生活中的很多场景对孩子来说，观察的角度不同，绘画表达的方式也自然不同，孩子会从成人难以想象的多元角度观察这个世界，而这恰恰是我们一贯对孩子愤怒、失望的原因所在。

也许，尽管孩子的教育不是给他做一顿可口的饭菜那么简单，但若尝试着了解孩子，站在孩子的立场来看问题，就能给孩子的成长创造条件，减少摩擦和困难。身为妈妈，一定要记得，你的孩子也许完全错了，但他自己却并不会这么认为。不要急于责备他，懂孩子心理的妈妈，首先要做的，是去尝试先读懂他。



以己童心呵护孩子童心

儿子最近迷上了游泳，每到星期天就央求我带他去游泳馆游泳。对于儿子的这一喜好，我是很支持的，因为游泳不仅能强身健体，还能磨炼意志，所以每到星期天，我会尽量抽时间陪儿子去游泳。

一个星期天，我带着儿子照例去游泳。下水没游几圈，我就感觉累了，只好坐在泳池边休息。

“妈妈，你怎么不游了？”儿子发现我不在泳池内，马上折回来询问。

我看着他说：“妈妈有些累了，等我休息一会儿，然后再陪你一起游，好吗？”

“一会儿我还要和你比赛呢！”儿子抹了抹脸上的水珠说，“可不能偷懒噢！”说着便游走了。



这时，坐在我旁边的女士也下水游起来。很明显她是一个游泳初学者，身体僵硬，在水中扑腾了半天，也没游出多远，再加上她身体有些胖，整个动作看起来有些滑稽。

看她游得那么费力，我跳到水中，对她说：“双手的手指并拢，这样才能划动水。另外，光用手划水还不够，你还要用腿来配合。”说着，我给她做了个示范。

她按照我的建议游了一遍，果然进步不小。她冲我挥挥手说：“你真厉害，简简单单几句话就让我掌握了游泳窍门。为了儿子，我一定要学会游泳！”

我好奇地问道：“为什么是为了你儿子？”

她一边练习泳姿，一边回答我说：“我儿子今年十岁了，为了让他有一个美好的童年，我愿意陪着他干他喜欢做的一切事情。”

我十分佩服这个妈妈，她之所以能够付出极大的耐心陪孩子玩，一方面是出于爱，另一方面也是她童心未泯。我想，等她的儿子长大成人，再回想童年时期妈妈用一颗童心的呵护，那该是多么美妙的一件事情啊！我记得我国著名漫画家丰子恺先生曾在《我与新儿童》一文中说过：“我相信一个人的童心切不可失去。大家不失去童心，则家庭、社会、国家、世界一定温暖、和平和幸福。所以我情愿做‘老儿童’，让别人去奇怪吧！”

丰子恺先生是这么说的，也是这么做的。为了让孩子尽快入睡，他每天都会为孩子哼唱一些小曲子；为了逗心情不好的孩子高兴，他会