



本书为你提供多种快乐教子秘方，让你陪孩子一起快乐长大。

权威忠告

在幸福家庭中成长起来的孩子，由于具有快乐的性格，成年后能够幸福生活的比不幸家庭长大的孩子要多得多。

快乐秘方

让孩子拥有快乐性格的最佳方法就是：
使家庭充满快乐和温馨。



中国华侨出版社

孩子,妈妈陪你快乐长大

慧芳 著

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

孩子,妈妈陪你快乐长大 / 慧芳著.—北京:
中国华侨出版社,2014.2

ISBN 978-7-5113-4463-2

I. ①孩… II. ①慧… III. ①家庭教育-案例
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第037355 号

孩子,妈妈陪你快乐长大

著 者 / 慧 芳

责任编辑 / 文 喆

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张/17 字数/214 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2014 年 4 月第 1 版 2014 年 4 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-4463-2

定 价 / 32.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编:100028

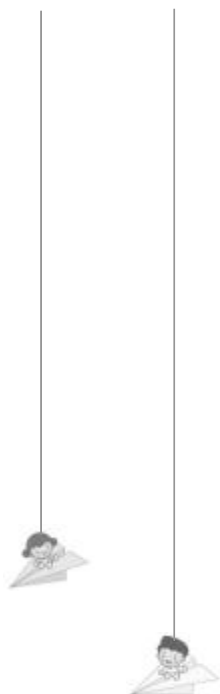
法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010)64443056 64443979

发行部:(010)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com



前言 *Preface*

快乐，这是每一个人都向往的，孩子们也不例外。快乐，就像一个甜蜜的精灵。孩子一旦具备了让自己快乐的能力，在他们的世界里，四处就像散播着甜蜜的糖粉，让人忘掉烦恼和忧愁，从而积极愉快地面对生活。而且，他们的智力和品德也都会相应地得到更加健康、科学的发展。

身为人母，你想让自己的孩子快乐吗？

我们毫不怀疑，父母都是爱孩子的，无不希望自己的孩子拥有快乐的一生，但是你知道吗？你的做法却未必正确，因为孩子是一个特殊的群体，他们有自己的生活轨迹，有自己的行为模式，有自己的心理世界，等等。你如果不了解这些，一味地按成人的标准去教育，就会让孩子烦恼和痛苦。

例如，你可能对孩子的事情大包大揽，并把这样的付出，当成是对孩子的爱，但孩子不能独立做自己，他会认为这是一种束缚，会快乐吗？你可能竭力让孩子成为自己

希望的样子，并把这样的干预，当成是对孩子的爱，但孩子不能自由做自己，他会认为这是一种奴役，又怎会快乐？

换一种方式爱孩子吧，快乐是孩子的权利，所以无论是对孩子进行早期启蒙教育，还是培养孩子的基本人格，妈妈们都要从孩子的天性出发，实施快乐的教育。

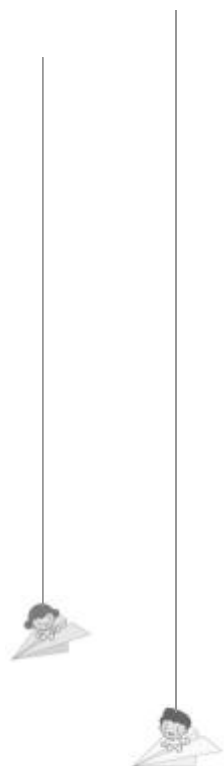
教育也可以快乐地进行吗？答案是肯定的！而且，想实现这一点并不难。

《孩子，妈妈陪你快乐长大》，立足于家庭教育的现状，结合当今家庭教育中普遍存在的问题进行深入浅出的阐述、分析，从“给孩子最好的爱：只陪伴，不设限”、“蹲下来看孩子的世界”、“让孩子当主角，做最好的自己”、“没有天生的坏孩子，他们只是走偏了而已”等9个方面，总结了让孩子快乐成长的多个关键细节，并针对这些细节阐述了具体实用、行之有效的好方法。

这是一本非常实用的家庭教育参考书，切合为人妈妈者的实际需要，针对性强，有着很强的可操作性。这本书中所提到的案例，其实就发生在我们的身边，也会让众多的妈妈们有一种似曾相识的感觉。而且，在通读这些案例分析后，相信你会发现，其实让孩子快乐成长真的不难，就看我们是不是有方法，是不是在用心对待孩子。

在这里，我们想传达的，不是什么特别的教育理念，而是一种信念——只要多用些心思，多花些时间，那么不论是谁，不论什么背景、学历，都可以教养出一个快乐的、优秀的孩子。若如此，这何尝不是一件快乐的事呢！

妈妈们！快开始吧，从现在开始学习还为时不晚。



目录 *Contents*

第一章 给孩子最好的爱：只陪伴，不设限

打开你的心扉，我想要懂你更多 ... 003

赞美，让孩子喊出“我能行” ... 007

积极的暗示，让“芝麻开门” ... 011

快来“储蓄”成功的体验吧 ... 015

孩子最喜欢的“礼物”——信任 ... 018

学会协商，少点命令强制 ... 022

第二章 蹲下来看孩子的世界

揭下孩子身上害羞的“面纱” ... 029

其实，你不必自卑，你有你的好 ... 033

学做情绪的“小主人” ... 037

我们一起打败那个叫“怯懦”的家伙 ... 042

每一天的喜怒哀乐，我们一起共享 ...	045
孩子有颗“水晶心”，纯净、透明、易碎 ...	049
没有小伙伴，你也不会失去童趣的 ...	053

第三章 当孩子站在十字路口时，请从背后走出来

让孩子搞清楚钱是怎么回事 ...	059
给孩子一双审美的眼睛 ...	064
争取与放弃，你准备好了吗 ...	068
谁看到了泥土，谁看到了星星 ...	072
引导孩子接受“不完美” ...	076

第四章 成长比成绩更重要

产生了兴趣，学习就不再难办 ...	083
小时候爱思考，长大了会更具探索精神 ...	087
不知道明天该做什么的人是不幸的 ...	090
预习：孩子必知的制胜“法宝” ...	094
多多做复习，温故而知新 ...	098
劳逸结合，学习好也要休息好 ...	102

第五章 没有天生的坏孩子，他们只是走偏了而已

多策并举，告别“小马虎”的称号 ... 109

“小拖拉”如何不拖拉 ... 113

注意力，集中起来 ... 117

好孩子是不撒谎的 ... 120

放低翘起的“尾巴”——谦虚的孩子惹人爱 ... 124

忌妒心，真的要不得 ... 127

三步落实，让孩子积极行动起来 ... 131

勤俭节约，帮孩子克服骄奢之气 ... 134

斩断“第三只手” ... 139

第六章 让孩子当主角，做最好的自己

独立思考，要有自己的观点 ... 145

五招让孩子不再优柔寡断 ... 150

吹起负责的“小喇叭”，唤醒孩子的责任心 ... 155

责任面前，绝不做“逃兵” ... 158

适当惩罚，让孩子学会自律 ... 161

那些关于“死亡”的真相 ... 164

第七章 笑着走出去，成长之路不孤独

没有朋友，即使在天堂也不会快乐 ... 171

当家有“小霸王”时 ... 174

尊重别人，你会得到更多 ... 177

告别自私的“怪病”，让孩子视分享为快乐 ... 180

合作：一种“双赢”的智慧 ... 183

体会助人为乐的乐趣 ... 186

懂得感恩，人才会快乐 ... 189

问问孩子，如果你是我，你会怎么做 ... 192

宽容别人吧，像妈妈宽容你一样 ... 195

做一个有同情心的人 ... 199

第八章 请相信，成长是一件美好的事情

详解“大姨妈”，月经不再是噩梦 ... 205

说出“小花蕾”的秘密，让女儿昂首挺胸 ... 208

早恋来袭：和风细雨润嫩蕊 ... 212

追星的孩子，我该拿他怎么办 ... 216

让孩子远离“网毒”侵害 ...	220
记住，未熟的果子不好吃 ...	225
是时候与孩子谈“性”了 ...	228

第九章 放手，有些路得自己走

该认输时就认输，没有什么了不起 ...	235
给孩子的成长加点“钙” ...	238
与挫折“较量”到底 ...	241
坚强的意志力，给孩子上一道“保险” ...	244
走出情绪低谷，积极面对每一天 ...	247
逆境中的花开得更美 ...	250
失败并不可怕，成功并不遥远 ...	254

给孩子最好的爱：只陪伴，不设限

CHAPTER 01

不要随便给孩子设限，界定孩子的能力：

你能做什么，不能做什么。

学着陪伴孩子成长吧，不束缚、不设限，

这是给孩子最好的爱。

其实孩子需要的也就是这么多，

只要你认可他、信任他，

他就可以创造自己的快乐，创造意想不到的惊喜。



打开你的心扉，我想要懂你更多

倾听花瓣一片一片打开的声音，我们就能读懂鲜花的心思；倾听溪水潺潺流淌的声音，我们就能感受到山林的呼吸；倾听孩子纯真而美好的心声，我们就能走进孩子的心灵……

然而，现实生活中，很多妈妈们却不能够做到这一点，她们只会责怪孩子不听话，并大倒苦水：他到底在想些什么？为什么什么事都不肯告诉我？

其实，妈妈们要想让孩子把心门打开，窥探他们的内心世界，就得放低姿态来倾听孩子的心声。只有妈妈们做到这一点，孩子才更容易感受到来自妈妈们的关爱和温馨，从而对妈妈们更加亲近和尊敬，也才会把自己的想法告诉妈妈们。

冯倩与女儿苗苗一直保持着一个习惯——聊天。从苗苗上幼儿园起，冯倩接她回家路上的时间就是她们进行聊天的“法定”时间。苗苗总爱把幼儿园里或学校里发生的一些有趣的事讲给妈妈听，冯倩也同样会把一些事情讲给女儿听。十几年如一日，母女二人一直坚持着适时的沟通。每当这时，她们就充当对方的忠实听众，等到对方把为什么不开心的原由讲完，才开始宽慰对方，并告诫对方不应因此而不高兴。通过沟通，通过聆听，冯倩了解了女儿真正的内心世界和情感需要，而她的女儿苗苗也因此顺利度过了让一些

家长头疼的幼年和少年的两个叛逆期。

看了这个故事，联想一下自己，当孩子主动要向你倾述的时候，你可曾像冯倩一样放下手中的工作，让孩子畅所欲言，把心中的所想、所感都倾诉出来？

有时候，孩子也会像大人一样，会一时想不开，并为此过度焦虑。这时，他们的内心会很渴望有人为他们分担一些痛苦，于是他们会选择对你吐露心事，希望得到你的支持和鼓励。所以，千万不要因为你的忙碌而忽略了孩子渴望被聆听的需要，也许你关上耳朵一次，孩子的心门就永远不再为你打开了。

倾听是一种美德，对于妈妈们来讲同样如此。当你认真地看着孩子的眼睛，认真地听他把话讲完，这本身就是对孩子的一种尊重，一种爱的表达。而你的耐心倾听，可以有效地化解孩子心中的苦恼、烦恼和压力。试问，有哪个妈妈们不希望自己的孩子快快乐乐的呢？所以，既然如此，你就要学会倾听，善于倾听。

除此之外，还有一点需要你注意，在孩子对你倾诉自己想法和需要的时候，他们的语言表达能力和逻辑思维能力也得到了很好的锻炼。儿童成长方面的相关研究表明，人类的表达形式在 12 岁之前就形成了，在这之前你应该给孩子充分表达的机会，以锻炼他们的表达能力和情感诉求的合理性。否则，12 岁之前不被允许表达的孩子，过了这个年龄，他们表达的愿望就会减弱，从而导致孩子形成内向、孤僻的性格，严重者甚至会出现“自闭症”，影响孩子的身心健康。

媒体上曾报道说，一个男孩说自己被“心脏病”折磨了七八年，但是经

过多方面检查，结果显示，他并没有心脏病，他的身体非常健康。最终，心理学家找到了他的病因。原来，这个孩子的爸爸妈妈是大忙人，从小就把他一个人留在家里，当他想和爸爸妈妈说话时，爸爸妈妈都说忙，根本就不听他说。只有在他生病的时候，爸爸妈妈才会放下手头的工作，陪他在身边说几句话。所以，从此之后，他想让爸爸妈妈听自己说话的时候，就故意装病，谎称自己心口疼。

应该说，这个男孩属于得不到倾诉对象的典型，他被爱的需求得不到满足，所以就故意装病，以此来引起爸爸妈妈的注意。由此可见，倾听孩子讲话是多么重要，抽出一点时间其实没那么难，就看你愿意不愿意。

☆ 允许孩子发牢骚，不要随意去打断

孩子遇到不顺心，情绪需要排解时，往往就会在你面前发牢骚。这时候，如果你不耐烦，就会加重孩子的压抑情绪；相反，如果你能够认真听孩子把话说完，那么孩子就会因为得到理解而使情绪有所缓解。

磊磊是个调皮的男孩，他的妈妈总是不能耐心地听他讲话。有一天，磊磊因为上课不注意听讲而被老师批评，感到不愉快的他回家后就和妈妈发牢骚，说自己在苦苦思考一道题的另一种解法，而老师却以为他开小差批评了他。

说来也巧，这天磊磊的妈妈嗓子痛得说不出话来，本来在儿子开口后就想批评他的话，也没能说出来，于是就有了这次歪打正着的“倾听”。

等磊磊终于说完，突然又说了一句：“妈妈，谢谢您。”妈妈一愣，不知儿子是什么意思。磊磊说：“谢谢您今天听我说了这么多话。”

第二天起床后，磊磊找到妈妈，说：“妈妈，您昨天虽然什么都没说，

但是我已经明白了，我错怪了老师。”

西方有这样一句话：上帝赐给我们两只耳朵，一个嘴巴，目的就是要我们少说多听。沟通对于人与人之间的交流、认识和理解都是不可或缺的，但沟通不只需要用嘴去说，更需要用耳朵、用心去听。当你认真倾听孩子说话时，不需要讲更多的大道理，因为他们在说的过程中自己就会领悟一些道理。

☆认真倾听孩子的心声，让他感受你的尊重

没有谁喜欢自己在说话时，听者无动于衷，因为这样会严重打消一个人沟通的积极性，孩子自然也不例外。所以，如果孩子主动向你倾诉他遇到的一些情况或者对一件事有某些想法的时候，你一定要表现出对他所说的话很感兴趣，用眼睛注视着他，说：

“哦？什么事啊，说来听听吧！”

“宝贝，你说吧，妈妈听着呢！”

“真是这样的吗？接着往下说，爸爸在听！”

同时需要注意的是，当孩子诉说的时候，你只要简单地附和一下就可以，不要随意打断他们说话。同时，你应适当地增加一些体态语言。比如：

你可以紧挨着孩子坐着，同时侧身搂着孩子的肩膀，微笑地注视着孩子，说：“哦，是吗？我明白你的意思了”。

你还可以握着孩子的手，温和地注视着孩子，说：“我理解你的感受”“嗯，你的心情妈妈能理解”。

你也可以把手中的活放下，对孩子做出一个夸张的表情，用惊讶的口吻对他说：“真的吗？”这时候，孩子心里就会产生一种“原来我这么有本事”的感觉。

像上面这样一些附和性的语言有很多，你可以时不时地采取其中一种或者几种。相信这样做之后，你会发现孩子更加喜欢你，有什么事也更喜欢对你倾诉。



快乐教子课堂

作为妈妈，要想让孩子更乖巧懂事，拥有更好的语言表达能力和逻辑思维能力，你首先得亲近孩子，聆听孩子，这样才能取得他的信任，走进他的内心世界。那么，从今天开始，妈妈们都来试着克制一下自己，改变一下自己，在家里尽量少说，如此你将会发现孩子会有很大的改变！



赞美，让孩子喊出“我能行”

西方著名教育学者卡耐基说过，使孩子发挥自己最大潜能的方法，就是赞美和鼓励，尤其是来自父母的赞美。

但是，看看我们周围吧，很多妈妈对孩子做的一些错事，说的一些错话，要么讽刺挖苦，要么无动于衷。在这些家长眼里，孩子更多的是缺点和不足，根本“没什么值得夸赞的”。

其实，每个孩子都有各自的闪光点，只要妈妈们把赞美这种有效的教育手段运用好，多看到孩子的优点，并及时夸赞，那么孩子的自信心就会增强，他就会认为“我能行”，这对孩子的健康成长将起到积极的推动作用。