

YONGXIN PEI NI ZHANGDA

用心陪你长大

[心爸爸 育儿经] [心妈妈 育儿经]

刘 焱◎主编

♥ 期待着与您一起用心做父母

35 个成长片段，我们静心倾听孩子的声音

24 种激励方案，我们潜心发掘孩子的潜能

16 段亲子沟通，我们用心构建心灵的桥梁

12 次引咎反思，我们诚心完善自我的修养

87 个生活中的家庭教育故事

12 颗陪伴孩子共同成长的爱心



云南出版集团公司
晨光出版社

用心陪你长大

YONGXIN PEI NI ZHANGDA

[心爸爸育儿经]

本书以亲和的笔调展示了新一代父母的育儿理念，书中汇集了十余位年轻父母在网上发表的近百篇博客文章。这些精彩的博文记录了这些“心爸爸”“心妈妈”用心和孩子共同成长的过程，总结了他们为人父母、与孩子相处的点点滴滴的感悟。本书揭示的正是为人父母的真谛：用心做父母，和孩子一起成长！

本书的出版使我有机会分享“心爸爸心妈妈”关于家庭教育问题的思考和感悟，我也希望有更多的年轻父母能够从书中获得启发和帮助，在本书的引导下走进“心爸爸心妈妈”社区，成为用心思、有智慧的教育型父母！

——著名幼教专家、北京师范大学教授 刘焱

这些用爱心、智慧和辛劳写下的文字原本是写给作者自己 and 孩子的，因而处处自然流露出真诚和爱心。这又是本在网络上鲜活生长的书，会引导你找到可即时对话的朋友，发现世界一家的育子天地。这本书的产生就是为了发现热心关注孩子教育的读者，或者被这样的读者发现。

——网友魏saar

这是一本很有内涵的家庭教育书，很温情，很有人情味。书中所述不只是教育孩子的方法，更是一种人生的态度，一种中庸的人生观，不急功，不近利。

生活的意义、成长的意义，对孩子重要，对父母同样重要。孩子成长的同时，父母也在成长。很多时候，陪着孩子成长，也是一种人生享受。孩子长大了，父母也成熟了。这本书，无论对有孩子的父母，抑或无孩子的成年人，无论你的孩子有多大，都值得一读，更值得收藏！

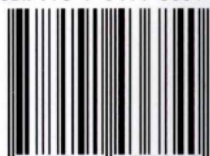
——网友小鱼

《用心陪你长大——心爸爸心妈妈育儿经》是一本感觉很温馨的书，书里处处体现了父母对孩子浓浓的爱。

——网友月月

上架建议：家庭教育

ISBN 978-7-5414-3684-0



9 787541 436840 >

定价：29.80元

YONGXIN PEI NI ZHANGDA



用心陪你长大

[心爸爸 育儿经]

[心妈妈 育儿经]

刘 焱◎主编

♥ 期待着与您一起用心做父母

图书在版编目 (CIP) 数据

用心陪你长大: 心爸爸心妈妈育儿经/刘炎主编. —昆明: 晨光出版社, 2011. 6

ISBN 978 - 7 - 5414 - 3684 - 0

I. ①用… II. ①刘… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识 IV. ①TS976. 31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 090106 号

YONGXIN PEI NI ZHANGDA



用心陪你长大
[心爸爸育儿经]

策划	贾凌	潘燕
监制	胡平	李云华
主编	刘焱	
责任编辑	贾凌	杨蔚婷
特邀编辑	秦莉	孙花 萧茵
装帧设计	唐剑	

出版发行	云南出版集团公司 晨光出版社
地址	昆明市环城西路609号
E-mail	cpcb@public.km.yn.cn
发行部电话	0871-4186745
邮编	650034

排版	昆明西恩照排有限公司
印刷	昆明西站彩印有限责任公司
开本	170×240 1/16
印张	23
字数	460千

版次	2011年6月第1版
印次	2011年6月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5414-3684-0
定价	29.80元

凡出现印装质量问题请与承印厂联系调换
版权所有 翻印必究

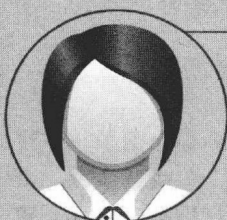


Diana (Diana Lyd.)

博客地址: <http://deskbylakemichigan.blog.163.com>

居住地: 芝加哥 儿子: Alex (8岁)

曾经的资深人力资源管理者, 现任儿子的全职陪读妈妈。一向有关心人才发展的爱好, 顺利成章当了美国教育的观察者, 并在网络中成为中美教育交流的志愿者。



小贝 (林莹莹)

博客地址: <http://fdsxlinzi.blog.163.com>

居住地: 福建 儿子: 小贝 (3岁)

一个和孩子一起成长的妈妈。

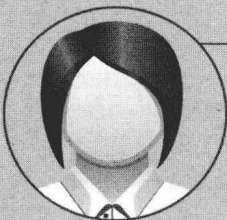


Sunflower (孙花)

博客地址: <http://sh0908.blog.163.com>

居住地: 昆明 儿子: 雷天健 (6岁半)

一个平凡普通的妈妈, 面对孩子, 因心怀人世间最为平凡而伟大的母爱而生出一些具体、琐碎的育儿体会, 希望能与同为父母的你们共分享之。



想想 (darling)

博客地址: <http://xiang.xiang625.blog.163.com>

居住地: 昆明 女儿: 想想 (3岁)

一个渴望成为全职妈妈的职业妈妈。

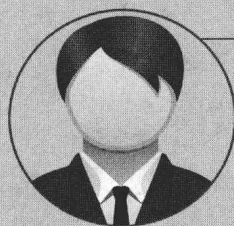


小叶子 (钟毛毛)

博客地址: <http://desertjuli.blog.163.com>

居住地: 北京 女儿: 双双 (2岁)

在教育之路上, 一个刚刚上路的人。现已辞去政府机关公务员职务, 与朋友一起创办北京夏山幼儿园(安立路28号院18#201), 探索、践行儿童自由发展以及成人心灵成长的道路。



快乐豆苗 (张利)

博客地址: <http://space.yaolan.com/2095781>

居住地: 北京 儿子: 豆豆、苗苗

一直笃信快乐的童年是人一生的财富, 并决心给孩子一个快乐的童年。于是, 就成了孩子眼里的故事大王、游戏科学家, 甚至被孩子叫作“老大”。真是多年父子成兄弟啊! 不过, 真正重要的, 是一颗尊重孩子的心。

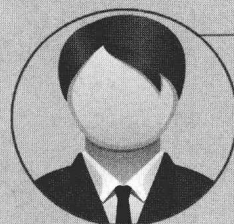


聪明的笨蛋 (邓履琴)

博客地址: <http://denglvqin.blog.163.com>

居住地: 深圳 女儿: 娃娃 (3岁)

推崇创造安全的环境, 尊重孩子自身发展。喜欢在紧张的生活节奏中观察记录孩子的成长变化, 并反思家庭教育的影响。有感于家庭教育对孩子性格、习惯的重要影响, 现已辞去外企中层管理职务, 成为全职妈妈。



大耳精灵 (张沂)

博客地址: <http://wholenewstory.blog.163.com>

居住地: 北京 女儿: 小耳朵 (12岁)

一个邪恶的老爸。

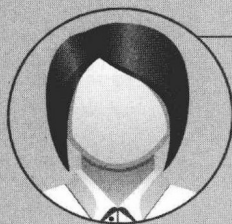


素儿 (泰莉)

博客地址: <http://sincereq1.blog.163.com>

居住地: 北京 儿子: 亮亮 (6岁)

从曾经的抵触写作、排斥阅读、不沾网络,到如今的笔耕不辍、手不释卷、博客如家,为的就是我亲爱的孩子,为的就是全天下更多的孩子。如果说,我多付出一份努力,可以换来他们多一点的幸福,让这个世界多一份童贞和欢乐,那就是我今生今世最想追寻的幸福!

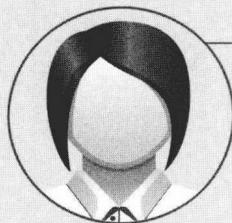


Sunny (田洪媛)

博客地址: <http://blog.163.com/sunny0530@126>

居住地: 北京 儿子: 小泽 (9岁)

就像一片树叶一样普通,一个善良而真诚的妈妈。



快乐妈妈 (陈艳艳)

博客地址: <http://lingleishy2007.blog.163.com>

居住地: 贵阳 女儿: 雨点 (7岁)

一个不断自省调整的家长,一个和孩子一起快乐成长的妈妈。



莲子 (张功莲)

博客地址: <http://blog.163.com/zhanggl0909@126>

居住地: 东营 女儿: 陈颖慧 儿子: 陈铭新

不是老师,但热爱孩子,热爱教育。二十年来,一直利用业余时间致力于家庭教育的探索和实践。希望和大家互相学习,共同提高,让心灵成长。

序言

北京师范大学 刘焱

Preface

随着婴儿呱呱坠地的一声啼哭，一门看似简单实则复杂的学问就摆在了年轻父母的面前：我们怎样做父母？这个问题之所以复杂，是因为如同自然界没有两片相同的树叶一样，每一个父母所面对的孩子都是不同的，不仅需要“因人施教”，而且还需要随着孩子的成长，改变和他们相处的方式方法。同时，时代和社会的发展改变了年轻一代的生活和成长环境，对如何为人父母也提出了更高的要求。超越传统的“衣食父母”形象，把自己打造成为智慧的“教育父母”已经成为今日年轻父母的追求。《用心陪你长大——心爸爸心妈妈育儿经》一书就为我们展示了新一代父母的风采。

书中汇集了素儿、Diana、小叶子、快乐妈妈、快乐豆苗等十余位年轻的父母在网上发表的百余篇博客文章。这些精彩的博文记录了这些“心爸爸”“心妈妈”用心和孩子共同成长的过程，总结了他们为人父母、与孩子相处的点点滴滴的感悟。爱孩子是父母的本能，要成为称职的“好父母”则需要学习。素儿、Diana、小叶子、快乐妈妈、快乐豆苗等这群年轻的父母为了“做能让孩子幸福的教育”，借助于网络这一媒介走到一起，努力去探寻科学的家庭教育方法，“从不相识的陌生人到彼此分享的朋友，从对国外教育资源的羡慕到自己亲历亲为的实践摸索”，他们互相学习，自我反思，互相激励，在“心爸爸心妈妈”这个社区中共同成长。这百余篇博客揭示的正是为人父母的真谛：用心做父母，和孩子一起成长！

“教育从心开始”是“心爸爸”“心妈妈”的理念和座右铭。“教育从心开

序言

始”，首先意味着为人父母要“用心”。“心爸爸”“心妈妈”虽然职业不同，但他们的共同之处是勇于承担自己为人父母的责任，努力学习、探索 and 践行教育的规律和原理，在孩子的教育上“费尽心思”。其次，“教育从心开始”意味着对孩子的教育应当从心与心的交流和沟通开始。教育是倾听的艺术。要成为一个好父母，我们首先要学会倾听孩子们的“心”，了解他们在想什么，想要什么。只有了解和理解，我们才能走进孩子的心，找到适宜的教育方法。良好的亲子关系是家庭生活和教育的基础。在“心爸爸”“心妈妈”和孩子的互动中，我们看到的是他们尊重、倾听和理解孩子，而不是凌驾于孩子之上，他们与孩子平等对话、共同商讨，努力塑造民主、平等的家庭生活氛围。他们放下了中国父母们端了千百年的“家长”架子。

教育的前提是热爱和尊重。要实施有效的家庭教育，必须充分尊重孩子，包括尊重他们的人格、兴趣、意愿、情感和能力等。“眼里有孩子”是“心爸爸”“心妈妈”的共同特点。他们把孩子看作生活、学习和发展的主体，注意培养和发挥孩子的独立性和自主性，激发孩子学习探索的主动性、好奇心和求知欲。在“心爸爸”“心妈妈”的家里，孩子们有权利拥有自己的喜怒哀乐，有权利表达、表现自己的想法和意见，有权利参与决定涉及到自身的事情。

家庭是孩子成长的第一环境，父母是孩子的第一任老师。为人父母首先要有做教师的意识，身体力行地为孩子树立良好的学习榜样。自律先于律子，身教重于言教。“心爸爸”“心妈妈”都了解父母言行举止对孩子的重要影响，注意为孩子营造良好的家庭教育环境，履行自己作为孩子的第一任教师的职责。

好孩子是“教”出来而不是“宠”出来的。在热爱和尊重孩子的同时，“心爸爸”“心妈妈”们也很注意培养孩子良好的行为习惯，对孩子提出适当的要求，探索改造孩子不良行为习惯的方法。

孩子的成长是一个漫长的过程，教育也就不是一蹴而就的事情。家庭教育渗透在日常生活的点点滴滴之中，对孩子的影响是潜移默化、长期伴随的。家庭教育是需要父母们小心翼翼对待、长久不懈坚持的工作！

我们怎样做父母？八十多年前，鲁迅先生就曾提出过这个问题。今天，年轻

的父母们仍然需要回答这个常议常新的永恒的人生问题。“心爸爸”“心妈妈”们用他们自己的思考和行动很好地回答了这个问题。《用心陪你长大——心爸爸心妈妈育儿经》的结集出版工作使我有机会分享素儿、Diana、小叶子、快乐妈妈、快乐豆苗等“心爸爸”“心妈妈”关于家庭教育问题的思考和感悟，我也希望有更多的年轻父母能够从书中获得启发和帮助，在本书的引导下走进“心爸爸心妈妈”社区，成为用心思、有智慧的教育型父母！

前言

Introduction

素儿

在教育孩子的道路上，我们渐渐地发现，其实我们自己不懂的真是太多太多，自身也还存在着很多不足之处有待完善。因此，通过这本书，我们想呈现给大家的并不是什么教育的灵丹妙药，而是与您分享书背后的那颗愿意去学习、反思、交流、摸索和付出的赤诚之心，那份期盼着用心与孩子共同成长的坚定和执着。当我们真的可以敞开审视自己、完善自我的心灵之门，希望的光芒便会撒落在我们和孩子的身上，温暖而明亮。

因此，由衷地希望我们的这本书可以为广大的草根家长推开一扇教育的窗，透过这扇窗，您将会看到一群普通父母身上不普通的变化：

从自以为是到虚心学习的转变

从指挥孩子到尊重孩子的变化

从指责孩子到欣赏孩子的改变

从关注教育到自我教育的蜕变

从引导成长到共同成长的升华

.....

您更可以看到这些已经发生在我们身上的变化正在或将要在您自己的身上发生。那一刻，我们犹如被赋予了人生的第二次生命，欣喜而沉醉。那时，我们一定会发自肺腑地想要感谢这个赋予我们全新生命的人——我们的孩子。

谢谢你，孩子！

前言

Diana

这世界上有一些事情很玄妙，比如，当妈妈原来是一个职业，一个永远不能辞职，也不会退休的职业。这个岗位对从业人员的要求很高，除了一颗温暖宽厚的爱心，还需要一双善于观察和发现的眼睛、一个不断学习和发挥智慧的脑袋、一双能“授人以渔”的手……

这世界上真的有一些事情很玄妙，比如，孩子是一个独立的个体，无论有多爱他，无论他有多依靠你，他总是希望有自由的思想 and 行动。在你希望用种种道理来“教育”他的时候，往往是他对世界的探索 and 发现引领了你。

这两件世界上最玄妙的事情交融在一起，我的生活发生了最美丽的“化学反应”：和孩子一起成长，我仿佛获得了另一次生命。孩子是天然的哲人，正在敦促我们思考生命的接力；孩子是天然的“科学家”，正在重燃我们对熟视无睹的生活的好奇；孩子是有力的质疑者，正在挑战我们以为辈分或阅历会带来的“权威”……我们应该怎么做？

我的悟道是：呵护他的本真，激发他的潜力，让他感觉幸福，助他实践责任。为此，我们要做最好的自己，就如同我们希望孩子做到的一样。是什么让我们变得智慧、成熟、美好？可能是我们读过的书、走过的路、生活中体会的真谛。那么，我们就继续读那些影响我们的文学、历史、科学、哲学、教育或者其他什么书吧，书将成为我们和孩子共同成长的养分；我们就开放式地和孩子探讨对学习、工作和生活的看法吧，一个家庭的价值观就在这样的讨论中形成和传递；我们就和孩子一起走出家门，关心这个社会，留意身边的人们，拥抱这个世界吧。未来属于我们，更属于他们。

诚挚地希望我们的这本书可以和有缘的“同行”们分享和讨论与孩子一同成长过程中的所感所得。

小叶子

有一天凌晨，我经过九个小时的阵痛，生下了女儿。我一直不明白为什么生产需要经历这么大的痛苦，后来答案一点点清晰了：我得到的，远比我付出的多得太多。

女儿如时光隧道一般让我迅速回顾着自己恍惚的童年，认清自己从哪里来，让我考虑自己究竟是谁，究竟要去向哪里。在此之前，我虽然作为一个人，却从未思考过“人”的问题！我想，这样的问题需要更多的人去思考。于是，我更加明确了自己此生的使命。谢谢你，女儿。

和许多志同道合的爸爸妈妈一样，我正走在教育这条“无路之旅”上，我知道自己刚刚启程，脚步还幼稚蹒跚。所以，这本书绝对不是一本完美的教育指南。如果一定要说有哪些地方是完美的，那么也许就是我们这颗赤子之心吧。

快乐豆苗

关于教育，也曾经走过弯路。对孩子的视角，也曾经俯视过。然而，经过了历练与学习，逐渐懂得，孩子是一面镜子，大人对孩子的态度会在孩子那里反射回来。如果大人用打骂来对待孩子，孩子就可能用这种方法来对待别人；如果大人用耐心来对待孩子，孩子就可能学会静心面对现实。所以，去平视孩子，体会孩子的心理、视角，会让大人明白其实孩子并非不可理喻，反而是我们大人有些自以为是。耐下心来与孩子沟通，看似多花费了一些时间，然而却是真正有效的方法。

有人说过，孩子是“成人之父”。一方面是孩子有很多东西值得成人去学习，另一方面，孩提时代的经历会影响到成人，所以，如何对待孩子，关系到他的未来。

其实，在成为父亲之前，我对于小孩子并无特别的好感，自己的侄子就曾经对他妈妈哭诉：叔叔不喜欢我。然而，自从有了双宝，在琐碎的育儿过程中，我却在一点点地蜕变。一种爱，一种博大的爱慢慢地从内心深处发芽、成长，就连看人的眼神都变得温柔了许多。正是孩子，给我机会去关爱别人、体恤别人，让我领会到人格、人性、人道。

孩子给了我重新成长的机会。同孩子一道成长，这种感觉，真好！



目录

Contents

序言	1
前言	5
第一章 成长心路——解读成长的密码	1

你了解眼前这个小小孩的内心世界吗？父母走开时缺乏安全感的哭泣……拒绝分享玩具时的“固执”……见到陌生人时的认生……淘气时的古灵精怪……你知道吗，其实这些都是每一个孩子成长过程中的小秘密，就让我们一起来探寻其中的答案吧！

婴儿期

1. 依恋对象在悄悄改变/小叶子	1
2. 感受亲子班/小叶子	4
3. 舍得孩子套得“狼”/小叶子	8
4. 拉屁屁/小叶子	10
5. 孩子的“被礼貌”/小叶子	14
6. 娃娃最大/小叶子	19
7. “我的”和“你的”/小叶子	22
8. 认生，螺旋式推进/小叶子	28
9. 吃饭是孩子自己的事情/聪明的笨蛋	32
10. 红灯停，绿灯行/聪明的笨蛋	35
11. 劳动最光荣/聪明的笨蛋	38

幼儿期

12. 收拾东西我最棒/快乐豆苗	41
------------------------	----



13. 谁是最辛苦的人/快乐豆苗	43
14. 刷牙这件事/快乐豆苗	45
15. 脏话敏感期/快乐豆苗	48
16. 让烟灰缸掉了吧!/素儿	52
17. 后果自负/素儿	55
18. 我忘记了!/素儿	59
19. 书包里的爱心/素儿	64
20. 世界 & 视角/素儿	67
21. 我再出 70 块吧!/素儿	71
22. 听自己的!/sunflower	75
23. 爬树/sunflower	79
24. 老人和孩子/sunflower	82
25. 有感于小孩子就诊/莲子	85
26. 把垃圾带回家/莲子	89
27. 自讨苦吃/莲子	92

学龄期

28. 生命的接力/Diana	95
29. 7 岁的管理者思维/Diana	99
30. 分享和给予/Diana	102
31. 坚持和放弃/Diana	108
32. 习惯说谢谢/Diana	119
33. 学会等待/大耳精灵	122
34. 我从哪里来?/大耳精灵	124
35. 与年龄俱进的性教育/sunny	126

第二章 启能“心”招——启发潜能的萌芽 131

你相信这些事情会发生在一个小小孩的身上吗？一块桃肉在一个小婴儿紧握的小拳头里变成了绝对天然的自制桃酱……原本枯燥的文字和算术题在一个个小游戏中被3岁的孩子轻松攻克……选题、头脑风暴、设计、实验、展板，这些都是一个一年级小朋友身上经历过的成长……其实，每个孩子的身体里都有一个小宇宙，只要我们给他们充足的空间去释放潜能，我们都能见证到成长的能力！

婴儿期

1. 一百零一夜/小叶子 131
2. 埋头苦玩/小叶子 134
3. 猫迷/小叶子 137
4. 女儿教我“说话”/小叶子 141
5. 玩出“学问”来/小贝 146

幼儿期

6. 画笔也疯狂/快乐豆苗 150
7. 科普从娃娃抓起/快乐豆苗 154
8. 兴趣的力量/快乐豆苗 157
9. 喝药的乐趣/素儿 159
10. 快乐1、2、3/素儿 161
11. 偶为设计迷/素儿 166
12. 小朋友的第一本书/sunflower 171
13. 孩子的兴趣需要等待/素儿 175
14. “小题大做”的幼儿园作业/素儿 177
15. 小小实践家/素儿 180

学龄期

16. 给作业抓“坏蛋”/快乐妈妈 185
17. 有趣的抗干扰训练/快乐妈妈 189



18. 着迷有多迷/Diana	193
19. 挑战正确答案/Diana	199
20. 人生第一展/Diana	205
21. 把小事做大，把大事做小/Diana	217
22. 啤酒与尿布——一个发现的游戏/Diana	223
23. 会做，还要会说/Diana	227
24. 离我们最近的音乐/Diana	234
第三章 沟通心语——探寻沟通的钥匙	238

你是不是曾经对这样的孩子束手无策呢：大冬天，光着下半身坚决不肯穿尿不湿和裤子的“小固执”；一心想带走别人家东西的“小任性”；不肯滴眼药的“小患者”……孩子为什么那么不听话？这一定是很多家长心中最大的困惑。其实，每个孩子都是愿意“合作”的，关键是如何与他们去沟通。希望这里有你需要的那把沟通的钥匙，让我们能慢慢读懂孩子的心，与孩子的心灵更贴近！

婴儿期

1. 公主的月亮/小叶子	238
2. 一岁半的雨季/小叶子	241

幼儿期

3. 手电筒的交易/小叶子	246
4. 传令兵鼠小弟/快乐豆苗	250
5. 给“消防员”点眼药/快乐豆苗	253
6. “预防针”的魔力/快乐豆苗	255
7. 原来表扬可以这样/素儿	257
8. 商量的能量/素儿	261
9. 原来孩子可以如此“听话”/素儿	265
10. 一场抱怨引发的学习/素儿	269
11. 让奖惩方法活泼一些/素儿	272