



大夏书系·家庭教育

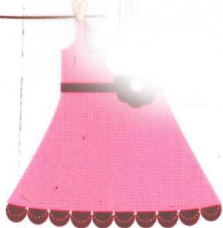


ZHEYANG JIAOYU ZIJI DE HAIZI

JIAOSHI MAMA

陈延周◎主编

教师妈妈 这样教育 自己的孩子



上海市
著名商
标市

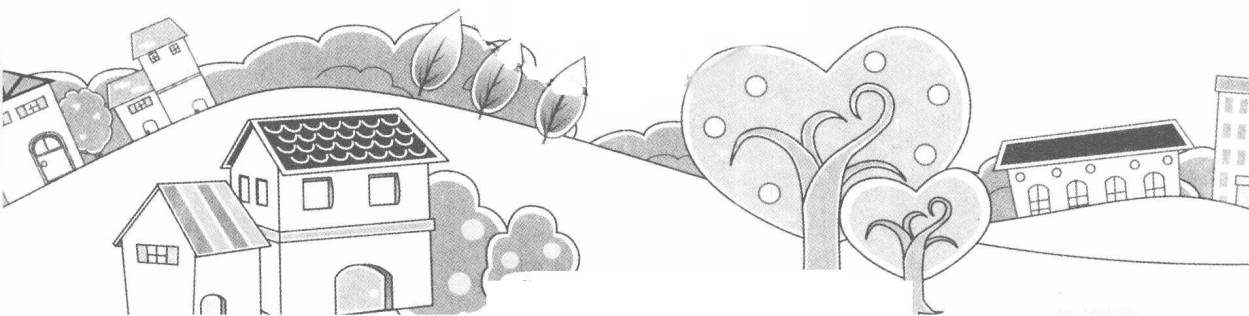
华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位



教师妈妈 这样教育自己的孩子

陈延周◎主编



上海市
著名商标

华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

教师妈妈这样教育自己的孩子/陈延周主编. —上海: 华东师范大学出版社, 2011. 8

ISBN 978 - 7 - 5617 - 8886 - 8

I. ①教... II. ①陈... III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 177714 号

大夏书系·家庭教育

教师妈妈这样教育自己的孩子

主 编 陈延周

策划编辑 朱永通

审读编辑 周 莉

封面设计 百丰设计

责任印制 殷艳红

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062

网 址 www.ecnupress.com.cn

电 话 021 - 60821666 行政传真 021 - 62572105

客服电话 021 - 62865537

邮购电话 021 - 62869887 地址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口

网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 北京振兴华印刷有限公司

开 本 700 × 1000 16 开

印 张 13.5

字 数 220 千字

版 次 2012 年 2 月第一版

印 次 2012 年 2 月第一次

印 数 6000

书 号 ISBN 978 - 7 - 5617 - 8886 - 8/G · 5273

定 价 29.80 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社市场部调换或电话 021 - 62865537 联系)

目 录 CONTENTS



她绽放成一朵花,我凝聚成一枚果 / 朱国红

为女儿写成长日记的日子	1
磨蹭宝贝提速记	4
给孩子找个合适的榜样	8
当好考试助力站	11
我爱周杰伦,有错吗	15
妈妈档案	19
妈妈箴言	20

在自主中成长 / 高广方

读万卷书,行万里路	23
品格成就人生	28
性格决定命运	33
妈妈档案	40
妈妈箴言	40

以不变的方式守望幸福 / 陈兴杰

沟通无极限	42
珍视孩子的奇思妙想	44
沉默,也是一种教育	46
亲手劳动换来的东西最甜	48
“多米诺骨牌”中的智慧	50
亲子阅读,让读书像呼吸一样自然	52
错了,我们也要学会向孩子道歉	56
沉醉在孩子成长的细节中	58
妈妈档案	60
妈妈箴言	60

于寂静中不期而遇 / 项生招

一同涂抹生命的底色:真、善、美	62
人生路上,第一次“远征”	70
志于道,据于艺	72
独立学习,独立于天地间	74
仰之弥高,钻之弥坚	76
阅读的年轮,思想的河	78
妈妈档案	79
妈妈箴言	80

爱到深处是无为 / 周萍

无为而治学英语	83
潜移默化育读书	87
顺其自然成特长	91

平等对待养品性	94
妈妈档案	100
妈妈箴言	101

植一棵参天大树 / 赵昕

“自在的放养”:让生命的格局大起来	104
“做一个心地柔软的人”:给孩子跬步以积的善良储蓄	107
“妈妈,你这个孩子啊”:独立成参天大树	110
“我是网购一族”:让俭朴成为时尚	113
“让我们自己处理好”:柳眉儿落了	114
“激情岁月激情过”:足球相伴走四方	115
“我就是个好孩子”:良好的学习习惯和品质培养	116
“妈妈,那么多人在夸你”:榜样的力量	117
妈妈档案	118
妈妈箴言	119

为孩子的明天奠基 / 李宁

坚强的意志要从小培养	121
做孩子的“同学”	123
适当放手,让男孩成为“男孩”	125
承受自己选择后的痛苦	128
消除孩子对父母的误解	129
分床的一波三折	131
做孩子赛场上的旁观者	134
学习,是自己的事	136
妈妈档案	140
妈妈箴言	140

伴着你快乐成长 / 阮以美

妈妈,我会读书了	143
花叶上羞怯的童心	145
孩子和鸭子	147
请原谅妈妈	149
寻找小露珠	151
梧桐花语	153
树是飞翔的翅膀	155
学会慢慢适应	157
永远的绿茵场	158
妈妈档案	161
妈妈箴言	162

教师妈妈的育儿心经 / 戴燕燕

小小厨房,创意飞扬	164
面对现实,识时务者为俊杰	166
耐心等待,金口能开	168
舞台赛场,跌跌撞撞也成长	170
学会示弱:男子汉是这样炼成的	171
科学试验,趣味连线	173
呵护像露珠一样的敏感期	174
我的动物朋友	175
读书的感觉,真好	177
健康快乐动起来	179
艺术创想,动手动脑	180
说好了,不要赖	182
你成长时我都在	183

妈妈档案	186
妈妈箴言	186

母爱四季,鲜活了儿子心灵的窗格 / 王秀兰

“丢”出来的好习惯	189
放手也是爱	190
零花钱里的学问	192
“磨蹭”儿遭遇“磨蹭”妈	194
值得庆贺的批评	195
亲子阅读:一个温馨的书香家庭	197
知恩做好人	199
妈妈档案	201
妈妈箴言	201

后 记



她绽放成一朵花，我凝聚成一枚果

济南市市中区教育局 朱国红

为女儿写成长日记的日子

为女儿写成长日记的时光，到现在已经快 16 年了。尽管她才 15 岁多，可是自从知道自己怀孕的那一刻起，她就那么真实地走进了我的生命，文字见证了我们母女俩的共同成长。日记就像一张张胶片，定格下孩子成长中一串串美好的跬音。回首细数，日记可以分为以下几个阶段。

一、孕期日记

从医生那里得知我怀孕的那一刻起，我就满心愉悦地开始了马拉松式的为孩子记录成长日记之旅。从孕期的妊娠反应，写到孩子第一次心跳、第一次胎动、第一次听胎教音乐、第一次做 B 超，写到每一天和宝宝的聊天、每一天妈妈对宝宝的感受，写到对孩子诞生的期盼与憧憬。十月怀胎是一个母亲用全部身心接纳孩子到来的过程，也是母亲培植母爱的珍贵时光，而日记则真实地再现了孩子的童年，珍藏了她懵懂时期的存在状态。

二、宝宝日记

这个阶段记录的是孩子 0~6 岁学龄前成长的内容，从孩子降生的过程一直记录到孩子上小学之前。1 岁以前，孩子主要吃母乳，我关注的主要就是孩子的吃喝拉撒睡等生理问题。这一年，可以让任何一个粗枝大叶的女人都变

得仁爱慈祥、细心谦卑起来，面对上苍恩赐给我们的这个小天使，她粉嘟嘟的小脸、胖乎乎的小手小脚、藕节一般的小胳膊小腿儿、散发着奶香的小身体，我们是怎么看也看不够。她一天一个样地变化着，哇，睁眼了！吃奶了！睡觉了！打哈欠了！蹬腿了！攥拳头了！长第一颗牙了！会笑了！会喊“爸爸”了！能目光专注地看一个地方了！会抬头了！会翻身了！会爬了！会站了！会在学步车里挪步了！会独立迈步了……几乎每一天，孩子都会带给我们生命成长的惊喜，我们在感动中忍不住要抱抱她、亲亲她、逗逗她，于是，我把这些都记入了我的日记里。在写这些日记时，总会有忍俊不禁的笑意偷偷从嘴角流溢出来。

翻阅学龄前的日记，总是会慨叹：这不是一个可爱的小天才吗！孩子的个子见长，本事也见长，她的语言天赋发挥得淋漓尽致，她会说两个字的词语了！会说一句完整的话了！会给妈妈打电话了！会学舌了！会转述了！会表达自己的想法了！会说几句连贯的话了！会和妈妈讲道理了！会开小朋友的玩笑了！会自己编故事了！这个年龄段的孩子爱好总是那么广泛，她对世界有着无穷无尽的兴趣，她满怀好奇地什么都想观察、都想要学习。要自己拿勺子拿筷子吃饭，要自己走路不要父母抱，要和各种各样的小动物交朋友，要拿笔涂鸦，要唱歌要跳舞，要学英语要学儿歌。这个时期的孩子是天生的演员，她是那么富有表现力和模仿力，同时还那么富有想象力和创造力，于是她带给我们一个全新的世界、一个童真的世界、一个充满快乐无忧的世界。我有幸被孩子邀请加盟这个世界，怎么能不一字字、一句句地描写下来呢？

三、小学日记

孩子上完了幼儿园，要进入小学六年的学习生活了。幼儿园和小学是不一样的，我要和孩子一起做好心理准备和物质准备。孩子会认字、写字了，小学阶段的日记可以和妈妈一起来写了。于是孩子有了《我的第一本书》、《我的第二本书》等日记，而我的记录也开始关注孩子踏进校门的喜怒哀乐了。低年级时的学习习惯养成问题、中年级时的阅读和作文问题、高年级时的学习全过程问题、爱好特长问题和同学交往问题等，凡是孩子身上表现出来的、我所能看到的和想到的，统统都记录成生动的小故事，读给孩子听，和孩子交流听后感受。可以说，这一时期的日记多了和孩子对话交流的过程，尤其是她在妈妈的记录中看到了自己的点滴进步，遇到问题时会和妈妈一起

找寻解决问题的办法。

四、初中日记

孩子上中学后，我开通了网上博客，设置了专栏“面朝初中，春暖花开”，将日记发送到网上，让孩子和网友一起阅读。这样，孩子就可以得到全国各地朋友的指导、鼓励和支持。当然，孩子也有一些不想让人知道的内容，比如个人的一些成长困惑与烦恼，那就隐藏起来，成为我们母女之间的“私房菜”。能给人看到的都是孩子愿意和别人一起分享的内容，比如学习上的点滴进步和心得、真诚的友谊、师生之间、孩子的个人习作、亲子对话交流和青春期心理等。这个时期的300多篇成长日记有很多得以发表，特别是中考这一年的日记，被多家网站转载，孩子会利用周末细细阅读，品味来自很多专家和家长的指点与激励，这些都可以引导孩子向着明亮的方向更努力地前行。

如今，孩子已经是高中生了，我想我还会一直写下去，记录她的高中生活，比如赢在高一、胜在高二、决胜高三。

我是第一次做妈妈，女儿是第一次做孩子，我们都没有什么现成的经验，所以为女儿写成长日记成为我们亲子沟通的一种优质媒介。不曾忘，孩子捧读我为她记录的孕期日记时而捧腹时而沉思最后轻轻拥抱我的场面；不曾忘，每一年孩子的生日时，我为孩子深情朗读祝贺她生日快乐的日记时那幸福的感觉；不曾忘，中考过后女儿将这期间我写的100多篇日记细细品读的情景……养育孩子是需要不断学习与反思的，日记中有许许多多孩子成长中遇到问题后作为母亲的我的深刻思索，没有问题的孩子是不存在的，而能做到未雨绸缪，让问题消失在萌芽之中，帮助孩子找准问题的所在，顺利解决问题，是需要我们用爱与责任、用心去做的。

文字是有情感的，同样的内容借助嘴说出来，语气可能是抱怨和责备，神态可能是气急败坏，内容可能是唠唠叨叨、没有层次的，但是，换一种方式，日记就变成了娓娓道来、情深义重、详略得当、点到为止。

坚持本身就是一种影响，16年的坚持无形中成为给予孩子的一种美德。孩子在日记中成长，妈妈在日记中成熟；岁月让她绽放成一朵花，我则凝聚成一枚果。现在，就在数百万字的记录中撷取几篇，与读者共享育儿的点滴收获。

磨蹭宝贝提速记

一、孩子磨磨蹭蹭真闹心

登录 QQ，对话框中闪动着很多来自全国各地的父母的信息，有好几条都是涉及孩子做事和学习磨磨蹭蹭的。

京京同学的妈妈问：“你家豆儿是不是做事特别快啊，我们家孩子早上 6 点起床，能在厕所里待上半小时不出来，你说时间这么紧，他怎么就紧张不起来呢？”

甜甜同学的妈妈说：“我女儿每天写完作业都要到 12 点了，打电话问问她的同学，人家 12 点都已经睡了一觉了，每次听到这样的答案，我都控制不住要对孩子发火。”

.....

我家女儿曾经也很磨蹭，在她上小学三年级的时候，我写过相关内容的育儿日记《令人头痛的磨蹭》——

今天晚上，因为磨蹭，豆儿又收到了我的“无敌唠叨经”。哎，一定要冷静，冷静才能孕育出教育智慧！

磨蹭似乎成了孩子的顽疾，真是叫我头痛。

下午开会，我叮嘱豆儿抓紧时间写作业，平时一个小时的作业量，今天两个小时了竟然还没有写完。看我开完会回来了，小人儿眼泪一下子涌了出来，原来语文和数学作业都没有写完呢！

真是让人生气！尤其是看到另一个小朋友写完作业都已经回家了，我更是有些心急。问她在做什么，她说自己一直在写作业，还埋怨那个小朋友玩电脑游戏制造噪音打扰了她。

我问她，同样的时间内别人既可以写完作业，又可以玩游戏，这说明了什么呢？她低着头小声说：“是我太磨蹭了。”

哎，回想这学期豆儿的几次考试，磨蹭真是让她吃够了苦头。第一次语文考试，小人儿作文只写了两行多就到交卷时间了，成绩自然不理想，语文基础知识和阅读题全班只有她一人全对，但作文却是得分最少的；第二次考

试和期中考试注意了抓紧时间，顺利完成了试卷内容，考进了前五名。可见磨蹭是她学习的“天敌”。

仔细分析一下她磨蹭的原因：

1. 孩子天性就是个慢性子，说话的时候慢言细语，做事也喜欢慢吞吞的。
2. 书写汉字握笔太使劲，运笔不流畅，容易产生疲劳感，写字速度慢。书写时笔画之间间隔时间长，提笔高，落笔慢。有些学过的汉字遗忘率较高，提笔忘字。也就是整体书写能力有待于加强。
3. 抗干扰能力弱：一有风吹草动，就容易分神，注意力转移。这说明专注能力有待于加强。

改变孩子天生的性格有些难，近期内还是要从后两方面着力，早日让她快起来！

当时这篇日记发到亲子论坛上，引起了很多父母的共鸣，大家纷纷跟帖，有出谋划策的，也有谈到自己孩子有同样问题的。我在思考：怎样才能让孩子速度快起来呢？解决这个问题不能操之过急，需要找到适合孩子的方法。那么，还是先从孩子的学习方面着手吧。

二、让磨蹭败下阵去

结合豆儿的具体情况，我们为她制定了一些可以操作的小方法，然后帮助她一点点落实。

1. 写作业前和作业中做手指手腕操。这是我们自己创编的，主要是让孩子活动手指和手腕，随着节奏，让手上的关节和肌肉都放松，这也是在为书写作准备。
2. 练习正确轻松的握笔姿势，加强运笔方面的指导，每天描摹 20 个正楷字，在规范写字的基础上逐渐提高写字速度。
3. 对于一些新学字词，从音、形、义三方面理解记忆，时常复习巩固。听写的时候有个字写错了，不要又是粘又是画地忙于修改，而是留下空格，接着往下写，写完后再补上正确的字。这样做可以避免听写的时候乱了顺序而导致一个跟不上，个个跟不上。
4. 限时作文：针对豆儿写作文慢的问题，我们要求她平时习作限定时间，半小时成文。每过 10 分钟就轻轻提示一下，孩子可以随时调整速度。
5. 快速口算：每天和孩子一起进行 10 分钟口算比赛，提高孩子的心算和

口算能力。在比赛的过程中，激励孩子全力以赴提高计算速度和准确性。当然，父母要给孩子留有享受胜利的空间，不能让她总是遭遇失败！

6. 分解时间完成作业：设置专门的记作业本，逐项估算完成时间，制订小计划。定好闹钟，父母随时倒计时提醒，让孩子增强时间观念。如果能按时或提前完成，要及时给予鼓励。如果没有完成，要及时查找原因，是专心抓紧做了但仍然没有完成，还是其他情况，明确原因后再找寻合适的解决方法。

7. 强化学习全过程：教孩子做好预习和复习工作，让孩子认识到学习不仅仅是在学校听老师讲课和课后写作业，还有两个很关键的环节需要孩子自己去做，那就是新课学习之前的预习和新课学习之后的复习。预习是为了更好地提高听课质量，复习是为了及时巩固学习中的重点难点。之后再写作业，就会游刃有余从而节省时间了。

8. 奖励时间：时间是最宝贵的，如果给孩子自由支配时间的权利，她还是会很非常乐于接受的。和孩子商定：如果能按时完成学习任务，就奖励给她半小时时间做自己喜欢做的事情。这样能够让孩子意识到，抓紧时间做事和学习本身就是在和时间赛跑，也是一件很有意义、很有意思的事情，而且赢得的时间是自己的，可以自己支配。

这些小方法因为是针对豆儿几个人的，而且是同她一起制定的，所以她愿意接受父母的指导和帮助。

三、操作过程：“小步子、快节奏、多表扬、不批评”

在操作过程中，我们运用了最常用的鼓励法，我戏称其为“小步子、快节奏、多表扬、不批评”制度，让孩子感受到爸爸妈妈的要求不是高不可攀的，不用担心完不成，这样，孩子总是生活在希望中，总是能看到自己的点滴进步。比如作文按时完成一次，奖励她自由阅读半小时；口算速度和准确率战胜爸爸妈妈一次，允许她当裁判，给爸爸妈妈出口算题考试，当然，她要先算出答案，还要给爸爸妈妈批改卷子。对这些游戏化、奖励式的参与，孩子不会觉得是负担，做起来兴致盎然，效率自然就提高了。

磨蹭的习惯是什么时候养成的，往往被我们忽略掉了。但是，当我们发现孩子有磨蹭的表现的时候，想要提速就需要扎扎实实、一点一点地去修正孩子原来的行为了，这个过程其实对于孩子来说是挺痛苦的。于是，我们就

靠着“哄”、“夸”、“奖”这些“糖衣炮弹”鼓励孩子坚持、坚持、再坚持！

记得阅读王金战老师的文章时，看到过这样一句话：“如果你觉得学习苦，那是因为你吃的苦太少。”的确，我们和孩子一起走过战胜磨蹭的那些日子后，回头再看看那段经历，它未尝不是孩子成长中一种甜甜的经历！

四、让“快”字不再成为口头禅

豆儿那时候写过一篇日记，叫“妈妈的口头禅”，我读后百感交集，写下了一篇同题的育儿日记——

豆儿，妈妈从没有想过自己有什么口头禅的，可是看过你的文字后，才发现心思细腻的女儿真是太值得我用心去爱了。

你说，妈妈的口头禅就是“快”，与之相关的词语是——快吃、快喝、快写、快穿、快弹、快走……

宝贝，你总结得太棒了！

妈妈是个急脾气，你却是个慢性子，所以妈妈就常用“快”字词语督促你了。

你说，吃饭的时候，妈妈会多次说“快吃”；写作业的时候，妈妈会多次说“快写”；弹琴的时候，妈妈会多次说“快弹”……结果很多时候妈妈都把这些词语混淆了，写作业的时候说成了“快吃”，弹琴的时候说成了“快穿”……每到这个时候，我们全家都会开心地大笑。

你说，你在妈妈的“快”字声中长大，一旦听不到妈妈在耳畔唠叨，竟然有些不习惯。

孩子，这种习惯就是——血脉亲情，骨肉至亲，你说是吗？因为爱你，你接受了妈妈所特有的爱你的方式！

经过一年多这样有针对性的细致指导，孩子慢慢形成了做事抓紧时间、合理安排时间的习惯。尽管做得还不是太好，但在以后的学习中，她已经不需要我再将“快”字作为口头禅了！女儿长大了，她懂得学习是自己的事情了。

给孩子找个合适的榜样

一、榜样磁场：相信“近朱者赤”

雪儿是我的学生，比豆儿大两岁多。2008年夏天，雪儿以所在初中总分第一的成绩考取了省实验中学。也是在这个暑假，豆儿开始靠近雪儿，雪儿开始鼓励和影响豆儿，豆儿像个跟屁虫似的整天嘴里喊着“姐姐”、心里念着“姐姐”，雪儿俨然成了豆儿生命成长中的重要他人。

那一年，豆儿刚刚上完初一，中考取得优异成绩的学生邀我小聚，我想带豆儿一同前往，让她顺便和这些学生交流交流。豆儿表现得不是太积极，问我：“你的学生个个都那么优秀，我去了说些什么呢？不会给你丢脸吧？”

孩子有自尊心是好事，但是不能变成自卑和自闭。其实我就是希望豆儿能从这些孩子身上感染一份勤奋的因子呢！

我给她讲过每个学生的故事，尤其重点介绍了雪儿。我告诉她，雪儿在上小学三年级的时候，妈妈就患病去世了。我是在雪儿的妈妈去世不久，她上四年级的时候，做了她的语文老师 and 班主任。那时候，她跟着姥姥一起生活，开学需要交几元钱的费用，姥姥却交不起，来学校找我申请资助。当时只要有政府发的一个红皮小本证明是特困户，学校就可以收半价学费，雪儿就是这样上完了小学。小学阶段，雪儿就表现出了良好的沟通能力，她担任班里的宣传委员，组织各种活动，办黑板报、当主持人，总是能把老师交给的任务完成得格外出色。上中学后，她的学习成绩一直遥遥领先，成为学校和老师的骄傲。

“妈妈，我想认识雪儿姐姐，就怕她会嫌我学习不够好呢。”显然，豆儿对我口中所讲的雪儿产生了很好的印象。

二、榜样渗透：“想要像雪儿一样”

一旦见了面，同龄人之间还是有很多共同语言的，雪儿的侃侃而谈的确让豆儿很是受益。尤其是雪儿说的那些我通常说过很多遍，但豆儿都认为很啰嗦的话语，比如说学习要仔细认真，要更加勤奋刻苦，要提高学习效率，

要找到适合自己的学习方法，不会就问，要努力超越自己等诸如此类的内容，豆儿除了钦佩还是钦佩。

雪儿带来了自己曾经用过的教材让豆儿在假期看，这一看，真的是非同寻常地震撼！那些书保存得像新的一样，但是打开来，几乎每一页都整整齐齐地记录着老师所讲的各种知识点，用不同颜色的笔标记着，书写如同刻印上一般。豆儿拿出雪儿自己整理的一张英语练习，问我是印刷体还是手写体，写得真是太认真了！再看她在英语书中粘贴的各种练习测试小卷子，全是100分。看着书上密密麻麻的记录，豆儿说，不用老师讲，自己通过看雪儿的书就知道学习的重点、难点了。

孩子静静地欣赏着！深深地赞叹着！由衷地羡慕着！不停地激动着！心中涌动着欲要同行的热望！表示自己也想要像雪儿一样！

豆儿在雪儿的面前说话并不多，可雪儿竟然这样对她说：“我们班主任说过，成绩好的同学都是说话少的。你完全符合啊！好好努力吧，只要付出总会有收获的。虽然会有点苦，可是你的身边有晨昏相伴的父母，有同甘共苦的同学，多好啊！初中生活也许是人生中最美好的一段时光，要好好珍惜这段无瑕的青春，不留遗憾。也不要太大压力，相信自己，做好应该做的，就会取得好成绩！加油！你会成功的！”

这样的话是富有感召力的，相信豆儿平静的外表下一定会有一颗波澜壮阔的心在跃动、在翻腾。

豆儿认真阅读了雪儿的博文，惊叹于她的文笔之优美，并且自己也欣然建立了个人博客，准备用行动实现目标。

在博文首篇中，豆儿是这样写的——

昨天，我和妈妈的学生们一起吃了饭。通过聊天我了解到雪儿姐姐学习成绩非常好，顺利考入了实验高中这所令许多初中生仰慕的学校。

我借到了她的书，带回家预习。我惊讶地看到她的书上都是笔记，这书本仿佛带我走进了课堂，书上是满满的记录，还有彩笔标注。

姐姐说不吃点苦是换不来甜的，两年后和我在实验高中见面，所以我要好好学习。

三、父母跟上：关注和激励

看到孩子有这样良好的心理状态，我真的很高兴，我在给她的跟帖中是