

风靡欧洲的创意育儿书

英国最受欢迎的家教理念
让情商和智商同步灿烂

这样当妈 好轻松

3~5岁

〔英国〕罗斯·贝利
林恩·布罗德本特
黛比·普林格◎著
李亦敏◎译



1525230

这样当妈 好轻松

3~5岁

〔英国〕罗斯·贝利
林恩·布罗德本特
黛比·普林格◎著
李亦敏◎译



淮阴师院图书馆 1525230



凤凰出版传媒集团
译林出版社

凤凰阿歌特
hachettephoenix

图书在版编目 (CIP) 数据

这样当妈好轻松：风靡欧洲的创意育儿书：3~5岁/
(英) 贝利 (Bayley, R.) , (英) 布罗德本特
(Broadbent, L.) , (英) 普林格 (Pullinger, D.) 著;
李亦敏译. —南京: 译林出版社, 2011. 5
书名原文: Help Your Young Child to Succeed
ISBN 978-7-5447-1705-2

I. ①这… II. ①贝… ②布… ③普… ④李… III.
①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第037008号

© 2006 by Ros Bayley, Lynn Broadbent and Debbie Pullinger
This translation is published by arrangement with The Continuum International
Publishing Group.
© 2011 for this Work in Simplified Chinese language, Hachette-Phoenix Cultural
Development (Beijing) Co., Ltd
Text by Ros Bayley, Lynn Broadbent and Debbie Pullinger.
All rights reserved.
著作权合同登记号 图字: 10-2011-59号

书 名	这样当妈好轻松：风靡欧洲的创意育儿书 (3~5岁)
作 者	[英国] 罗斯·贝利 林恩·布罗德本特 黛比·普林格
译 者	李亦敏
责任编辑	王振华
特约编辑	朱悦 王萍 李培
原文出版	The Continuum International Publishing Group, 2006
出 版	凤凰出版传媒集团
发 行	译林出版社 (南京湖南路1号 210009) 凤凰阿歇特文化发展 (北京) 有限公司
电子邮箱	yilin@yilin.com info@hachette-phoenix.com
网 址	http://www.yilin.com http://www.hachette-phoenix.com
集团网址	凤凰出版传媒网 http://www.ppm.cn
印 刷	北京市海纳百川旭彩印务有限公司
开 本	880 × 1230毫米 1/32
印 张	6
字 数	120千
版 次	2011年5月第1版 2011年5月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5447-1705-2
定 价	29.80元

译林版图书若有印装错误可向承印厂调换

序言

如果你家宝宝正好在3~5岁之间，相信你一定对养育孩子的生活深有体会——这是一种喜怒交加、阴晴不定的复杂感受：趣味横生、兴高采烈、单调乏味、垂头丧气、喜出望外、心满意足、出乎意料、气急败坏、筋疲力尽……不是一个简单的词就能概括得了的。然而3~5岁这几年，也正是孩子发展的关键期。如果能好好把握，孩子很可能将拥有一个更好的未来。

这个年龄段的孩子，成长的环境千差万别。有的已经开始接受全日制教育，有的还在家里由父母或亲戚照料和教育。有些每周会参加几小时的学前课程，有些一岁前就已经进了日托幼儿园。无论属于哪种情况，总有一些东西是这个年龄段的孩子所共同需要的。所以，我们希望不管你的具体情况如何，都能在本书中找到适用的建议和方法。

每章开头，先是几个问题引入要讨论的内容，然后是测验环节。有些章节的测验题会让你回忆起自己儿时的经历。我们对待子女的方式，总是受到自己父母的影响。回顾那些经历能让我们审视自己与孩子的相处方式，发现自己的不足，并帮我们梳理思绪，找到自己愿意尝试的方法。

每章最后的快速小测验是对本章重点的小结。

最后，我们在每章里使用“他”或“她”。除非特别指出，我们的内容对于男孩和女孩都适用。





目录

■	序言	I
1	你的童年生活是什么样的	1
2	我太喜欢你讲故事的样子了	9
3	重要的不是你有多聪明，而是你怎样变聪明的	43
4	身体出现什么状况，大脑都会有反应	57
5	游戏是非常正经的事业	77
6	蚯蚓为什么没有腿	103
7	如果感到幸福你就拍拍手	125
8	幼儿园里的人都很和蔼友善吗	151
9	你会认识很多新朋友	167
■	更多有用的亲子教育资源……	185





你的童年生活是什么样的

你知道吗？

- 儿童智力的很多“硬件”是在5岁以前形成的。
- 父母是孩子最重要的老师。
- 真正决定孩子学习成绩和学习能力的是家庭，而不是学校。
- 不管你智商高低、能力强弱，只要能在孩子身上投入足够的时间和精力，就能帮助他学习。



“在我看来，2~6岁是人类发展的一个迷人时期……与任何其他阶段相比，它包含更多的秘密和人类成长力量。”

——霍华德·加德纳



还记得小时候的生活吗？



你能记起小时候的生活是什么样的吗？你的儿时经历会影响你对待子女的方式，这一点你想过吗？

花点时间回忆一下。你小时候父母是怎么对你的？在下面这些时候，你有什么感受：



- 爸爸或妈妈陪你的时候。
- 爸爸或妈妈不能陪你的时候。
- 你学会了新本事——比如骑自行车。
- 你非常想做一件事情，爸爸或妈妈教你怎么做。
- 你帮家里人做饭或别的家务。
- 晚上睡前有人给你讲故事。
- 你不明白一件事情，爸爸或妈妈解释给你听。
- 爸爸或妈妈在校门口等你，你飞跑出来让他们看你自己动手做的东西——他们笑着称赞你了吗？还是其他反应？
- 爸爸或妈妈对你发火或不满，或者说了让你泄气的话。

不管你喜不喜欢，我们的童年经历——不管是美好的还是其他感受，都会影响我们对孩子的态度。

你能发现自己的经历可能影响你对待孩子的方式吗？

你对待孩子和父母对待你的方式一样吗？还是你努力进行了改变？

虽然你努力想改变，但发现自己跟父母还是如出一辙？

如果可能，与伴侣或朋友谈谈你的经历。



身为幼儿的父母

如果你的宝宝快3岁了，或者已经3岁了，你对下面情况可能已经深有体会：

- 看孩子是高强度的工作。
- 不管你的初衷有多好，但在日复一日的重复中，很容易灰心丧气。
- 宝宝长得很快，你刚刚找到应对这个阶段宝宝的方法，他又进入下一个阶段了。
- 对别人的孩子屡试不爽的经验，未必对你的孩子管用。
- 很多时候忐忑不安，感到自己能力有限，对不住孩子。



身为幼儿

我们说的3~5岁，只是个概指。其实包括所有已经会走路但仍然对大人非常依赖的孩子。这个年龄群体的能力发展和发育速度差异很大。看看你的宝宝，属于下面哪一种：



掌握身体动作技能
非常快。



能和大人对话——
问题没完没了。



喜欢简单的游戏。



喜欢听故事，还会自
己编故事。



渴望独立但仍然需要
安全和保护。



胆量和信心越来越大。



一起成长和学习

如果你对下页图中的景象还记忆犹新，告诉你一个好消息，你的宝宝和其他幼儿一样——在非常认真地学习。作为家长，你可以大大提高孩子的学习质量，并影响孩子的未来。

最近的电视节目非常关注身为父母的挑战和压力，儿童专家们提供了很多非常实用的建议。但是他们的话也让我们感到，当爸当妈是一件苦差事，这些问题都得“专家”才能解决。另外，1个小时的电视节目给人的印象是：好像所有问题都能迅速得到解决——可是在现实生活中，真正需要的时间要长得多。

事实上，你是孩子的专家。当然，身为父母，你必须摸索出对孩子行之有效的独特方法——这要求你也得学习。过去，这种学习很多来自家族经验或左邻右舍，但现代生活模式意味着很多人根本没有这种途径，只能现学现卖——也许可以借助电视节目和育儿书籍的帮助。别担心，读完本书，你可以在和宝宝共同学习的过程中，成为孩子的专家。







如何真正从本书中学到东西

- 循序渐进。不要想一下子把所有问题都解决，否则，你肯定会立马想放弃。先尝试一种触发你灵感的办法，或者一种你认为会有有效的策略。
- 自己也学习。如果你对新事物和新方法持积极态度，并且不怕犯错，就会容易很多。如果在生活中能采取这种学习的态度，孩子也会以你为榜样学着做一个善于学习的人。
- 量身打造自己的方法。每个父母、孩子和家庭的情况千差万别，没有一个适合所有父母的万能模式，所以要努力寻找适合你和孩子的方法。





我太喜欢你讲故事的样子了

你知道吗？

- 成功不仅仅取决于学术能力。
- 你对宝宝个性的发展能产生积极的影响。
- 学习包括情感和思维两方面。
- 对待错误的态度，是我们在学习方式上最不同的地方。



“你怎样对待孩子，他就会怎样对待别人。”

——詹姆斯



你对宝宝有什么期望



你希望宝宝成为什么样的孩子？

你希望宝宝将来成为什么样的人？

花点时间看看下页这些词，选出你最希望宝宝具备的5种品质，勾出来。然后再选出你最不希望宝宝具有的特征，在上面打叉。

