

幸福成长

各大网站名博，育儿达人，博客点击均破千万

# 育儿之路 奶爸当道

龙凤胎老爸◎著



不想做教育专家  
只想做个好爸爸  
一部男人育儿的心血力作



老爸  
育儿必备  
工具书

清华大学出版社

幸福成长

育儿之路  
奶爸当道

龙凤胎老爸◎著

清华大学出版社  
北京

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

### 图书在版编目（CIP）数据

育儿之路，奶爸当道 / 龙凤胎老爸著. — 北京：清华大学出版社，2013.5  
（幸福成长）  
ISBN 978-7-302-31600-8

I. ①育… II. ①龙… 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（2013）第030643号

责任编辑：张立红 史 涛

封面设计：培捷文化

责任校对：杨 阳

责任印制：王静怡

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址：北京清华大学学研大厦A座 邮 编：100084

社总机：010-62770175 邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, [c-service@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:c-service@tup.tsinghua.edu.cn)

质 量 反 馈：010-62772015, [zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn)

印 装 者：北京嘉实印刷有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：148mm×210mm 印 张：6.75 字 数：136千字

版 次：2013年5月第1版 印 次：2013年5月第1次印刷

定 价：28.00元

---

产品编号：049610-01

### 无法替代的爸爸

孩子的成长是一个奇妙的过程，它在你手里慢慢绽放，然后散发着醉人的光彩。父母幸福地看着这一切，生活却因为孩子的到来有了变化，抑或因为心中无尽的爱，随之而来的喜悦里不可避免地掺杂着无奈和慌乱。

这种疑惶的心态让初为人母的妈妈门急需寻找一个可以让她们豁然开朗的出口，从而建立起一种安静淡然、温馨快乐的生活态度，让健康和笑声时刻围绕在父母和孩子身边，而这也正是本书的目的所在。

我是一对龙凤胎的父亲，热爱孩子，从孩子出生起就一直与他们朝夕相处，或许因为家庭方面的原因，比如两个孩子，比如母亲去世等，我必须要亲自参与孩子成长中的方方面面，而在这个过程中，我慢慢发现育儿时时刻刻充满乐趣，虽然劳累，但快乐和充实却一直相伴。孩子现在四岁了，但他们的乖巧和懂事让身为男人的我，一个人照顾起来也轻松有余，得心应手。

我是孩子的厨师，小时候为他们打造一日三餐；我是孩子的家庭医生，一岁半后就再没去过医院就诊；我是孩子的早教老师，从孩子

四个月就准备早教资料；我还热衷于亲子互动，不但一出生就搂孩子睡觉，而且日常生活中也喜欢陪伴孩子。实践证明，即便是爸爸，都可以轻松快乐育儿！

育儿中，导致慌乱、紧张、担心或劳累的往往是个人思想缺乏正确的指导，对宝宝缺乏认识，同时教育方法运用不当所致。本书试图把父母从育儿中的辛劳中解放出来，对于喂养和教育孩子也有独到见解，而且育儿思想观点紧扣时事，与时俱进，基于传统，又紧跟科学潮流，是大家育儿过程中一本不可多得的参考书。

中国社会的育儿主力仍然是妈妈，那么爸爸是如何育儿的呢？相信本书所呈现给大家的会是一个全新的视角。孩子的成长路上，有妈妈，也要有爸爸，爸爸对孩子的影响是无法替代的，了解爸爸育儿，妈妈也可以扮演“爸爸”的一部分角色，从而让孩子的成长更健康、更完整！

## 1 潮流时尚的育儿理念

惩戒，还是让步 / 2

如何认识并保护孩子的自尊心 / 6

不培养“听话”的孩子 / 9

缺乏管教的尊重就是宠溺 / 13

孩子不是父母的教育实验品 / 16

孩子为父母而学未尝不是好事 / 20

每个成长都有伤害 / 24

怎样的育儿态度才是科学的 / 30

成功的育儿是保护孩子心灵不受伤害 / 33

## 2 千变万化的育儿招数

怎么培养宝宝良好的睡眠习惯 / 38

育儿要利用孩子善良的天性 / 41

温柔式惩罚 / 44

跟孩子一般见识你就输了 / 47

你的孩子能支使动吗 / 50

宝宝乱扔东西怎么办 / 56

### 3

#### 育儿需要圆润的家庭氛围

怎样协调婚姻与育儿 / 62

家庭里每个人的地位都无可取代 / 65

孩子是夫妻情绪的晴雨表 / 68

怎样打造和谐家庭 / 72

你是“事儿多父母”吗 / 76

怎样化解亲人夫妻间的育儿矛盾 / 79

### 4

#### 性格品德培养

教孩子面对挫折 / 84

创造孩子的好人缘 / 87

如何面对执拗的孩子 / 90

怎么对待爱哭的孩子 / 94

孩子喜欢告状怎么办 / 96

怎样培养孩子谦让的精神 / 100

孩子一根筋怎么办 / 104

## 5

### 爸爸眼中的育“儿”之道

- 为什么男孩比女孩调皮 / 108
- 把男孩培养成男人 / 112
- 男孩不懂得关心别人? / 115
- 用英雄情结造就小小男子汉 / 119
- 小男孩更爱哭? / 123

## 6

### 打造和谐的亲子关系

- 怎样和不会说话的宝宝交流 / 128
- 两个孩子, 父母怎样爱才公平 / 131
- 为什么孩子会逆反 / 137
- 硬汉柔情 / 141
- 让孩子轻松接受你的管教 / 144
- 怎样唠叨更有效 / 149
- 怎样培养懂得珍惜和感恩的孩子 / 153
- 严格家教就高枕无忧了吗 / 156



# 7

## 正确引导孩子的特长

睡前故事怎么讲 / 160

怎样学国学 / 164

怎样保护孩子的想象力 / 167

孩子，爸爸想把快乐留给你 / 171

孩子的兴趣只三分钟热度咋办 / 174

# 8

## 轻松养育

你还追着给孩子喂饭吗 / 178

怎样让孩子多吃水果 / 182

妈妈的菜里有爱的味道 / 185

怎样控制孩子吃零食 / 188

半夜惊魂记 / 192

三岁宝宝尿床家长也要淡定 / 196

父母如何成为孩子的家庭医生 / 198

疾病和育儿的相通之处 / 201

后记 爸爸育儿更疯狂 / 204



## Chapter 1

# 潮流时尚的育儿理念

## 惩戒，还是让步

### 阅读提要

在家庭教育分工上，父母们往往一个唱“红脸”，另一个唱“白脸”，宽严相济成为许多父母选择的教育方针，如何在家庭教育中把握好这个度呢？学习不可能全是快乐的，孩子是否需要接受更多“惩戒”的历练？对于这个问题，做为爸爸妈妈的你，又是如何看待的？当孩子犯错时，你又如何把握宽严相济的尺度？你赞同孩子犯了错误必须要付出代价的观点吗？孩子必须管教，必须惩戒吗？孩子的教育该放任自流还是采取合适的方式帮助孩子更好地成长？家庭教育，该“惩戒”还是该“让步”？

一看这个话题，我马上想起有一次小容哭闹，百般解释无果，我便没有再由着她的性子，而是对她很“冷酷”，并无视她的感受，等事后再安抚，让她安静下来。这是我没有“让步”的一个实例。

因为我认为父母的严格监督和管教是必需的，为孩子选择合理的教育也是必需的。孩子在未成年以前，成长路上需要父母的管教和指导，并要学会服从父母的教诲，视之作为一种习惯，这种来自父母的指导和自身潜力发挥的教育才是成功的。这里没有很绝对的“惩戒”，却也没有把教育“让步”于孩子，父母应该把教育权抓在手里，而不是无原则地由着孩子。

小容小韬的妈妈是慈母，慈母的态度会带来一些“恶果”，但好在，妈妈的慈母教育没有成为阻力，小容小韬一直很乖巧懂事，妈妈的慈母形象反而为两人提供了精神放松的天堂。在我们家，我有“惩戒”，但却是在尊重孩子的基础上，妈妈有“让步”，一起为孩子打造温馨的环境。

我记得很久以前看过一篇文章，讲的是一位母亲过度维护孩子的自尊，即使犯了错误还请老师不要管，这就是过度“让步”于孩子了，这样的母亲会造就什么样的孩子呢？实在让人担忧。文中说：“鼓励孩子的自信心，赞扬他，鼓励他有自信，这是对的，但是不能过度……即便校长惩戒确实犯了错的我的孩子，甚至揍他几下，我也会感谢老师。”与我这里表达的意思真是不谋而合。

在我家，从来都是“惩戒”和“让步”相结合，在无关是非的时候，我一般不加干涉，从孩子的角度看问题，再稍加引导，事情的解决就变得轻松起来。我坚决反对“棍棒出孝子”的“惩戒”教育，也坚决抵制以“爱的名义”对孩子毫无原则地“让步”，这是两个极端，

而现在可能有很多父母正在走这样的极端。

我们已经过度“尊重”孩子了，而却没有想到孩子也要尊重父母，即便父母不做“虎妈”，“惩戒”教育也不可或缺，但也不能过度。

怎样避免不父母教育步入“惩戒”和“让步”这两个极端的误区，让孩子既能接受惩戒，又能体会到父母的关怀和爱呢？很简单，一是对于合理的要求，应当尊重孩子的意愿，这可以看做是一种“让步”；二是惩戒教育不可少，但事后要做好孩子的心理疏导工作。

我有一个女同学，生了一个女儿。孩子上小学一年级的時候，超级调皮，上课无法集中精力，好动而且完全无视老师的存在，老师都拿她没有办法。同学是公职人员，其老公是医生，家庭条件也不错，有这样一个不听话的异于其他孩子的女儿，大家都感到很诧异。后来，和同学谈起此事，她的一句话让我恍然大悟，“从小到大，我和老公都不顺着女儿，担心把她惯坏了！”原来如此，我想，这至少是产生孩子问题的一个症结。孩子的要求只要合理，身为父母的就应当鼓励并且支持和设法满足孩子，如果孩子的要求一直得不到满足，自然就产生心理问题。我突然为这孩子感到一阵心酸。同学和老公通情达理，怎么会有这样的教育理念呢？孩子长大了，在父母处处不“让步”的情况下，其行为明显和其他孩子不同了。后来同学也意识到问题所在了，后来在老师和父母的努力下，孩子已经好多了，但是智力正常的她，在学业成绩和与人相处方面却永远落在了别人后面。

我对小容小韬一般情况下都比较和蔼，但如果两人违反了我的原

则，比如吃太多零食、玩太多扭扭车，或者打人咬人等，我是绝不姑息的，从不放松，当然有些东西也需要孩子慢慢来理解，时间长了，他们就会明白并改正了。多少次，他们哇哇大哭，我不为所动，听着他们声竭力嘶地叫喊，看着他们泪水如线珠般往下流，我虽然心里隐隐作痛，却一直严肃如初，耐心劝说，或者想其他方法来吸引其注意力，但对于“惩戒”却一直不会松口。等他们安静下来，心情转好的时候，再把他们搂在怀里，给他们分析刚才发生的事，并说出我惩戒他们的道理，这样，小容小韬心理上得到了疏导，并且理解了事情的原委，再次发生同样事情的时候，两人就已经很明白做事的分寸了。

所以，不管惩戒的时候多么严厉，事后一定要及时疏导，给孩子心理上一个缓冲，让孩子真正明白其中的道理。日常生活中，尊重孩子也是必需的。

惩戒和让步都不能陷入极端，应该把两者结合起来。对孩子来说，惩戒会让孩子学会感恩，让步会让孩子懂得爱！

## 如何认识并保护孩子的自尊心

### 阅读提要

父母要善于发现并保护孩子的自尊，拥有自尊的孩子更易管教，并且在以后的成长中变得独立自强。在育儿生活中，如果仅简单粗暴地对待孩子，不讲究事情真相，只凭着家长权威对孩子大喊大叫，孩子的自尊心就不会得到健康发展。

孩子开始认识世界时，便开始有了自尊，哪怕他只有两三岁。

身为父母，我发现小孩的自尊心都很强烈。

我批评小韬时，他就会显得特别无奈，想要逃避。他怯怯地看着我，一边后退试图躲开我，一边低声说：“爸爸，你别说了呀……你别说了呀……”看来，他也知道自己做错事，只是不想挨批评罢了。不想挨批评，那就别犯错呀，所以每次，我还是把我为什么要批评他的原因事实一一摆清楚，让他心服口服。

有时还没等我说第二句话，他就已经哇哇大哭起来，我就惊诧道：“你哭什么？我又没说什么！”他哭着说：“爸爸批评我了！”唉，这么敏感，自尊心又这么强，还不让人张张嘴说话了？小韬这样，我既欣慰，又觉得好笑。但我还是冷静地告诉他我为什么要批评他，让他吸取教训。

孩子犯错时，家长千万不能生气，生气时说的话，往往会带有强烈的情绪色彩，很容易伤害孩子的自尊心。

所以，我认为要保护孩子的自尊健康发展，不受到伤害，父母就要公平合理，冷静处理事情，把事情的对与错说明白，告诉孩子他挨批评的原因。这么做的好处是，即使父母对孩子大发脾气，他们也不会记恨在心里，也不会有太多顶嘴，他们认为犯错挨批是应该的，从而日后会避免犯错。

有一次小容吃水果的时候，不小心把果汁滴在了身上。我一看就有些生气，不耐烦地对小容说：“你小心一点，把果汁撒衣服上，都把衣服弄脏了！”小容赶紧拿纸巾擦干净，然后怯怯地说：“爸爸，你别说了。”她害怕我会喋喋不休说个没完。看来，她也知道我“紧箍咒”的厉害了，不想我说她。既然她认识到了错误，我便马上温柔地说：“好，那我不说了，你小心一点就好。”

然后大家相安无事，继续吃水果。没想到，小容还不解气，说：“爸爸刚才说我了。”这丫头，一看我态度变好了就讨旧账，我说一句怎么了？你犯了错还不让说呀？非得让我当哑巴才行？我懒得理她，严肃地



说：“你不把果汁撒在衣服上，我就不说你！”小容一听我又说，赶紧大声嚷嚷着强硬地说：“爸爸不说话！爸爸不说话！”我这才意识到原来小容自尊心也这么强。

自尊心强不是什么坏事，自尊心强的孩子更容易知道什么是荣耀和羞辱，更能听从父母和长辈的教导，但我也在担心，自尊强的孩子更容易受到伤害，他们对挫折失败的感受更强烈，如何让孩子认识到这一点，并帮助他们从失败中获得经验和教训，讲求实事求是，从而增强自信，是家长需要解决的问题。