



一慢二看三玩，
没有一步会浪费

最酷奶爸跟你聊聊
带娃那些事

陪孩子走过 学前六年

爸爸的陪伴无可替代

李一慢◎著

朱永新
著名教育家

郑先子
新浪育儿执行主编

朱正鸥
《父母世界》执行主编

真诚推荐



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



陪孩子走过 学前六年

爸爸的陪伴无可替代

李一慢◎著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

陪孩子走过学前六年：爸爸的陪伴无可替代 / 李一慢著. —北京：北京大学出版社，2013.9

ISBN 978-7-301-22644-5

I. ①陪… II. ①李… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第 129415 号

书 名：陪孩子走过学前六年——爸爸的陪伴无可替代

著作责任者：李一慢 著

责任编辑：梅秋慧

标准书号：ISBN 978-7-301-22644-5/G · 3636

出版发行：北京大学出版社

地 址：北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址：<http://www.pup.cn> 新浪官方微博：@北京大学出版社

电子信箱：sgbooks@126.com

电 话：邮购部 62752015 发行部 62750672

编辑部 57421655 出版部 62754962

印 刷 者：北京晨旭印刷厂

经 销 者：新华书店

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 13.5 印张 161 千字

2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

定 价：29.80 元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究

举报电话：010-62752024 **电子信箱：**fd @ pup.pku.edu.cn

献 给

胡胡

以及我们的儿女

葫芦和一一

是你们给我机会成为一个爸爸

我爱你们

让爸爸成为爸爸

如果说，中国的孩子从一出生起就有个天敌叫做“别人家的孩子”，那么中国的爸爸们也开始步孩子们的后尘——除了“理想爸爸”这个夙敌之外，开始面对另一个可怕的对对手：别人家的爸爸。

看吧，网络上、电视里、杂志中，各种各样的会讲道理的爸爸、能画画的爸爸、陪孩子读书的爸爸、全职在家的爸爸……所有这些“榜样爸爸”，成为瞬间拉高的参照系，让妈妈们开始对自己家的爸爸有了更高的期待。

这不，话音刚落，这位“超级育爸”李一慢便带着他的宝书跳了出来——试想，这“育爸36计”一旦抛将出去，又有多少爸爸将要被妈妈叨念：“你看看人家！”……

不知道你有没有这种感觉：爸爸们不太会要求老婆“学学别人家的妈妈”，但妈妈们比较热衷于让老公多“看看别人家的爸爸”。所以，在

这里我想给看到这本书并且想把它推荐给自己老公的妈妈写一句话，那就是：让我们多一些耐心、信任和接纳，让爸爸就按照爸爸的方式去养孩子吧！

那么，什么是爸爸的方式？

爸爸只是爸爸，不是导师。越来越多的人把孩子的今天跟妈妈捆绑在一起，把孩子的未来锁定到爸爸身上。这样想是有道理的，但也给爸爸们背上了太多的教育指标。而爸爸是什么？他是与孩子每天生活在一起的人，他用他的存在、他的状态影响孩子。如果他是个爱思考的人，他用他的思想与行动感染孩子；如果他是一个爱运动的人，他用他的活力和习惯带动孩子；如果他是一个细腻的人，孩子自然会吸收到细腻；如果他是一个大条的人，孩子收获的可能是闲淡和随性……所以，让他还原为一个放松的、不被挑剔的爸爸吧，“人生导师”只当做一份意外收获。

爸爸就是爸爸，不是妈妈。恋爱时我们已经知道“男人来自火星，女人来自金星”。只是当我们的婚姻关系从1.0版升级到2.0版时，我们忘了恋爱过程给我们上的这一课。妈妈们往往出于对孩子的紧张，开始向爸爸提出这样的要求：“向我看齐！”家庭治疗大师萨提亚女士有句名言：“我们因相似而联结，因相异而成长。”是的，因为我们之间有相通之处，所以我们能走到一起。但也因为我们是不一样的，我们才能配合彼此，完成成长。

爸爸终归是爸爸，我们与孩子至亲至爱的人。爸爸是谁？是这个世界上与我们最亲近的人，是我们选择共度终生的人，是我们曾愿意付出一切去爱与关怀的人，是我们欣喜地与其一起创造生命的人。同时，他

也是最有可能、最有条件成为孩子的好爸爸的那个人！焦急和烦闷的时候，想想我们决定创造一个生命的初衷，是为了让在一起的生活更丰富、更完满，还是为了出色地完成一个“培养任务”？想想这些，或许可以放松一些吧？

好了，各种提醒说完了。下面，我真心推荐这本“别人家的爸爸”写的育儿宝典。为什么真心推荐？因为作为好朋友，我亲眼见他如何精心为孩子们准备下午茶，如何放手让儿子成为自驾游的路线指挥，如何用最简单的物品让女儿笑逐颜开，如何……成为一个好爸爸！

朱正欧

《父母世界Parents》杂志执行主编，两个孩子的妈妈

养儿育女，我们在路上边学习边实践

与一慢认识的时候，他已经是个名副其实的“酷爸”了。作为一双儿女的老爸，他在新浪育儿博主里颇受关注。那时候，他还没有像今天这样全情投入育儿，还会用许多精力写平媒分析的文章，对儿童领域的兴趣正在发生发展中。那个时候的育儿博客群里聚集了一小撮爸爸写手，互相交流育儿经，在众多妈妈们的育儿经中非常抢眼。受到激励和追捧的爸爸们都是笔杆子，写起育儿经来，既有不输妈妈们的细腻温柔的情怀，又能有理有据、头头是道地进行分析和论述。

女儿经常会说：“我就是你身上的一块肉。”确实是这样，妈妈和孩子的牵系是天生的，事无巨细照顾宝宝的时间比较多，加之中国家庭长期以来“男主外、女主内”观念的根深蒂固，妈妈全情投入育儿几乎是无可争议的。可是爸爸就不同，要让他们全情投入家庭育儿中，是需要主动做许多工作的。做了妈妈的女性最难以把控的就是耐心、保持距

离和理性，而这些含义的反向就是——急躁、焦虑和感性，这些都会在育儿过程中体现出来，影响到孩子的成长。爸爸是不一样的，他的爱是在相处互动中培养起来的，因为生理上的距离，他们可以更有耐心，更加从容，保持距离，拥有理性。女儿有一次对我说：“××不喜欢他的爸爸。”我说：“并不是这样的，爸爸和小孩的感情需要培养，如果没有机会培养，就会比较生疏。不是不喜欢，是没有机会互相喜欢。”所以，一个完美的家庭，需要爸爸和妈妈在育儿过程中互相陪伴儿携手。

一慢的家庭看来就是这样，从围观群众的角度看，他们夫妻有很好的协作和分工。他也由养育自己的两个孩子生发出更多的兴趣，拓展到更宽泛的领域，他是很好的故事爸爸，专职的亲子阅读推广人，活动的组织者、筹办人……这些角色不只让他自己的爸爸身份日益“伟岸”“结实”，也影响到了不少人。世事常常这样，因为看到了一个好爸爸，然后就会看到在他身边出现更多的好爸爸，这是多好的事情呢！

我们这一代，因为社会、生活及教育环境的变化，有许多不好的种子被种在了思想里，在成人的过程中生根发芽，想完全剔除并非易事。养育小孩，就像是重新经历了一回“个体”成长的过程，虽然很努力，但也不能避免许多问题。育儿，对我们来说，就是一个行走在路上的状态，一个不断学习不断实践的过程。我们都希望可以做得好，还能更好。

希望一慢的这本书，可以让还在育儿这条路上摸索前行的你，有个参考的榜样，学习的激励。

新浪育儿频道执行主编 郑先子

慢慢陪孩子走过学前六年

一个有点儿姿色——经常被错认成某一线男星、没有多少育儿资质的男人当了爸爸，居然成了一位小有名气的育爸，这不还写出了如下文字。这给更多才貌双全的男人们提供了很好的谈资，瞧，他都可以这样，我为什么不能那样呢？

买一本瞅瞅，看看一慢都比我差在哪里？

不管是你自己买来这本书，还是那位女人买来让你读的，我都对你怀有深深的敬意，你竟然会读这样一本书。不过，我敢保证，这一本书不同于很多唬人的家教书，似乎没有太多的道理，而是充满了具体的做法。

不过作为作者，我有机会写个自序什么的，就麻烦你听我——

说道说道

从我们的身上，总是看到父辈的影子，我们做了爸爸，该怎样给孩子做好榜样呢？

爸爸参与到家庭教育中的数量、深度和广度正在大幅增长，2013年我们可以称之为“育爸元年”。更多的爸爸在家庭教育中越来越发挥出重大作用，用自己擅长和喜欢的方式推动着子女的成长。

爸爸在家庭中的榜样示范作用是家庭和谐与家庭教育的重要基石，做一个好育爸就得有范儿。不过有一点，很重要，一切行动听理念——爸爸们抱着什么样的心态来做这些？如同我的名字，育儿第一重要的是慢。慢的是心态，慢的是与孩子成长脚步，慢的是起跑线的发令枪！

只有慢下来，你才会发现孩子的脚心多了一颗痣，你才会听到孩子能唱哆来咪，才会明了孩子说的“呦比”是她枕头旁边小兔子的名字；

只有慢下来，你才会知道不是忙得连陪伴孩子的时间都没有，才会知道爸爸的积极参与会使孩子的情商和智商大大提高；

只有慢下来，你才会和妻子处于一个共同的平台，像当年热恋时候一样——只有你俩知道的甜蜜和苦涩……

看起来，这一大段好像是对爸爸说的，是不是也说到妈妈们的心里了呢？

这本书里，我用自己和儿女一起成长的故事，向家长传递一个理念：孩子成长的路上一一定要有父母的共同参与。在我们和孩子快乐的共处中，时间会悄然流逝。慢慢地，我们因养育孩子而更加成熟，孩子们

也长大成人。

我想告诉家长的是，育儿教女是考验爱心和耐心的复杂的持续行为，如果我们可以简化到三五条，细化到跟吃饭穿衣那样规整，把家当成核心，我们方可平静下来，“严酷”的子女教育不就是生活中的一部分嘛，何不乐而为之？

技术活

道理说完了，咱得教些“术”，有人愿意买这本书，肯定不愿意只看到老一代专家范儿的唠叨，也不愿听学院派的那些设想，总得给点实用的才好。

确实，孩子立马成人，早教刻不容缓，怎样做个好育爸，你有什么好招，我家适用什么方法？

六个字：一慢二看三玩。

足矣。

没错，这么重要的一个主题，就六个字来打发？

那好吧，我给出了 36 计。

Tips

咱家的方法未必适合你家的娃，那当然，我和你还不一样呢。不过，本着“毁人不倦”的原则，在每个章节我还是给你列举了一些其他相关的小方法、小技巧、小门道，供你在家娃身上做个试验。无偿提供，仅供参考。

不过，在你看到这本书前，我已经有了小白鼠：书中有些方法我

跟其他父母分享过，有些人是行动派，马上给孩子写信，带孩子参观游览……效果不错哦。

这本书分3章，阐述了我养育儿女“一慢二看三玩”的方法，慢在养育理念，尊重孩子的身心发展规律；看是注重从孩子接受信息最主要的来源出发，引导孩子观察、了解世界和自我；玩是利用孩子的天性，与社会、与其他人交往……

也许你会说，很多事儿都有专业的培训机构在做，比如游学啊、烘焙课什么的，问题的关键是，作为孩子的爸爸妈妈，我们可以在自己家里和孩子做些什么？

买这一本书的钱可能只够你们去上一次体验课的路费，可是如果你能从中发现自己也能够和孩子一起看、一起玩的事儿，而且这事儿正是你苦恼万分、纠结不已的，那就赚大发了。

每一章又分为12计，从具体案例出发，给家长朋友以参考，或者引发家长的思考，促进行动。每一计都相对独立，你大可不必从头读到尾，随意翻翻也许就能找到养娃的灵感。

希望这本书你会读得有趣，而且有用，甚至有益到能改变你和孩子的人生。

祝你好运！

目 录

推荐序1 让爸爸成为爸爸 / V

推荐序2 养儿育女，我们在路上边学习边实践 / IX

自 序 慢慢陪孩子走过学前六年 / XI

01 慢——我们的内心

第1计 育爸要有范儿——你的样子，孩子的榜样 / 4

第2计 心急吃不了热豆腐——不是不能，时候未到 / 10

第3计 小仪式，大作用——创造家庭传统 / 13

第4计 新年爬山——放眼未来的契机 / 17

第5计 给孩子写张明信片——爱要怎样表达 / 22

第6计 家庭会议定大事——给孩子靠谱的平等 / 26

第7计 按兴趣培养的前提是知道兴趣所在 / 34

第8计 英语启蒙交给了妈妈——家庭教育巧分工 / 39

第9计 给奶奶打电话——孝要行 / 51

第10计 画一棵家族树——我从哪里来 / 58

第11计 故事哥哥——公益活动我在行 / 62

第12计 量变到质变，静待孩子进步——每个孩子都有自己的进度表 / 64

02 看——孩子的周围

- 第13计 读有趣的书，让孩子爱上书——阅读习惯的支点 / 74
- 第14计 埋下数学思维的种子——游戏里的数学启蒙 / 83
- 第15计 对面的大厦看过去——招牌中的通识教育 / 90
- 第16计 给孩子来点古风古韵——家庭中的“五个一”工程 / 94
- 第17计 movie day——每周一部原版电影，不仅仅是学英语 / 98
- 第18计 睡前故事自己编——和孩子共同创作 / 106
- 第19计 你来说，我来写——表达是写作的基础 / 112
- 第20计 家庭语言学习系统——小小硬件大帮助 / 115
- 第21计 阅读要分段——从有趣到有用，再到有益 / 119
- 第22计 超大的世界地图——打开认识世界的一扇窗 / 124
- 第23计 城市建设中的大浪费——观察促进思考 / 130
- 第24计 小小读行侠——旅行、学习、生活 / 133

03 玩——共同的记忆

- 第25计 小小咖啡师——品味不同的滋味 / 144
- 第26计 亲子烹饪不在形式在参与——美味来自双手 / 146
- 第27计 四季中餐菜谱——为了孩子将来不仅仅会泡面 / 148
- 第28计 找到一个好朋友——青梅竹马和世交 / 153
- 第29计 带孩子上班去——让孩子知道我们在努力 / 158
- 第30计 我带女儿逛商场——女儿要有挑选的眼光和自信 / 163
- 第31计 实实在在的家庭手工——做一个万能先生 / 168
- 第32计 家庭勋章——赏识让孩子发挥特长 / 171
- 第33计 超市购买的性价比——咱们也说说钱商 / 177
- 第34计 挣钱排行榜——服务创造价值，获得报酬 / 183
- 第35计 从起点到终点——喜欢就去坐 / 187
- 第36计 带孩子去探险——呵护孩子的好奇心 / 190

致谢 / 193

温馨推荐 / 195

01

慢——我们的内心

