



一位早教专家三年陪伴孩子上幼儿园的心路历程

陪孩子 一起上 幼儿园

Going to Kindergarten

付小平 著 with My Child

三年心灵陪伴
孩子受益一生

幼儿园是孩子第一个小社会
在环境转换的关键期，给孩子最有帮助的爱
有些事，家长现在不做，就来不及了

一本幼儿园家长必读的
亲子成长手记

正在读

林怡

沙拉

蔡笑晚

蒋佩蓉

朱永新

著名教育专家

陪孩子

PEI HAIZI YIQI

一起

SHANG YOU' ERYUAN

付小平 著

幼儿园



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

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。

图书在版编目（CIP）数据

陪孩子一起上幼儿园/付小平著. —北京：电子工业出版社，2013.6
ISBN 978-7-121-20245-2

I. ①陪… II. ①付… III. ①儿童教育—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第084490号

出版统筹：李朝晖

责任编辑：潘 炜 户春晖

美术编辑：杨 楠

营销编辑：易新蕾

责任校对：张 莉

印 刷：北京嘉恒彩色印刷有限责任公司

装 订：北京嘉恒彩色印刷有限责任公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本：720×1000 1/16 印张：15 字数：147千字

版 次：2013年6月第1版

印 次：2013年7月第2次印刷

定 价：32.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

幼儿园是孩子迈入的第一个小社会，
用大手拉着小手，
陪他一起走吧。



推荐序一

童年是幸福的起点

朱永新（中国教育学会副会长）

有的父母把教育孩子当成纯粹的责任和义务，有的父母却把教育孩子当成自己人生的一种乐趣和享受。前者往往更多感受到枯燥甚至焦躁，而享受教育的父母，却通常能演绎教育的精彩。小平显然是后者。

现在，越来越多的父母不信任体制内的教育，采取了“教育自救”的办法，组织起来自己教孩子。小平也大体属于这类人。他拥有博士学位、擅长学术研究，却能放下研究的“架子”，以拉家常的口气娓娓道来，分享自己的育儿心得和体会；也能突破理论的束缚，从日常生活的一点一滴之中教育和引导孩子的一言一行，从自己养育孩子的亲身经历中总结和提炼自己的育儿经验。

严格地说，这是一本亲子共同成长的手记。通过这本书，一个称职的好父亲形象跃然纸上。通过文字，我看到了一个享受教育、演绎教育精彩的年轻爸爸，甚至看到了一个心态阳光、童心未泯的“70后大男孩”。当然，我更看到了一个6岁孩子，在爸爸的一路陪伴和悉心呵护下，身心是如此健康，童年是那么快乐。同样作为父亲的我，透过本书的字

里行间，切实地感受到了那份浓浓的父女之情，犹如一杯香浓的咖啡，弥久醇香。

现在，大多数的年轻人在成为父母之后，几乎就没有自我成长的动力了。很多父母觉得，自己在职场上打拼已经够累了，回到家里还要做家务，根本没有精力和时间陪伴孩子一起成长。而这样做，恰恰又使得孩子无法在童年快乐成长。

一个好的教育，一定是父母与孩子一起成长的教育。在我们的新教育实验学校里，有一个真实动人的故事。有个孩子的爸爸是企业家，工作非常忙，很少在晚上 11 点之前回家。因为孩子所在的学校参加了新教育实验，老师要求每天晚上进行亲子共读。为了共同完成这个作业，爸爸开始试着减少应酬，讲故事给孩子听。一段时间之后，孩子各方面的进步都非常明显。看到了孩子的进步，爸爸也深受激励，并且，他在亲子共读中体会到了重回童年的乐趣和自身成长的幸福，从此他即使应酬再多，也会保证每天晚上 8 点钟回家。他们父子共同坚持，到现在已经 5 年，一起共读了 165 本书。

其实对每个人来说，人生有四个重要的场所：母亲的子宫、家庭、教室、职场。人在母亲的子宫里通过母亲感受外部世界，离开母体后则通过家庭与世界交流，通过教室来接受教育的熏染，通过职场的拼搏来完成自我。我们可以看出，在任何阶段，家庭都是人生永远离不开的一个场所，它不仅是最温馨的港湾，同时也是人生最重要的加油站。人生从这里出发，终将回到这里。因此，家庭教育的重要性不言而喻。

父母作为孩子的第一任老师，也是孩子的终身老师。然而，没有任



何人天生就会做父母。我们都知道，要考驾照才能开车，做父母比开车要复杂很多倍，却不需要任何“证”就可以上岗。因此，父母是最容易犯错的老师。一旦父母在教育孩子的过程中“走弯路”，孩子的人生就很可能有更多的弯路要走。正如有人曾经说过的那样：如果父母不教育孩子，孩子就会变坏，但是，如果父母用错误的方式教育孩子，孩子就会变得更坏。对于父母来说，要进入童年的“神秘之宫”，就必须在某种程度上变成一个孩子。只有这样，孩子们才不会把父母当成一个偶然闯进他们那个童话世界之门的人。

我曾经说过，童年的秘密远远没有被发现。儿童早期的教育对于人来说究竟意味着什么，我们还不完全清楚。但是有一点是肯定的，儿童的家庭教育会影响一个人的一生。无论是俗话说的“三岁看大，七岁看老”，还是托尔斯泰曾说的，孩子自出生到5岁，在智慧、情感、意志和性格诸方面从周围世界中摄取的，是他5岁之后所摄取的许多倍。这些，无一不在说明家庭教育的重要性，更说明了家庭教育对孩子幼年的意义。

看得出来，小平的这部作品花了很多心思。单从书名来看，似乎仅适合幼儿园的父母阅读，但如果通读全书就会发现，其实很多内容都跟整个幼儿阶段相关，也完全适合婴幼儿父母阅读，还适合幼教工作者参考。通观全书，我们发现，小平没有太多高深的理论，却有很多精辟独到的理念和独辟蹊径的见解，同时提供了很多具体的方法和有效的措施。书中文章看似独立成篇，却有一根主线贯穿始终。我想，正是因为小平具有多年教育行业工作经历，所以他对教育的理解才会如此深刻，对教育的感悟才会如此精彩。

一位复旦大学的博士，为了让自己的女儿快乐成长，在事业和孩子这个两难选择面前，果断地把父亲这个角色放在首位；为了更多孩子的快乐成长，毅然放弃企业的高管职位和不菲的年薪收入，全心投入到儿童教育和家庭教育研究及培训领域，在当今这个主要比拼物质财富的时代，这样的选择确实需要勇气，需要胆略，更需要智慧。

我欣然为本书提笔作序，希望热爱教育的父母们越来越多，也相信本书能让更多年轻父母从中受益，获取教育的智慧，借鉴育儿的经验。如果父母能够学习和成长，就能让更多孩子度过快乐的童年，拥抱幸福的人生。



推荐序二

做懂孩子的父母

林怡（著名早教专家，亲子畅销书作家）

任何关系都无法与亲子关系比肩，对孩子的成长影响最深远的，永远是父母。父母才是孩子心灵最好的“饲养员”。父母的角色当好了，其他人对孩子的不良影响便可以淡化，甚至被抵消，孩子就可以从父母这里得到滋养，成长得更好。

通读付老师这本书，既让我看到了一位足智多谋的好爸爸，面对任何育儿问题，他都能迎刃而解；也让我看到了一个灵气活现的乖宝贝，在爸爸妈妈爱的滋养下，她一直在快乐成长。我想这样的养育效果，是很多年轻父母孜孜以求的，但得来这些，并非“全不费功夫”。

南宋诗人陆游曾告诫自己的儿子：“汝果欲学诗，功夫在诗外。”养育孩子，何尝不是如此。作为一名多年从事早教行业的专业人士，我接触过不计其数的父母，不乏用心良苦的家长，但像付老师这样了解孩子、尊重孩子的父母并不多见。

孩子要上幼儿园吗？孩子被欺负怎么办？孩子不午睡怎么办？该如何和老师有效沟通？给老师送礼要跟风吗？……这些都是孩子上幼儿园

时，让很多父母非常困惑，甚至纠结的问题。

这本书跟很多育儿书的不同之处在于，针对的家长主要是幼儿家长，内容极具实用性和操作性，对学龄前这个特定年龄段的养育问题进行深入剖析，对幼儿阶段的孩子可能出现的各种问题做了详细归纳，通过生动活泼、真实可靠的案例，进行客观全面、细致入微的分析和解答。

懂孩子，让孩子成为孩子，协助他成长，才是为人父母最重要的职责。只有了解孩子的心，我们才能给孩子最有智慧的爱，在育儿的路上，我们才能走得气定神闲。如果不了解孩子的心，我们往往看到的是孩子的“问题”。而当我们纠结于这些“问题”时，我们自然就容易把孩子当成负担甚至是累赘，也不可能享受陪伴和养育孩子的乐趣。

细细品味付老师总结的教育理念和分享的育儿经验，我们就会发现：那些在很多父母眼里的难题，似乎不再那么棘手；那些在很多父母心中的困惑，仿佛不再那么混沌；那些在养育之路上所遭遇过的挫败感，完全可以转化为一种成就感；那些曾令我们束手无策的“捣蛋鬼”，可能一夜之间就会变成人见人爱的“天使”。

其中的诀窍就在于，我们自己是否成长为一个懂孩子的父母。只有我们懂得“孩子的那些事儿”，孩子才会真正“懂我们的事”。

要做到真正懂孩子，我们就要将孩子视为成长的主体，尊重孩子的自身发展规律和特点，跟随他的视线和脚步，协助他、陪伴他慢慢前行。这就需要父母善于学习育儿知识，敢于突破传统教育观念，愿意和孩子一起成长。

同时，我也是一位曾经悉心陪伴孩子走过幼年的母亲，深知父亲在



养育孩子过程中的角色没有人能够替代。但在快节奏、高强度的工作重压之下，很多爸爸废寝忘食地投入工作，把工作忙作为借口，心安理得地当起了“甩手掌柜”，对孩子不管不问、不理不睬。

而付老师作为一位博士爸爸，为了陪伴女儿的成长，暂时远离喧嚣，抵御物质诱惑，需要莫大的勇气和魄力。正如付老师在后记中所说：“事业错过，可以重来；孩子错过，无法弥补！”孩子的成长过程是不可逆的，父母一旦错过，等待我们的除了遗憾，还是遗憾。

我希望能有更多的年轻父母，在事业和孩子不可兼得的情况下，保持一份清醒和理智，“有所为有所不为”。当孩子的成长状态越来越好，我们一定会感到欣慰！



推荐序三

让孩子拥有一个高质量的幼儿时代

陈忻（美国康涅狄格大学儿童心理学博士）

一年多前，我在朋友的撺掇下终于开了微博，但微博上的信息良莠不齐，有些育儿理念似是而非，禁不起推敲；有些育儿理念又常常矫枉过正，从一个极端走向另一个极端。

有一次，我在无意中看到付老师的一条微博：“在教育观念上，总有人喜欢走极端：一提到给孩子快乐，就认为应该什么都不学，岂不知玩中学才会乐学；一提到无条件爱孩子，就认为应该百依百顺，岂不知有管教才是真爱；一提到让孩子自由成长，就认为应该放任自流，岂不知有规则才有自由；一提到培养独立性，就认为应该撒手不管，岂不知有引导才能自立。”

作为两个孩子的妈妈，我深以为然，心中窃喜，终于找到一个对育儿理念有着客观辩证认识的人啦。经常阅读他的微博和博客文章，我最后发现付老师确实是一个理性而又务实的教育人。而在有些话题上，我自己刚好也写过一些文章，就把我的文章给付老师看，他也很喜欢和认可。由此，我们逐渐成为很好的朋友，经常讨论和交流，互相都有启发，



彼此都有收获。

毋庸置疑，幼儿时代的环境和教养，对一个人的未来有着深刻的影响。而父母和孩子之间的互动，就是一个很重要的影响因素，并且没有任何人能够替代。付老师为了更好地陪伴女儿走过幼儿时代，辞去高薪但很繁忙的工作，让女儿拥有一个高质量的幼儿时代。通读本书，我们会感受到伊伊童年的幸福、身心成长的健康。而付老师自己，也通过这段亲子教育经历，将所学的教育理论和养育实践相结合，对教育理论有了更深的领悟。他还将这些感悟和经验集结成书，与更多父母分享。

作为儿童心理学博士，我深知儿童发展有一定的共性，但在孩子发展过程中，他们的个体差异也起到很大作用。亲子是父母和孩子之间的互动，受到孩子和父母双方的各种因素的影响，所以是一个动态的过程。正如付老师在后记中所说，没有一个人能写出一本适用于每个家庭的、放之四海皆准的“育儿说明书”，我也希望父母不要把这本书纯粹当成“育儿宝典”完全照搬和盲目套用，而是在这本书的启发下去探索适合自己孩子的教育方法。

在这本书里，付老师对孩子幼儿时期存在的许多现象，很多父母经常遇到的问题和疑虑，阐述了他的看法和在女儿身上的实践。值得我们去学习的是他中肯辩证的见解，我们在思考、吸收了这些见解并充分了解和观察自己的孩子以后，再去寻找自己的对策，针对自己孩子的特点灵活运用书中提到的一些方法。

因为我有两个个性迥异的孩子，所以我知道，里面讲到的具体办法，对伊伊适用，但如果我全盘照搬，用在我的两个孩子身上，有一些方法

未必一定有效。我会根据两个孩子的特点，从书中吸取一些合适的方法，再灵活采用另一些自己的方法。但是，整本书里体现的理念是辩证而客观的，这是我们完全可以用来作为指导养育孩子的方向的。在保证大方向的前提下，我们可以不断根据孩子的特点和年龄来调整小办法，以达到针对自己孩子最有效的效果。

孩子的发展有一定的规律，也需要一定的时间逐步展开。可以说，儿童的发展是身心、环境等各种因素互相交织、互相影响的持续过程。所以父母需要有耐心，充满爱心和童心，陪伴孩子走过他们的幼儿时代，顺利进入学龄时期。

目录

Contents



推荐序一：童年是幸福的起点 朱永新 /1



推荐序二：做懂孩子的父母 林 怡 /5



推荐序三：让孩子拥有一个高质量的幼儿时代 陈 忻 /8

PART 1 为孩子进幼儿园做准备

幼儿园是孩子人生第一堂社会课 /2

教养贴士 我们不可能陪伴孩子一辈子，保护孩子一辈子，孩子终有一天要走向社会、融入社会。

陪孩子迈好入园第一步 /7

教养贴士 上幼儿园是孩子去接触社会的第一步，不可避免地会遇到各种适应难题，其实这是孩子的一次脱敏过程，经历过这些事情，孩子的适应能力就会不断变得从容。

全托，不要轻易送孩子上 /12

教养贴士 父母对孩子无条件的爱，与孩子的亲密互动，有利于孩子安全感的建立，良好亲子关系的形成。

选对老师，比挑选幼儿园更重要 /17

教养贴士 一所好的幼儿园，并非所有老师都尽职尽责；一所一般的幼儿园，也有很多好老师会对孩子尽心尽力。

PART 2 父母的改变决定孩子的能力

有管教才是真爱 /24

教养贴士 爱得过度，就会变成溺爱；爱得不当，甚至会变成恨。无条件的爱绝不是溺爱，爱中有管教才是对孩子最大的爱。

与孩子一起订立规则 /30

教养贴士 一个快乐的家庭中，规则运行得很自然，家庭生活是愉快的“给”与“取”，父母和孩子是同伴。在不快乐的家庭中，纪律是恨的武器，服从变成美德，孩子是奴隶与财产。

别让孩子伤在“听话”上 /35

教养贴士 在儿童期有反抗倾向的人中，84%的人意志坚强，有主见，有独立分析、判断事物和做出决定的能力；而儿童期没有反抗倾向的人中，仅有26%的人意志坚强。

放手，孩子才能独立 /40

教养贴士 如果在孩子心里，任何事情都能寻找到靠山，孩子就容易养成一种依赖心理，在心理上难以跟父母“断奶”。

允许孩子犯错，给孩子自我成长的机会 /45

教养贴士 当孩子犯错时，记住：不管你多么生气、多恼火，一定要努力克制住情绪，不要乱贴标签，比如“坏孩子”“惹祸精”等。

别让“教育”破坏孩子的专注力 /51

教养贴士 专注力虽然是孩子学习所必备的能力，但往往很难在一本正经的学习中完全培养出来，大都是在玩耍、游戏、运动、户外活动等孩子感兴趣的事情中培养起来的。

别以安全之名，剥夺孩子运动的机会 /55

教养贴士 运动不仅能保持孩子身体健康，还能促进大脑发育，对发展孩子的手眼脚的协调能力大有帮助，直接影响到孩子学习写字。

PART 3 每一个问题都是一次机会

孩子爱说谎，父母先别慌 /62

教养贴士 “假如你的孩子说谎，他不是怕你，就是在模仿你。撒谎的父母必定有撒谎的子女，如果你要孩子说实话，就不要对他们说谎。”

孩子欺负人，父母需纠正 /66

教养贴士 每个小朋友都会有这么一个阶段，喜欢通过拳头来表达自己情绪，因为用身体表达远比语言表达来得更简单、更直接。

孩子爱比较，父母要引导 /72

教养贴士 孩子在成长中会通过比较了解自己的优势，转化为自己进步的动力。如果在比较中，孩子不满足于自己的位置，又暂时找不到超越别人的办法，那么就很容易对那些他们认为“比自己漂亮、比自己聪明”的小朋友产生嫉妒心理。

孩子的“坏脾气”，父母要用心对待 /77

教养贴士 学龄前的孩子自我意识不断发展，每天要应付那么多新鲜经历，身体还在迅速变化，乱发脾气其实是一种正常的情绪表达。

孩子在幼儿园不午睡，家长别紧张 /81

教养贴士 小朋友的适应能力是最强的，家长要给孩子主动适应和调整的时间，要尽量给孩子独立成长的空间和机会。

面对暴力，教孩子学会保护自己 /85

教养贴士 每个孩子都是一个独立的生命，都有自己的生命能量，更有自己的成长轨迹。我们应该相信孩子有能力去面对，也有能力去解决自己的事情。