

献给2—6岁孩子的父母

陪孩子 一起成长

俞妮亚 著 何幼明 绘



广西美术出版社



用新理念培养 自信 独立 让孩子快乐成长
用好方法启发 智慧 潜能 让孩子健康发展

案例 + 分析 + 方法

轻松和你聊：最浅显、最基本的教育方法

每组“案例 + 方法”，只需3分钟！

让你在忙碌的生活中也能掌握教育孩子的知识！

教育孩子没有万能的全书，只有最基本的方法和技巧！

看你怎么融会贯通，轻松应对各种问题！

ISBN 978-7-80746-401-3



9 787807 464013 >

定价：35.00元

图书在版编目 (CIP) 数据

陪孩子一起成长：同年轻的爸爸妈妈聊天/俞妮亚著.
南宁：广西美术出版社，2008.5
ISBN 978-7-80746-401-3

I. 陪… II. 俞… III. 学前儿童—家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第073529号

陪孩子一起成长

PEI HAIZI YIQI CHENGZHANG

作 者：俞妮亚
绘 图：何幼明
装帧设计：黄仁明
出 版 人：蓝小星
终 审：黄宗湖
图书策划：蓝柏坚
责任编辑：邓 欣 梁秋芬
出 版：广西美术出版社
地 址：广西南宁市望园路9号
邮 编：530022
网 址：www.gxfinearts.com
发 行：全国新华书店
印 刷：广西南宁华侨印务有限责任公司
版 次：2008年5月第1版
印 次：2008年5月第1次印刷
开 本：787mm×1092mm 1/18
印 张：11
字 数：88千字
书 号：ISBN 978-7-80746-401-3/G·217
定 价：35.00元

本书如出现印刷、装订等质量问题，请直接向出版社调换。

前言

孩子的教育问题已成为家庭和社会的焦点问题，许多家长越来越重视：除了给孩子均衡的营养、让孩子有强健的体魄外，如何掌握正确的教育方法，培养孩子良好的性格品质和行为习惯。

本书作者俞妮亚女士是一位理论深厚、经验丰富的学前教育专家，她多年潜心研究中国儿童成长的现状，从中发现问题、解决问题，形成了一套适合中国国情的幼儿教育理念。

本书通俗易懂地论述了教育孩子的科学理念，结合生动活泼的案例提出了各种简单实用的教育方法和技巧，包括转变教育观念、健康运动、启迪智慧、发展个性、养成习惯等方面的内容。

孩子成长过程中的问题是随着时代和社会进步而层出不穷的，没有任何一本书能够包罗万象、滴水不漏，我们能努力做到的是：整理出最突出、最普遍的教育问题，归纳出最基本、最重要的教育方法。爸爸妈妈只要结合生活，用心品读、体会，就能触类旁通、举一反三，解决各种实际问题。

希望每一个孩子都能身心健康、茁壮成长！

自序

1988年—1989年，我有幸到美国明尼苏达大学进修幼儿教育。在美国学习期间，我的勤工俭学是：周末到朱丽家照顾她的女儿南希，每周到彼得家给他5岁的儿子克里斯托夫上两次中文课。

南希长了一头卷发，非常可爱。令我惊讶的是她才两岁就自己拿着奶瓶喝奶，自己用勺子喝汤、吃东西。起初，由于南希年纪太小，勺子常常送不进嘴，搞得满脸、满身、满桌子都是食物，我忍不住就喂她吃。朱丽发现后，很不高兴地告诉我不要喂孩子。她认为，少吃一点对孩子的生长发育不会有很大的影响，孩子饿了就知道好好吃东西了。时间长了，我发现美国的家庭普遍都是这样，孩子不好好吃饭，父母一般不会多费唇舌，到时间就把食物全部收走，他们关注的是培养孩子就餐的习惯。

每周的星期一、星期三下午，我到彼得家给克里斯托夫上中文课，与其说上课，不如说是陪玩。因为彼得对我说：估计十年后，国际市场会转移到亚洲，要是能让克里斯托夫早些接触中文，对他的将来也许会有好处；但如果他不想学，你就陪他玩好

了。彼得还特别强调：千万不要勉强克里斯托夫，因为，要他学中文是我们父母的一厢情愿，对他来说是不公平的，他有权力不喜欢。由于彼得所持的态度，我们每次的学习时间都是1小时，克里斯托夫兴致高时我教他说一两句中文，情绪不佳时我就陪他玩游戏。大半年下来，克里斯托夫没有学到什么中文，但他对中国倒是产生了浓厚的兴趣。

在与这两个家庭的亲密接触中，我发现，作为父母，他们从小就把孩子当作一个独立个体平等地看待，给孩子应有的尊重和理解。在这种方式下教育出的孩子，他们是那么乐观、自信、独立，而且肯动脑筋、敢于尝试和勇于探索。

这两个家庭的父母对孩子的教育对我冲击很大，我固有的教育观念常常同他们的理念发生对峙、碰撞，在对峙、碰撞后又逐渐形成一种新的融合。

回国后，我教育孩子的理念发生了根本性变化，这些变化影响了身边的朋友，也影响了她们对孩子的教育。如今，我们的孩子一个个都上了大学，都在健康成长。

去年夏天，我们聚在一起

时，无意聊起了许多教育孩子的趣事……我们都感到，在孩子稍纵即逝的成长岁月里，我们和孩子一起体验生命中的每一次感动，聆听孩子内心情感与外在事物的交流，我们一点都不觉得烦躁与困苦。相反，在我们的记忆里，尤其是孩子成长的点点滴滴、一个个故事，一切都充满了意义，令人不禁想要将这些宝贵的经验与人分享。

因此，她们提议我写一本有关教育孩子的书，就像往常同她们聊天一样，用轻松、愉悦、深入浅出的言语，同年轻的爸爸妈妈聊聊教育孩子的一些理念、心得以及做法。她们的想法让我产生了一种冲动，凭着这股冲动，凭着自己长期从事幼儿教育工作的优势，凭着自己多年对孩子的热爱与观察，我勇敢地拿起了笔。

但是，如何才能让她们谈到的情景在我的书中重现呢？这个几乎难以实现的目标，却是我的追求。我很明白写这本书的重要性，因为一些父母的教育存在误区、盲区，而使孩子的成长道路潜藏了许多不健康的因素，有的孩子变得骄纵任性，有的孩子变得自卑怯懦，有的孩子变得孤僻

冷漠……而这些深深触动我的情景，也正是维持我写作冲动的原动力。因此，这本书，我力图从家庭教育理念和教育孩子最常见的问题入手，谈谈如何培养孩子的智力、个性、习惯……让年轻的爸爸妈妈轻松地掌握教育孩子的方法，陪着孩子一起健康、快乐地成长。

教育孩子的方法与技巧也许有千种万种，但可以说没有哪一种是绝对好、绝对可靠的，因为每个孩子都是独一无二的个体，一切都要靠父母用爱、用智慧去灵活运用，去创造发挥。因此，我希望在教育孩子的过程中，这本书能给年轻的爸爸妈妈带来一点启示，让孩子感受到成长的快乐。

最后，在这本书即将出版之际，我想感谢长期支持、鼓励我的家人和朋友，感谢广西美术出版社的大力支持，感谢该社教材出版中心的精心策划，特别是本书的插图作者何幼明女士的辛勤付出。

俞妮亚

2008年春节

目录

1. 懂得爱	002
2. 心灯	004
3. 调子要一致	006
4. 爸爸的角色很重要	008
5. 适度的期望	011
6. 做个爱说话的爸爸、妈妈	014
7. 多一点赞赏	016
8. 错了没关系	018
9. 不要体罚孩子	020
10. 游戏就是学习	022
11. 同孩子一起玩	025
12. 让快乐伴随孩子	028
13. 过早的背诗识字并不好	030
14. 这一招还真灵	032
15. 我运动，我快乐	036
16. 不可缺少的户外活动	039
17. 亲近大自然真好	042
18. 小手指上的智慧	045
19. 提高自我保护意识和能力	048
20. 挑食偏食怎么办	050
21. 多陪孩子看电视	052

22. 放飞孩子的好奇心	056
23. 注意是心灵的天窗	059
24. 观察是智力活动的门户	062
25. 记忆是学习的基石	066
26. 给想象插上翅膀	069
27. 激发孩子的创造力	072
28. 让孩子变得更聪明	076
29. 语言表达很重要	079
30. 孩子不爱说话怎么办	082
31. 享受阅读的快乐	084
32. 从小热爱科学	087
33. 数学启蒙在生活	090
34. 培养英语兴趣	093
35. 享受画画的乐趣	096
36. 感受音乐的魅力	099
37. 兴趣班不是越多越好	102
38. 自主学习是可以培养的	105
39. 培养乐观的性格	110
40. 孩子,你真棒	113
41. 责任心是健全人格的基础	116
42. 伸出小小手,传递点点爱	119
43. 播下善良的种子	122

44. 意志品质是做人之本	126
45. 给孩子一点困难去克服	129
46. 让孩子自己往前走	131
47. 注意培养耐性	133
48. 孩子不要哭	135
49. 让孩子走出恐惧的阴影	138
50. 胆小不是天生的	140
51. 学会为他人喝彩	143
52. 别让孩子太任性	145
53. 别让说谎成习惯	147
54. 理解孩子的“反抗期”	149
55. 冷静对待孩子被欺负	151
56. 学会与同伴交往	153
57. 不以规矩，无以成方圆	158
58. 养成良好习惯	160
59. 鼓励孩子做家务事	163
60. 让孩子懂得金钱的价值	166
61. 养成文明礼貌的习惯	168
62. 孩子说脏话怎么办	171
63. 纠正孩子好动的毛病	173
64. 亮亮不听话谁之过	176
65. 快快乐乐上小学	179

献给 2—6 岁孩子的父母！

陪孩子 一起成长

同年轻的爸爸妈妈聊天

广西美术出版社

1 懂得爱

爱同我们掌握其他艺术一样，它是需要学习才能掌握的。

——美国心理学家埃里克·弗罗姆

爱，是阳光，是雨露，是孩子成长的土壤。

爱孩子是全天下父母的心愿，但并非所有的父母都懂得如何爱孩子。

美国心理学家埃里克·弗罗姆曾说过：“每个父母也必须通过学习并付出努力才会懂得爱。”也就是说，爱是要学习的，爱是要有能力的。是啊，只有当你懂得如何去爱，有了爱的能力，孩子才能感受到你的爱。

那么，怎样才懂得爱，才有能力去爱呢？

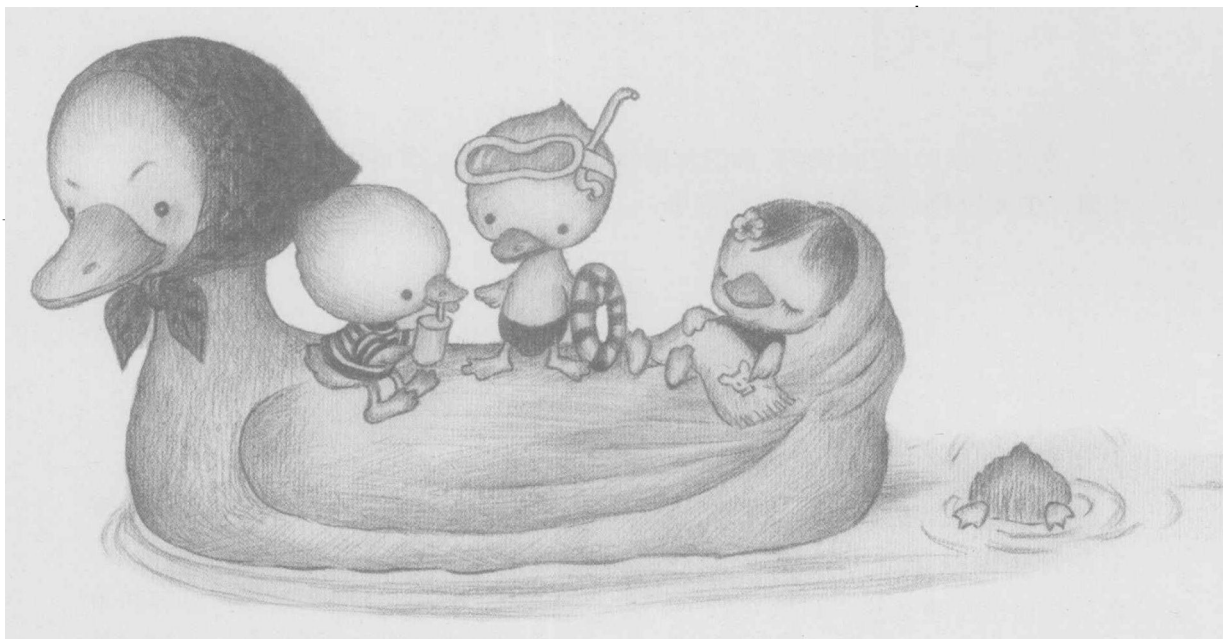
懂得爱的爸爸妈妈，会从孩子的角度去看待孩子的问题。他们知道世界往往只在孩子的眸子里呈现它的纯净、简单和瑰丽，所以，当孩子灰头土脸却兴高采烈地回家时，他们不会因为孩子弄脏了衣服而不高兴，而是饶有兴趣地问孩子为什么那么高兴。他们关心的是孩子是否获得了快乐，获得了发展。

懂得爱的爸爸妈妈，不仅会尽量满足孩子合理的、正常的物质需求，更会充分地满足孩子健康向上的精神需求。他们会经常同孩子一起快乐地游戏，引导孩子正确地认识这个丰富多彩的世界。

懂得爱的爸爸妈妈，知道尊重孩子，允许孩子表达自己的想法。无论孩子的想法有多么天真、多么幼稚，他们都会积极鼓励和认真地对待。他们不仅尊重孩子的人格，并会唤起孩子的自尊与自强。

懂得爱的爸爸妈妈，尊重孩子的自然与天性，着力培养孩子的学习兴趣。他们不会让孩子参加过多样课外兴趣班，如钢琴班、美术班、书法班、电脑班……而是让孩子在具有发展的空间中生活。

懂得爱的爸爸妈妈，明白孩子犯任何错误都是可以原谅的。他们会用爱心去包容孩子的过错、无知、失礼



甚至荒唐，不会无故责骂孩子，更不会惩罚孩子，而是认真了解事情的前因后果，从孩子的角度出发、用孩子的眼光去分析，从正面引导孩子认识自己的错误，并改正错误。

懂得爱的爸爸妈妈，无论在什么境况下都始终不渝地关心孩子的成长，关心孩子的健康、情绪和精神。不管自己是得意还是失意，是成功还是失败，对孩子都充满浓浓的爱。

亲爱的爸爸妈妈，请用正确的爱支撑孩子去寻找生命的支点。只有用爱的目光、爱的期盼、爱的行为关注孩子的成长，孩子才能学会爱自己、爱生活、爱学习、爱他人，迈出做人

的第一步。

一位哲人曾说：“我们怎样爱孩子，孩子会怎样爱世界。”只要你用心学习爱，用爱去培育爱，就会在付出爱的同时也收获爱。

爱，具有无形的力量，是孩子幸福的源泉，是孩子前进的动力。

爱，是通向孩子心灵的桥梁，没有真正的爱，就没有真正的教育。

爱，要及时，现在就开始吧！

2 心灯

亲子关系对幼儿社会关系的发展有很大的影响。而这种关系是理想还是不理想，主要依赖于父母对子女的态度。

——心理学观点

每当谈起家庭中的亲子关系，许多父母会说孩子“不听话”、“任性”，而孩子也会说“讨厌妈妈”、“爸爸厉害”……为什么会这样呢？

其实，孩子是弱者，父母对孩子的态度如何，在很大程度上决定了他们之间的关系。

假如说亲子关系犹如孩子心里的一盏灯，那么这盏灯，只要父母用心都能够点亮。可惜的是，现实生活中不少父母看不见孩子心中的这盏灯，更没有用心去点亮它。所以我们时常看到一些紧张的亲子关系：

有的父母喜欢按自己的情绪和经验来支配孩子的行动，将自己的喜怒哀乐强加给孩子，不相信孩子有处理事情的能力，没有耐心听孩子把要说的话说完，更有甚者以惩罚的手段来管教孩子。他们和孩子的关系是不平等的，是一种“大人”和“孩子”的关系，是“管”与“被管”的不和谐

关系。试想，这样的父母同孩子能有良好的亲子关系吗？

有的父母对孩子溺爱、纵容和不加管教。孩子获得过分自由，可以为所欲为，而父母则有求必应，形成了一种使孩子自我膨胀、唯我至上的精神环境。可想而知，这些孩子和父母之间也不是健康和谐的亲子关系。

有的父母……

年轻的爸爸妈妈，你们同孩子的关系亲近吗？无论你们同孩子之间过去如何，从现在开始，为了可爱的孩子，也为了孩子的可爱，请用心同孩子一起构建良好的亲子关系吧！

良好的亲子关系是民主、平等、相互理解、充满亲情的关系。这种关系的建立仅靠爱还是不够的，还需要你们更多的努力：

努力熟悉孩子的世界。苏霍姆林斯基说得好：“……必须了解儿童，了解他的精神，体会他的思想和内心



感受，小心翼翼地去触动他的心灵。”在日常生活中，要不断地观察孩子，注意孩子，了解孩子，掌握孩子的需求、兴趣、爱好和个性特征。

努力学会尊重孩子。学会正确地爱护、关心、理解和信任孩子，让孩子多接触社会生活，使孩子自发产生某种兴趣与爱好，尽可能让孩子自己解决自己的问题。

努力理解孩子的需要。支持孩子

的探索，倾听孩子的提问，引导孩子去寻找解决问题的方法，与孩子分享成功的快乐，虚心向孩子学习，创造“思维共享”的氛围。

努力放下架子与孩子平等相处。主动同孩子一起游戏，一起看电视，借以进入孩子的世界。

如果爸爸妈妈都能熟悉、了解和尊重自己的孩子，就能成为孩子的好朋友，就一定能点亮孩子的心灯。

小提示 沟通方式——角色扮演

既然孩子那么乐于投入到游戏活动中去，并且游戏这种活动形式又是那么符合孩子的身心发展特点，那么父母可以试着将游戏作为一种与孩子沟通的方式。

如：当孩子感到难以描述与同伴交往的一些困惑时，爸爸妈妈又无法从积极的倾听中发现孩子的问题并进行有效的沟通时，就不妨试一试角色扮演的方法，爸爸或妈妈扮演某位小朋友，而孩子则扮演另一个情境中的自己。

说明：要求孩子扮演特别的角色，借以了解孩子的内心冲突与外在行为，为孩子解决问题及亲子间形成良好的沟通提供切实有效的途径。

3 调子要一致

要做到作为受教育者的父母行动统一，就是要教母爱和父爱学会贤明，使善和严，柔和刚达到和谐。家长教育不贤明，母爱和父爱就会使孩子畸形发展。

——前苏联教育家苏霍姆林斯基

有些父母和孩子之间有一种很奇怪的现象：父母望子成龙的思想往往都是一致的，但在教育孩子的问题上却常常出现分歧。不是吗，生活中妈妈规定了孩子“不可以做”的事，爸爸却在背地里偷偷答应、允许；当孩子做错了事，爸爸要管教时，妈妈又来解围，替孩子说情等等。这样，在一个家庭里就有了双重标准。

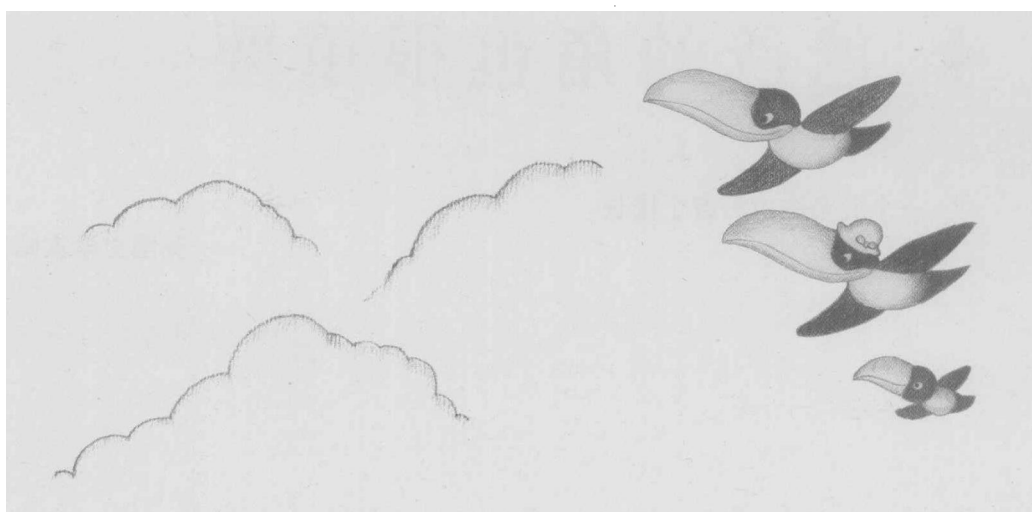
爸爸妈妈是否认真想过，在这样的双重标准要求下，孩子怎么能学习和掌握正确的行为要求呢？

孩子虽然小，可也会“察言观色”，他能十分准确地分辨出爸爸和妈妈对他态度的差异。不是吗？生活中不乏这样的例子：当孩子犯了错，爸爸管教时，孩子会有满肚子的委屈情绪，这时，如果妈妈来解围，孩子就马上会更伤心地哭起来。为什么呢？因为孩子发现了爸爸和妈妈之间态度的不一致性，就本能地利用它来

为自己逃避处罚。

如果爸爸要求不等大家吃完饭孩子就不能离开饭桌，妈妈竟因此同爸爸争辩起来，说他没有权利这样要求孩子；如果妈妈不让孩子多吃糖果，奶奶却给一大把……在一个家庭里，如果意见不一，一个严、一个松，这个管、那个护，孩子本身还不完全具有明确的是非观念，就会很自然地倾向于保护他的一方，那么，持正确观点的父亲（或母亲）所做的努力也就无济于事了。调子不一致，不仅会抵消教育作用，造成孩子判断事物标准的混乱，是非不分，善恶不明，还会使孩子形成“钻空子”的思想，为自己的不良行为狡辩，抵制正确的教育，严重的还有可能把孩子引向错误的方向，使孩子的不良行为习惯得到强化。

孩子年龄小，一切都在初学阶段，他需要肯定而明确的行为规范和



学习范本。爸爸妈妈的管教态度和奖惩标准要保持一致，孩子才有规矩可循。否则，孩子很容易学会利用大人的弱点，投其所好，趋利避害，变成不单纯的孩子，以后教育的难度就会增加，孩子就不易接受良好的道德意识、道德情感教育。

因此，我建议，在对孩子的教育中最好采取“父唱母随”或“母唱父随”的方法，即调子要一致，爸爸、妈妈不能当着孩子的面“唱反调”。如果有不同的意见，爸爸妈妈应在适当的场合交换意见，统一看法，在孩子面前，在任何情况下都要表现出相互支持。

举个例子，孩子的玩具找不着了，就哭闹着要爸爸帮他找玩具，为了教育孩子玩了玩具要放好，爸爸要求孩子自己找。可孩子听了以后哭闹得更厉害，又要求妈妈给他找玩具。在这种情况下，妈妈如果跟着孩子着

急，翻箱倒柜地帮孩子找玩具，那就错了。这时，妈妈应同爸爸保持一致，明确表态：“哭、闹、大声叫喊不好！再哭、再闹这个玩具还是找不到，你仔细想想，最后一次玩这个玩具是什么时候，玩完后自己放到哪里了？”如果孩子真的想不起来，妈妈可以接着说：“我可以帮你找，但有个条件，以后玩了玩具一定要放回原来的地方。”要不了几次，孩子就会自己收拾玩具了。

亲爱的爸爸妈妈，只要你们在教育孩子的问题上相互配合，注意保持教育的统一性，孩子一定会健康成长。

4 爸爸的角色很重要

一个父亲胜过一百个校长。

——英国文学家哈伯特

爸爸刚进家，孩子高兴地迎上去说：“爸爸、爸爸，给我讲故事。”

爸爸拉着脸很不耐烦地对孩子说：“乖，去找你妈妈讲。”

顿时，笑容在天真烂漫的孩子脸上凝固了……

年轻的爸爸，你认同这种做法吗？你是否也认为，对于这么小的孩子来说，妈妈比爸爸更重要，照顾和教育孩子是妈妈的责任呢？如果你真有这种想法，那就太遗憾了，你的孩子的发展也会因此受到不良的影响。

爸爸和孩子的关系同妈妈和孩子的关系一样，从孩子一出生就开始了。如果爸爸与孩子之间建立了良好的关系，那么，这种关系能发挥的作用将远远超过人们的想象。爸爸同孩子的关系之所以非常重要，是因为：

爸爸同孩子的关系良好，有助于孩子形成良好个性。人常说“严父慈母”，爸爸对孩子的影响，既是对母

爱的强化、配合与补充，也是减少母爱中负效应的一种巨大力量。在生活中爸爸通常具有独立、自信、坚强、宽厚、敢于冒险等个性特征。孩子在与爸爸的交往中，一方面，孩子会潜移默化地受爸爸言谈举止的影响；另一方面，爸爸也会要求孩子具有以上个性特征。

爸爸同孩子的关系良好，能促进孩子形成健康的性别意识。现在，“性别教育”的概念已经被提出来，就是说，让孩子从小就开始体验男女两种社会基本构成的不同个性，这对孩子形成正常的性别角色，是很有好处的。在和爸爸的交往中，男孩能更好地从爸爸那里观察、模仿男性的语言和行为，日渐表现出男子汉气概；女孩也可以接触到良好的、明确的男性榜样。如果孩子与爸爸建立一种积极而密切的关系，那对孩子身心健康和人格发展都会有很大的促进作用。