

【卢勤教育文集】

写给

年轻妈妈

卢勤 著

◆ 漓江出版社

写给

年轻妈妈



图书在版编目 (CIP) 数据

写给年轻妈妈 / 卢勤著. —桂林: 漓江出版社, 2007.1

(卢勤教育文集)

ISBN 978-7-5407-3879-2

I. 写… II. 卢… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第010904号

写给年轻妈妈

作 者 卢 勤
责任编辑 文龙玉
美术编辑 罗 云
责任校对 田 芳
责任监印 唐慧群
资料整理 卢锦华
图片提供 卢 勤 卢锦华 李 斌 张志刚 等
出 版 人 李元君
出版发行 漓江出版社
社 址 广西桂林市安新南区356号
邮 编 541002
发行电话 0773-3896171 010-85893190
传 真 0773-3896172 010-85800274
邮购热线 0773-3896171
电子信箱 ljcb@public.glptt.gx.cn
http://www.Lijiang-pub.com
印 制 中国农业出版社印刷厂
开 本 700×1000 1/16
印 张 18
彩 页 2
字 数 401千字
版 次 2007年4月第1版
印 次 2007年4月第1次印刷
印 数 1—20 000
书 号 ISBN 978-7-5407-3879-2

全套(共5册)定价 90.00 元

本 册 定 价 18.00 元

知 心 热 线: 010-64060999 (周二至周五晚 17:30—20:30)

知心姐姐网: www.zxjj.com.cn

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与工厂调换

关于本书

这是知心姐姐的第一部轰动全国的家教书，是写给年轻妈妈的知心话，每一位妈妈都应该阅读，特别是忙碌的年轻妈妈。卢勤告诉我们：要做好妈妈，首先要认识自己，调整好自己的心态，要了解孩子，理解孩子，尊重孩子，用更好的方法去培养、引导和教育孩子。书中将权威科学的家庭教育理念与生动幽默的家教事例紧密结合，不但系统全面地分析了家庭教育中存在的实际问题，而且更重要的是提供了解决问题的有效方案。

本书中有很多至理名言，很多成功教育的经典案例，强烈震撼了亿万父母的心灵，在社会上产生了极大的反响。家长们一边读着书一边改变教育观念，改善教育方法，取得了满意的效果。

本书荣获中宣部第六届“五个一工程奖”，发行260多万册，是最具影响力的家教指南。漓江版《写给年轻妈妈》，增补1/3最新内容，配大量资料图片，内容更为全面，形态华美。



关于作者

卢勤，高级编辑。现任中国少年儿童新闻出版总社副总编辑，中国家庭教育学会常务理事，全国“更新家庭教育观念报告团”成员，中国关心下一代工作委员会专家委员会委员，2006中国学生营养健康节形象大使。

卢勤长期主持《中国少年报》《知心姐姐》栏目，被广大少年儿童及父母热情地称为知心姐姐。她以亲切、平易、认真、深情及独具特色的亲和力，影响着一代又一代少年儿童，守护着孩子们心中的希望。曾获中国新闻工作者最高奖“韬奋新闻奖”，“中国内藤国际育儿奖”，联合国颁发的“支持儿童杰出成就奖”，并获“全国优秀少年儿童工作者”、“中国保护未成年人杰出公民”、“全国三八红旗手”、“巾帼建业标兵”等称号。

卢勤所著的书是教育的经典，总发行量超过600万册。《写给年轻妈妈》发行260多万册，获国家第六届“五个一工程奖”，《做人与做事》发行150多万册，获国家第八届“五个一工程奖”，《写给世纪父母》获“中国图书奖”，《告诉孩子，你真棒！》发行100多万册；《告诉世界，我能行！》、《好父母 好孩子》、《把孩子培养成财富》等都是超级畅销书。

＜在2005年“六一”全国少先队员代表大会上，胡锦涛主席与卢勤握手，旁边还有航天英雄杨利伟



＜卢勤与小记者们在一起



<卢勤和新羽西
在一起



<知心姐姐跟我们
心贴心



<年轻妈妈爱读
知心姐姐的书



和年轻妈妈说的知心话(代序)



徐惟诚

凡见到有关家庭教育的读物出版,有关家庭教育的实际措施推出,我都很高兴。因为这在当今的中国实在太重要了。

大家都知道,人的素质实际上将决定我们民族的命运。每一个社会成员几乎都是在家庭中诞生的,从家庭中获得生命,在家庭的环境中得到最初的也是给他的生命打上烙印的教养。人的性格、意志、品质、情操以及生活习惯的形成,莫不与家庭有最密切的关系。

家庭教育,这是整个民族的事业,是千家万户的事业,同时又是一家一户的事业。每一位做父亲、母亲的,都只能分散地,根据自己的认识和意愿,采取自己认为合适的方法去教育和影响他们的子女。他们不可能“学养子而后嫁”。面对一个新的生命,缺乏经验的年轻父母难免要手忙脚乱。社会生产力的发展,生活条件的变化,经济体制的转变,对外交往的扩大,又把一大堆新问题放在每个家庭面前。家长的心态,子女所受到的社会影响,都不是人们始料所及的。随着人们对子女期望值的上升,投入的增加,事与愿违的情况好像也更多了。这是家长们的苦恼。他们有理由要求得到更多的帮助。

使人高兴的是,家庭教育问题正在日益受到社会各方面的重视。许多深入研究的成果,许多有指导意义的读物,许多有效的活动,都受到广大家长的欢迎。卢勤同志《写给年轻妈妈》这本书的出版,想必更能引起读者发出会心的微笑。

卢勤同志的这本书，实际上是若干次面向家长的报告、谈话、咨询的内容集中整理而成的。作者自己就是一位成功的母亲。她又是一位少先队工作者，是《中国少年报》的“知心姐姐”，和少年朋友有着密切的交往，倾听过他们的许多“悄悄话”，深知他们的欢乐与苦恼。她爱孩子，理解孩子，又能从不同的孩子成长的经历中反复比较，得出若干切合实际的规律性认识，并且提出了“太好了！”“我能行！”“你有困难吗？我来帮助你！”三句话，这是有利于孩子良好心理素质形成的教育方法，这些都是极其可贵的。她又能理解年轻妈妈的心情，以过来人的身份，向她们点明孩子成长中的“秘密”。她对年轻妈妈们说的是知心话。这时，她就不仅是孩子们的“知心姐姐”，也是年轻妈妈们的知心姐姐了。

贯穿在这本书中的一个显著特点是对孩子的理解和尊重。孩子是人，是独立的人，他要自己长大，也只能自己长大，并且将投入社会中创造自己的事业。大人们应当爱孩子，鼓励他们，支持他们，保护他们，引导他们，但决不能代替他们，实际上也代替不了。孩子的心理状态、思维方式和大人都不一样，强要用大人的想法套到孩子的头上去，代他们下决心，逼他们按自己的意志去做，难免格格不入。

对孩子的理解和尊重不等于溺爱，而是对孩子的信任，应该细心地发现孩子身上的积极因素，加以扶持、发扬，并且克服那些消极的因素。这些积极因素不一定同大人头脑里的框框完全一致，或者因其幼稚、细小而被大人所忽视，从而受到不应有的压抑和挫伤。

人们往往把教育狭隘地理解为教训。其实，教育并不只是讲道理，设规范，更不能简单地等同于耳提面命。家庭教育尤其是渗透在家庭全部生活之中的。家庭中每一天的氛围，家庭成员之间的关系，家庭对社会各种事物的评价，家庭生活的习惯，所有这一切，每日每时都在塑造着家庭最幼小成员的心灵。老舍曾说过，他母亲对他的教育是生命的教育。所以，我们研究家庭教育，不仅要研究少年儿童成长的规律，更要注意为人父母者的为人。卢勤同志这本书中有许多地方实际上涉及这个领域，这是很有必要的。

中国太大了。发展不平衡是中国的一大特色。家庭的情况千差万别，又处在迅速的社会变动之中，新问题自然层出不穷。希望有更多的有志之士来关注、研究，拿出更多的成果来，促使中国的家庭教育提高到一个更新的水平。这是千万家长的希望，也是民族的希望。

(作者为中国家庭文化研究会会长)



(中为徐惟诚)

再版前言

几天前，一位中年妈妈打电话给我，激动地说：“卢老师，我今天就想对你说声谢谢！”

“你是谁？为什么要谢我？”

“我叫樊玲，今年48岁，是一个20岁男孩的母亲。9年前，我儿子11岁那年，我读到你那本《写给年轻妈妈》。这本书彻底颠覆了我的家教理念。我出生在一个军人家庭，父亲一直信奉‘不打不成材’，我对儿子也非常严厉，限制他的活动，‘按下牛头强喝水’。儿子对我逆反心理很强烈。就在这时，我看到你的书，一下子豁然开朗，知道自己进入了误区。我第一次知道，世界上还有另一种教育方式，那就是鼓励，和孩子交朋友。从此我改变了态度，以儿子为友，尊重他，理解他，信任他，激励他，儿子也有了很大的变化，大家都很喜欢他。去年，他考上了北京大学，各方面发展都很好。我真从心里感谢你，没有你那本书，我的孩子今天还不知道是什么样！我也很想加入‘知心姐姐’行列，和你们一起宣传科学的家教理念！”

听了这位母亲的话，一种成就感油然而起。那感觉如同农民看到丰收的庄稼，如同园丁看到盛开的鲜花，如同建筑师看到自己设计的大厦平地崛起……

我第一次感受到书的魅力。

《写给年轻妈妈》是我的第一部专著。

我忘不了9年前，一个偶然的机，逼着我拿起了笔。

作为《中国少年报》的“知心姐姐”，每当我走近孩子，听到他们议论各自的父母，总感到“妈妈”、“爸爸”对孩子是多么的重要，他们多么期望父母能了解自己，成为自己的朋友啊！父母的教诲，将影响他们的一生；父母的失误，会贻误孩子的前程！

于是，我一次次走上“家长学校”的讲台，把孩子的心声告诉天下的父母，但这毕竟有限。我也曾想拿起笔，写一本书，让“知心姐姐”走进千家万户。但实在没有时间，每天要干的事情太多，写书的事只好排在“明天”，而“明天”到来时，又和今天一样忙……

1996年3月，在妇女出版社的“冬妮童话丛书”出版座谈会上，我作了10分钟发言。我以“小孩子不爱逛商店”为例，讲到成年人只有蹲下来，跟孩子站在一条视平线上，用孩子的眼睛看世界，你讲的话孩子才爱听。会议小结时，当时的全国妇联副主席、书记处第一书记黄启臻充分肯定了我的观点。我感受到鼓励和认可，心里真高兴。

过了十几天，中国妇女出版社副社长薛宝根来找我，她说：“全国妇联为了推动家庭精神文明建设，准备在全国开展年轻妈妈读书活动，要为年轻妈妈写一本书。启臻书记说：‘就请卢勤来写吧，我看她的儿童观很好，事例生动，语言也不错，一定能写好！’”

我当时真是“受宠若惊”。因为我不是作家，只是一个记者、一个编辑。我被这种信任深深感动了。我想，既然社会需要，家长需要，孩子需要，领导又这么看重我，我一定要写好。于是，我痛痛快快地答应两个月内交稿。

可我实在忙，只有挤休息时间了。从4月初开始，每天晚上，我从9点写到12点半，清早4点起床，写到7点半，8点准时上班。每天大约写3000字，苦战两个月，16万字的书稿终于完成了。

7月，当责任编辑李白沙把精美的样书送来时，我简直不敢相信这本书是我写的。同事们也奇怪，问：“这么忙，你什么时候写的？”

静下心来仔细一想，究竟是什么力量促使我赶出这本书呢？我领悟到：是信任的魅力！

信任，能使人产生强烈的责任感，充分挖掘潜力，释放能量。当受到信任时，他会觉得他的身后有许多人支撑着，他有不负众望之心，就不会被任何重负压倒。

一个人发现自身的价值，往往是通过别人的信任。尤其是未成年的孩子，他们渴望得到大人的信任，希望大人“委以重任”。为人父母者，最大的责任是重视孩子，满足他们的成就感。

这本书，在全国妇联和妇女出版社的推动下，发行了213万册。在以后的几年中，我又陆续写了《做人与做事》、《写给世纪父母》、《告诉孩子，你真棒！》等书，总发行量超过了500万册。

在所有书中，我始终坚持尊重儿童，信任儿童，激励儿童的知心教育理念；我始终不懈地宣传“知心姐姐”的“快乐人生三句话”、“精彩人生九个字”。正像我在书中总结出来的话：太好了——改变心情就改变了世界；我能行——改变态度就改变了命运；我帮你——改变情感就改变了生活；你真棒——改变角度就改变了关系；我要学——改变内存就改变了未来；我思考——改变头脑就改变了人生。

9年前的年轻妈妈，如今已经成为中年妈妈；9年前的小学生，如今已经长成大学生。

这些年，我到过全国许许多多的地方，和父母面对面，和孩子面对面，当我听到父母眼含热泪向我表示感谢，叙说自己教育观念和办法改变后的进步时，我常常激动不已；当我看到大孩子、小孩子围着我叫我“知心姐姐”，悄悄告诉我“知心姐姐，我喜欢你”时，我常常欣喜若狂，如醉如痴……

这就是“知心”事业的魅力，这就是书的魔力。

一本书，就像一个载着小伞的蒲公英，她乘风飘动，让装着智慧的小伞，撒落在大江南北，飘进千家万户。

一本书，又像一位“知心姐姐”，落户在千千万万父母与孩子的心田，成为他们教育的好帮手，成长的好伙伴。

转眼，9年过去了。让我欣慰的是，今天的父母比9年前更爱读书。为了孩子，他们不怕酷热，不畏严寒，一次次去听家教讲座；为

了孩子，他们不惜钱财，不惜时间，买了许多书自己刻苦阅读。他们明白：时代发展速度快，自己要与时俱进，为了孩子要改变自己的世界！

转眼，9年过去了。让我感到幸福的是，今天的孩子比9年前的孩子更聪明，更爱阅读。为了明天，他们知道从今天开始，珍惜生命，珍惜时光，珍重自己，坚持每天阅读10分钟。

CBBY国际儿童读物联盟中国大会将于2006年9月在中国召开，届时有六十多个国家的人来中国开会，推动世界儿童阅读，那时，《写给年轻妈妈》这本书正好10岁。

为迎接这个值得纪念的日子，为将我们共同坚守的“知心教育理念”更深更广地扎根于千千万万年轻妈妈的心中，中国妇女出版社重新修订了这本书。我在此写下几句知心话，感激为出版推广这本书做出辛苦努力的同志们，也感激阅读过这本书的每一位知心朋友。

卢勤

2005年8月

目录 / contents

和年轻妈妈说的知心话 (代序) 徐惟诚

再版前言

引言 我们拥有同一个名字 001

第一章 认识我们自己 003

我们是怎样的一代 004

走出心理误区——可怕的补偿心理 009

走出教育误区——不当“鸡妈妈” 014

走出形象误区——妈妈爸爸在忙什么 019

走出行为误区——孩子眼中的妈妈 025

走出语言误区——家庭亮起的“红灯” 034

第二章 了解我们的孩子 037

孩子渴求朋友——孤独的“小蚂蚁” 039

孩子渴求平等——小孩为什么不爱逛商店 043

孩子渴求倾听——倾听孩子说话 046

孩子渴求尊重——尊重孩子的隐私 052

孩子渴求赏识——学会赏识孩子 058

孩子渴求保护——家庭是孩子的港湾 063

060	第三章 学会关心学会爱
070	无情的果子自己吃
074	谁之过
078	懂得回报
082	大家为什么爱吕鑫
088	第四章 培养责任感
091	共和国的儿女要为共和国负重
096	给谁过生日
103	妈妈和男孩子
106	妈妈和女孩子
113	种下责任的种子
	第五章 手拉手——
118	当代孩子的伟大实践
121	从小窗口找到大世界
127	从对比中找到自己的责任
133	从互助中找到助人的快乐
137	第六章 快乐人生三句话
139	太好了!