

坚果派
为孩子成长
而读书

遇见孩子就是 遇见更好的自己

Be there for your children
you'll become better together

泉帆◎著

华裔德国妈妈的40堂育儿创意课

每一个被爱守护着的美好童年
都是一段精彩的“拼妈”岁月

天津出版传媒集团

天津人民出版社

新浪育儿十佳专栏
@德国小兄妹10年精选

10万中产妈妈推崇的
体验式引导教育

适合年龄段 2-12岁

遇见孩子就是 遇见更好的自己

Be there for your children,
you'll become better together.

泉帆◎著

天津出版传媒集团

 天津人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

遇见孩子就是遇见更好的自己 / 泉帆著. -- 天津:天津人民出版社, 2016.11
ISBN 978-7-201-10891-9

I. ①遇… II. ①泉… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第238547号

遇见孩子就是遇见更好的自己

YUJIAN HAIZI JIU SHI YUJIAN GENGHAODE ZIJI

出 版 天津人民出版社
出 版 人 黄 沛
地 址 天津市和平区西康路35号康岳大厦
邮政编码 300051
邮购电话 (022) 23332469
网 址 <http://www.tjrmcbs.com>
电子邮箱 tjrmcbs@126.com

责任编辑 王昊静
图书策划 张 臣
装帧设计 颖 会

制版印刷 北京市雅迪彩色印刷有限公司
经 销 新华书店
开 本 710×1000毫米 1/16
印 张 16
字 数 193千字
版次印次 2016年11月第1版 2016年11月第1次印刷
定 价 39.80元

版权所有 侵权必究

图书如出现印装质量问题, 请致电联系调换(022-23332469)



Part 1

孩子童年里，每个妈妈都给得起的快乐

家门外的大世界	3
我们可以把家里弄乱吗	7
妈妈，跟我们做“同学”吧	12
让他们自由地涂鸦	18
餐桌上也可以造乐园	23
来一场快乐的长途旅行	28

PART 2

妈妈的时间在哪儿，孩子就在哪儿

像几米一样为喜欢的孩子画张画	37
养儿育女也需要“大美术”	44
亲爱的，我们一起练字吧	51
爱，让我把你们拍得那么美	58
最美不过“写画时光”	64
所有美好都来自优质的陪伴	69

Part 3



心灵小旅行：如何跟孩子保持最亲密的距离

儿大不由娘，要会帮他“找死党”	77
阿迪的战书：“我想你当个好妈妈！”	82
别着急，都有“当众撒泼”的时候	86
请接纳他们的成长节奏	91
有些事情孩子可以做主	98
不要“耳旁风”就要确当地“提醒”	102
阿迪：当妈妈犯了错误	106
甜妞：当妈妈犯了错误	111

Part 4



家有二宝：有些事让他们用孩子的方式解决

老大的烦恼，老二的尖叫	119
两个孩子，两种成长	131
可喜——当你的孩子被欺负了	136
老二的生存智慧：大气	141
日子里的形影不离	145
两次当妈后最想分享的7个育儿观念	150

Part 5

家里有爱的 5 种语言，孩子自然情商高

从每天“正确道别”开始	159
小孩子的情感经历请勿儿戏	164
对亲友逗弄孩子大声说“不”	169
成长路上，悄悄推孩子一把	176
警惕，孩子的朋友过多	183
请不要帮孩子“打破规矩”	187
给多少零花钱是个问题吗	191
请善待孩子的想象力	195

Part 6

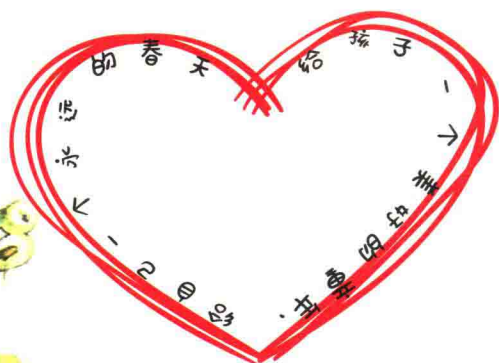
妈妈活得精彩美好，孩子自然会跟随

育儿路上，请先成长自己	201
请和家人更好地相处	209
只有你能保证自己想要的生活	215
用一技之长实现经济自由	219
和孩子一起提升领导力	227
让自己轻松，他人不累	236



Part 1

孩子童年里，
每个妈妈都给得起的快乐



探索世界可以从熟悉自己周围的环境开始。孩子打开家门就是旅行，孩子睁开眼睛就能扩大视野。关键是家长要用心，孩子要乐意！

我们生活的社区里，就有很多孩子可以学习的内容，不一定非要到名山大川去，或者一定要乘飞机、住酒店才能长见识。

在孩子童年的快乐时光里，德国学校有很大一部分教学内容就是教孩子爱上大自然，爱上宠物，爱上自己的家人和周围的朋友，还有最重要的一条就是熟悉自己周围的生存环境。

如果你要孩子志行千里，那么就让他们先充分了解自己的足下。

比如，上学路上开始快乐的一天。

孩子能开心去上学，本身就是一件父母需要花些心力维持的事情。开心地离开家门走向学校，是孩子一天美好时光的最佳开始。给孩子最好的祝福就是你对他的信任，还有对自己的信任！

比如，支持孩子组织一个日常小旅行。

不一定非要等到孩子生日或者什么纪念日。一个正常的午后，阿迪说想邀请两个小朋友到家里来玩，并提出想组织个骑自行车的小活动。

我听了鼓励他说：“你可以邀请4个小朋友，可以骑单车一直到 Donaostauf（多瑙施陶夫），然后去那里吃个冰激凌再回来。”阿迪很开心地说：“妈妈，我可以邀请6个小朋友，我带上我的钱，我们

去吃冰激凌，然后回来时再去 Dalius（大流士）家里玩一会儿，然后再到他家边上的游乐场玩半小时，回来时从最远的路骑回来。”

我除了举手赞同，还给他们准备了水和小点心，同时申请为他们的活动拍照做记录，并申请能否加个小队员，把妹妹带上。

完美的半天，就在家门口的小旅行，你和孩子也是立马就可以着手做了。

比如，借个孩子一起去旅行。

当家里只有一个孩子，可以有让你瞬间有俩的方法，那就是“借”个孩子。是的，“借”个孩子来家里，“借”个孩子一起去旅行，“借”个孩子一起度周末等。

为什么要“借”一个孩子，不是增加自己的烦恼吗？不是增加自己的负担吗？

先说说家有两个孩子的好处：

- 1.更懂得分享，体会分享的美好。
- 2.更懂得沟通、处理问题。
- 3.更懂得团队合作，更懂得和其他人和平共处！

如果家里那个娇生惯养的小公主或飞扬跋扈的臭小子，在短短几天可以拥有上面的国际优秀人才所具备的基本能力，是不是值得家长斗胆一试呢？

家里来了小朋友，不但可以培养孩子的主人翁意识，而且对妈妈来说也是个小挑战。管理两个小毛头孩子，负责他们的吃喝拉撒睡还只是体力活，处理他们的争抢、执拗、哭喊、对抗，更是挑战妈妈的各种忍耐力！手下从只有一个兵到瞬间翻倍，你一定要试试看，给自己一个惊喜或深刻印象吧！



比如，让孩子和小伙伴玩耍。

父母养孩子年复一年，如果稍微改变态度，日子就会变得更加的丰富多彩！

孩子每一天走出家门，如果有好心情，如果觉得开心，如果有个好伙伴，就每天都是在愉快地旅行。

孩子有个好伙伴儿，真的可以让每天上学变得更加有乐趣，让生活变得更加有期待，甚至，这个好伙伴儿，还能让孩子因一个共同爱好而一起好好学习（阿迪的愿望一直是考上文理中学，将来上大学当个发明家，好友原来准备去上另一个学校，但后来貌似也改变了主意，说要和阿迪一起去上大学）。

我还听到一个很温暖的小细节：阿迪和Joh（约）两个人计划一起买别墅，在分配房间时阿迪帮甜妞申请了一间，说妹妹不太懂赚钱，他需要带甜妞一起住别墅。Joh说昨天弟弟也申请和他们一起住，他答应弟弟可以和他們做邻居。两个小暖男啊！

那天下午，我必须带甜妞去骑马，两个男生也一起作陪，但是他们可不会无聊，除了一直在商讨将来要一起买别墅住在一起，他们还在妈妈喝咖啡时在超市门外的雪地里玩得一身汗。

孩子和好友们的每一次相聚，都是一次好玩有趣的小旅行，不是吗？

Part 1

Part 2

Part 3

Part 4

Part 5

Part 6

我们可以把家里弄乱吗

(阿迪甜妞：我们俩先不发表意见，听听老妈又在数落我们什么。)

一年暑假，我和孩子们在上海，老爸在厨房里忙晚饭，我撅着屁股在客厅里收拾孩子们乱丢的玩具、书本，还有棒棒糖的包装纸。我作为“劳动人民”有怨言了，因为每天无论多么卖力多么勤快，家里被孩子搞乱的速度永远快过我收拾的速度。

我嘟囔着阿迪的乐高玩具又乱放了，甜妞把饼干屑弄沙发上了。同时还很纳闷，那个xx家，人家也是俩孩子，可为什么人家的客厅就能保持干净整齐。

(甜妞：吃点饼干也要被唠叨，我每次都陪着100个小心了。这样吧，下次我帮妈妈吸尘，您就别闹心那地板上的饼干屑了。)

吃晚饭时，老爸笃定地讲：“你收拾的房子有孩子给你弄乱，你应该高兴，说明咱家有生机。10年20年后你想让孩子们来捣蛋，说不定你连他们的影子都看不到。不要羡慕人家家里干净和整洁，那是你去之前他们刚收拾好。”

唉，老爸就会安慰人！

上次在博客留言里看到一个妈妈说：“我以前的房子每天收拾得像样板房，随时都可以让摄影师来拍时尚杂志，自从有了俩孩子，我第一件事就是容忍家里开始变得乱哄哄，觉得这样才是真正的生活。”

可有时看到我们家到处都是“生活着的痕迹”，我这个曾经的“伪洁癖”还是难以忽视自己的观感。

德国的家庭超级干净，不仅室外，还有室内。好像你走进去的任何一家，都是干净整洁的样板房。客厅里没有乱丢的玩具，厨房里也没有水渍和果皮。我每次都会偷偷地问自己：这么大的房子，女主人每天得花多少时间来整理并保持清洁？

（阿迪：妈妈就是虚荣，乱点儿怎么了，只要爸爸不吵，我们保证都不嫌家里乱。）

有了俩孩子，因为小人儿而滋生了超多的物品。玩具是最大“祸害”，哪儿哪儿都是。用品也不少，他们的书、他们的画笔、他们的衣服……好像无论多大的书柜和衣柜，都不够用！地下室满了，车库也满了，花园阳台也开始堆积了，扔也不能扔，收拾永远收拾不好。

阿迪刚会走路那会儿，我们请了一个上海阿姨，有次她很沮丧地跟我讲：“我的工作一点儿也体现不出成效，我前脚收拾好，小人儿后脚就给我弄乱。”说实话，这么些年过去了，我依然超级理解和同情当初她的遭遇。

申展哥哥是个很有见地的小男生，他到我们这里一个月，估计是经常听我嘟囔这些，小男生也教育我说：“大姑，你家里根本就不是乱，阿迪和妹妹那么多玩具，你总得让他们玩儿。如果他们什么都不玩，那就不正常了。他们俩就应该像现在这个样子，闹也好，乱也好，都说明他们是正常孩子。”咳，难道我的认识还不如一个小屁孩？

在我们家里，每周五诗达蕾就会来大扫除，说实话，我和老公

Part 1

Part 2

Part 3

Part 4

Part 5

Part 6

都会很盼望也会很喜欢经过老太太半天的专业打扫后家里窗明几净的样子。诗达蕾真的是个神人，超级有条理、超级利索，同样几只长毛玩具，经过人家的妙手一拨弄：大狗抱小猪，小鸭子排着队，爱心抱枕放中间，阿迪的手掌小汽车很有秩序地停放在前面，从一楼上来，映入你眼帘的就是这么个其乐融融的小景，充满了可爱的情趣。

本大妈琢磨过：“什么是乱？”

我理解的乱就是东西位移到了不该在的位置。那么阿迪和甜妞肯定可以荣膺“年度超级出色搬运工”的头衔（如果有人给评的话）。

客厅里：除了大家的公共地盘，乐高和百乐宝玩具到处都是，很多半成品展览一般地排在地毯上或桌子上，他还不准人收拾，也不准人移动。

沙发下：有时是喜欢，有时是恶意地被藏起来的玩具（一般都是阿迪把甜妞的小动物或芭比扔沙发下面）。

厨房里：餐桌上，操作台上有乱拿乱放的杯子、酸奶盒子、调羹，都“非法”躺在不应该躺的地方。

车上：被偷偷带上车的玩具、巧克力的包装纸，还有N多孩子夹带的小动物，都躺在车里的各个角落。

儿童房：妈妈看不到时，他们自己挑衣服把衣柜翻得一团糟，裤子、袜子和裙子都开了party。

卫生间：兄妹俩都喜欢玩水，洗澡时弄得水花四溅，洗手台那里也经常水渍斑斑。尤其是甜妞喜欢玩牙刷，把大家的牙刷都放在一起，让牙刷在水池里“游泳”。俩人还喜欢把毛巾弄湿，美其名曰帮妈妈擦房子、擦地板。

上次到慕尼黑的蓓蓓姐姐家，让我震惊的就是她们家怎么可以

Part 1

Part 2

Part 3

Part 4

Part 5

Part 6



如此干净！他们家的豆豆是个8岁的小男生，按说也应是乱扔乱丢的年龄吧，但人家的卧室和活动室，一尘不染，看不到乱放的小玩具，也没有乱飞的纸张、书本，连乐高玩具都规整得可以拍广告！蓓蓓打理的客厅和厨房，也是没有丁点杂乱的影子，这就是人和人的差距吧，而且是我消灭不了的差距。最后，我彻底被这破天荒的差距砸晕了……

别给我要图要真相，你先告诉我你能容忍家里有多乱？

阿迪甜妞：

其实大人都很容易忘掉那些艰难岁月，例如我俩合伙把花盆里的土弄得一地板，打翻牛奶后再涂满一桌子，把沙发当画纸，让小

鸽子跑来跑去的直接在地板上出恭……

和昨天相比，今天我俩最起码都明白了要收拾残局，例如知道偷偷地在客厅里吃东西，或者打翻了牛奶快点拿一卷纸去收拾。虽说玩具乱丢了，可是如果老妈勒令不收拾好不准出门，5分钟后我们不也能将那里换了个新天地了吗？

人啊，不要老不知足，还是外公说的有道理，我们是小孩，造反就是我们的硬道理。您哪，以后也别老嚷你们家的小朋友了，我们都是被吓大的，所以不怕您吓唬。