

妈妈，请在童年 这样爱我

MOM, PLEASE LOVE ME LIKE THIS IN THE CHILDHOOD

梼帆 著

最有创意的育儿书
让孩子更有情商
百万家长感动推荐

新浪育儿名博

德国妈妈的育儿经

有些事儿一定要在
孩子的童年做

妈妈的 **40** 堂
必修课

时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

妈妈，请在童年 这样爱我

MOM, PLEASE LOVE ME LIKE THIS IN THE CHILDHOOD

泉帆 著



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

妈妈，请在童年这样爱我 / 泉帆著. — 北京：北京时代华文书局，2014.6
ISBN 978-7-80769-580-6

I. ①妈… II. ①泉… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 075384 号

妈妈，请在童年这样爱我

泉 帆 / 著

出 版 人 田海明 周殿富

责任编辑 梁 静 特约编辑 成 静 装帧设计 玉颖会

出 版 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>
北 京 时 代 华 文 书 局 <http://www.bisdsi.com.cn>
北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼 邮编：100011

发 行 北京时代华文书局图书发行部 (010) 84829728
印 制 北京艺堂印刷有限公司 (010) 61539678

规 格 710mm×1000mm 1/16

印 张 14.5

字 数 141 千字

版 次 2014 年 7 月第 1 版 2014 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80769-580-6

定 价 36.00 元

※ 如发现因印装质量影响阅读，请与印刷厂联系调换 ※ 版权所有 侵权必究



序言

有多少妈妈知道自己的孩子想要一个什么样的童年？

是成天和保姆待在一起？是和平板电脑、游戏机做朋友？还是被学校和兴趣班将日程塞得满满的？……

这些，真的是孩子们想要的吗？

为什么我们的孩子在物质方面拥有越来越多，而一些最基本的东西对他来说变得越来越奢侈？他只想和爸爸放一次风筝，或者不被妈妈唠叨玩一次泥巴，或者今天心情不好可以成功逃掉一次钢琴课……

记得童一小时候，在我们焦头烂额地找保姆时，我那 80 多岁的外婆扯着洪亮的嗓门质问：“你不上班不挣钱，是没吃了还是没穿了？工作和事业，可以奋斗一辈子，而且没有早晚。生个孩子就陪他两三年你都不肯？”

孩子在童年里，其实也就前三年最依赖妈妈，进了幼儿园，他有更多的机会和他人相处并能允许妈妈的偶尔缺席。很多成年人的心理疾病，大多数都能追溯到童年母爱父爱的缺失，或者缺少妈妈的拥抱，或者父母冷战，或者父母都把孩子当成了累赘……小小的人儿，我们以为他们什么都不懂，但是，童年的一切，都给他们烙下了深刻的、难以磨灭的痕迹……

作家周国平曾经这样说过，真正爱孩子的人，一定会努力让孩子有一个幸福的童年，以此为孩子一生的幸福奠定基础。要点有三：其一，舍得花时间和孩子游戏、闲谈、共度欢乐时光，让孩子经常享受到鲜活的亲情；其二，尽力抵制应试教育体制的危害，保护孩子天性和智力的健康生长；其三，注意培育孩子的人生智慧和独立精神，不是给孩子准备好一个现成的未来，而是使孩子将来既能自己去争取幸福，又能承受人生必有的苦难。

我是一个普通妈妈，幸运地养育了两个可爱的孩子。那么，怎样才能在工作之余给孩子一个美好童年和正确的爱？

首先，要从态度出发。调整自己的工作步伐和重点，精简不必要的应酬或聚会，把零碎的时间串成一根根灵动的温暖项链：做一个小小的表格，把每周能陪孩子的时间划上记号，根据长短安排合适的活动。城市除了高楼大厦，其实也有很多与自然相关

的景物，例如小区里的花园。上班前抽出 10 分钟和孩子在门口拍照片，傍晚回家路过菜市场，买两块红薯种在花盆里，和孩子一起观察萌芽和长叶……

每个人都很忙，但“很忙”绝对不是你敷衍孩子的借口。奖金少拿些不影响我们的日常生活，但孩子的每一次眼泪，都需得到你的重视。因为，孩子的世界里，只有你。也许我们不能改变朝九晚五的生活，但是我们可以做到下班后马上回家，周末和孩子一起学轮滑，并微笑着允许他和小朋友玩得一身泥。最好的爱，是爱着放手，或者成为他的快乐伙伴。

其次应该改变自己的思路，和孩子一起成长，做个有趣、好玩、有创意的妈妈。你可以给孩子组织一个球队；陪他看一会儿蚂蚁搬家并指出最大那只是蚁王；和他一起在小区里赛跑，赢了的话可以让他骑在你脖子上；一起策划旅行，到果园去看看苹果树的样子；每天早晨和他吻别和拥抱，认真说“你的胳膊越来越有力，妈妈越来越爱你”……

最后要养成习惯，给孩子一个他想要的美好童年，给自己一个永远的春天。从改变自己的态度开始，从一个小行为开始，和孩子慢慢培养起美好的习惯，帮助孩子健全美好的性格，看着他日渐健硕，守护他快乐健康，预见他将来的幸福和美满。而我们

自己的心底也会充盈着人生幸福与永远的春天。

越来越多的人验证了这个颠扑不破的关系：态度决定行为，行为决定习惯，习惯决定性格，性格决定命运。你可以质疑，但是希望你能尝试着做做看，坚持满 30 天，我打赌你和孩子都能看到惊喜的变化。

你生活的色彩和节奏都由你把握，而孩子美好的童年，则是你能送给他的最无价的厚礼。

目录

序 言	1
-----	---

Part 1

一些小梦想需要妈妈帮忙实现

妈妈，给我生一个小妹妹吧	3
让孩子晚上一学年，是给他最好的礼物	8
妈妈，我想养一只狗	14
组织一支家门口的足球队	19
和单车一起长大的孩子	24

Part 2

妈妈，我们去哪儿？——亲近自然的乐趣

妈妈，超市外面的水果是什么样子	31
乘着火车看世界	36

我们一起去看海	40
走出家门，屋外的阳光	45
我想骑小马	50
冬天，可别憋在家里当“土豆”	54

Part 3

童年，那些妈妈给的快乐

孩子，我是你的专属摄影师	59
一起拍照的幸福和那些头疼的小问题	64
手机也能留下精彩的瞬间	69
每个孩子都爱涂鸦	72
妈妈要懂得的手工与打扮课	76
“妈妈，我的生日就要到喽！”	82
“家门口”大变身——孩子的乐园	87

Part 4

教育，用孩子喜欢的方式

“签合同”——德国爸妈的契约精神	95
小孩子间的“爱情问题”	101

鼓励孩子到小朋友家过夜	105
谁都愿意有个高情商的孩子	109
从帮忙中收获的超乎妈妈的想象	114
儿童绘本，最好的家教老师	120
鼓励孩子自己讲故事	127
快乐合群的孩子最受人喜欢	131
通过角色扮演来增强孩子的“性别认同”	136

Part 5



打造最亲密的亲子关系

给自己放个“全职妈妈假”	141
给爸爸更多机会单独带孩子	147
营造和孩子独处的机会	153
和孩子一起“爬高上低”	158
我们和孩子的亲密关系	162
为孩子发明好吃的	169
做孩子的“大明星”	175
用另一种方式看待孩子的“小毛病”	182

Part 6

一起成长的幸福

快乐孕期	189
育儿名博主的成长之路	194
做个神经强大的妈妈	199
要知道，孩子能塑造妈妈的宽容	204
一直要记得：孩子是孩子，你是你	209



Part 1 

一些小梦想 需要妈妈帮忙实现

妈妈，给我生一个小妹妹吧

孩子和事业，对女人来讲，想平衡的话，肯定要比男人困难。但是，二者绝对不是水火关系，也不是不能兼得，只要你想明白两者之间的关系就行了：“事业就是一个不扎口的大气球，你得不停地往里面吹气，它才能保持丰润的模样。但孩子是一棵小树，只要他扎根发芽了，哪怕你偶尔疏于管理，这棵小树依然会生机勃勃。”

但是，与其要一个“给别人好看”的气球，我们是不是更应该先选择“让自己心安和美满”的小树呢？

记得有次聊天中老公提到：“与其将来驾着自己的豪华游艇孤独地漂泊在海上，我宁愿选择等我年老时每年都有个温暖的圣诞节：门铃响后打开门，一群孩子扑进来。”我当时就想：嗯，看来这哥们儿和我的人生价值取向大方面基本是一致的。

一个女人也可以像男人一样，从工作、爱情、事业、爱好里提取很多生活的乐趣和满足感，但是如果可以组建一个其乐融融、有儿有女的属于自己的小家庭，可以充分体现自己的母性光辉和母爱汹涌，那么不管你是女强人还是女超人，你会发现孩子更容易让你的各种能量产生光辉的异彩。

丁克或单身也很美好，没有孩子拖累，自由潇洒，心随意动。但人真的是群居动物，尤其是亲情血缘维系的美好关系，是工作、旅行、慈善、志愿、奉献、牺牲都不可能换取的……

养孩子虽然不是防老，但和银行的体系很类似：只有年轻时我们努力存储（例如承担生养孩子的辛苦和压力），年老时我们才有可能支取可观的本钱和利息（例如有可爱孙男孙女环绕膝下，或者四世同堂幸福美满）。你肯定明白，收益再好的房产或股票，都不会叫我们爸爸妈妈，也不会等我们耄耋衰年，老态龙钟，来探望我们这些坐在轮椅上的老头儿老太太。

不要怕孩子养大后他会远走高飞，或者养个小冤家会带来无限烦恼，请你一定要有信心：只要我们赋予孩子充足且正确的爱，孩子不管是腾达还是落寞，他都会是我们亲密的孩子。

另外生命还给勇于哺育下一代的女同胞们准备了丰厚奖品：女人完整怀孕生育一次，在妇科病方面的免疫力可以提高10年……我还听说生过孩子的女人在包括乳腺癌、子宫癌等妇科疾病方面的免疫力会大大提高。

如果你有机会，请一定要生二胎。

生完童一我们就基本上有了生二胎的念头，我当时最朴素的想法就是等我们百年后，最起码孤零零的孩子还有个最亲的人可以作伴。



我很小的时候就目睹过自己的爷爷和他的妹妹，都是七八十岁的年纪了，但只要他俩坐在一起，就可以彻夜不停地说话，那种血浓于水的亲情，只有兄弟姐妹才会有。我本人也是，和弟弟也是可以成夜说长道短，有什么事情，首先是和他商量，感觉比和父母还要来得信任和直接。

养孩子的辛苦不可量化，养一个孩子十分辛苦，养两个并不会成为“二十分”辛苦。有两个孩子作伴，他俩一起玩闹，一起成长，一起分享酸甜苦辣，这种日积月累的默契，肯定比和父母在一起时还要来得丰沛和醇厚。

所以，如果你爱你的孩子，那对他最高级别的爱就是帮他再生个弟弟或妹妹。第二个孩子不会抢走第一个孩子的爱，只会让父母以及第一个孩子，收获更多的爱和温暖。

孩子拥有自己的成长伙伴，这其中甜蜜也有摩擦，有对抗也有合作，有竞争也有双赢，这样长期磨合平衡关系对孩子来讲十分难得，对家长来讲，也不失是一种辛苦养育孩子的调剂和慰藉：看俩小人儿形影不离你追我赶，偶尔狼狈为奸，偶尔相依为命，偶尔为非作歹，偶尔拳脚相加，让你在生气抓狂同的时也感叹和惜存。

这些生活的小音符，这些快乐的细枝末节，不就是我们生命长河里跳跃的小浪花吗？不正是将来“血浓于水”的美好关系得以加强和巩固所必经的锤炼和锻塑吗？

一定要早生孩子。如果结婚了，尤其女人，不要让所谓的事