

幼儿园时期的问题，一定要在幼儿园时期解决
宝宝要入园 你准备好了吗？



三岁看大
2014.01.01
七岁看老

爸爸妈妈 应该这样做

刘晓娜 著

一个幼儿园老师写给家长的66封信



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

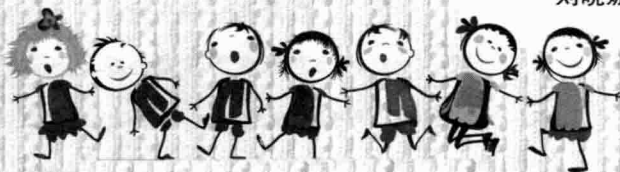


宝宝要入园 你准备好了吗？

爸爸妈妈 应该这样做

一个幼儿园老师写给家长的66封信

刘晓娜 著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目 (CIP) 数据

爸爸妈妈应该这样做：一个幼儿园老师写给家长的 66 封信 /

刘晓娜著. — 北京：中央编译出版社，2014.1

ISBN 978-7-5117-2007-8

I. ①爸… II. ①刘… III. ①家庭教育 IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 311924 号

爸爸妈妈应该这样做：一个幼儿园老师写给家长的 66 封信

出 版 人：刘明清

出版统筹：薛晓源

责任编辑：廖晓莹

出 版：中央编译出版社

地 址：北京西城区车公庄大街乙 5 号鸿儒大厦 B 座 (100044)

电 话：(010) 52612345 (总编室) (010) 52612342 (编辑部)

(010) 66161011 (团购部) (010) 52612332 (网络销售)

(010) 66130345 (发行部) (010) 66509618 (读者服务部)

网 址：www.cctphone.com

经 销：全国新华书店

印 刷：三河市祥达印刷包装有限公司

开 本：889×1194mm 1/32

字 数：150 千字

印 张：10.25

版 次：2014 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

定 价：29.80 元

本社常年法律顾问：北京市吴栾赵阎律师事务所律师 闫军 梁勤

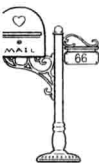
凡有印装质量问题，本社负责调换。电话：(010) 66509618

自序 光有爱还不够

我们常说，孩子入园后有一段时期是心理上的“断奶期”，少到一周，多到一个月的哭闹、不安是再正常不过的事了。其实，但对于家长来说，又何尝不是“断奶期”？很多时候，躲在幼儿园的角落里偷偷流泪的家长，比坐在活动室里哭鼻子的小朋友还要多，究竟是孩子适应不了新环境，还是家长适应不了呢？

我很能理解初为人母心疼孩子的心情，我也曾眼睁睁地看着自己心爱的宝贝一个人走进幼儿园，哭得撕心裂肺。相信那一刻，每位妈妈的心里都动摇过，哪怕只是一闪念，想要冲过去抱起孩子，帮他擦掉眼泪，然后把他抱回家，心想等他长大一点再入园。可是亲爱的家长朋友，您知道作为老师的我，每次看到在大门外面流泪张望、迟迟不肯离开的您，心里的感受吗？

每次离别的动人场面都深深地刻在我心里，时刻提醒着我：这群小天使离开了妈妈、爸爸，只有我能给他们安



全感，也只有我能让焦急等在外面的妈妈们放心。然而，在我们付出不懈的努力之后，亲爱的家长朋友，您是不是真的放心呢？

几年的工作当中，我发现很多家长最喜欢听老师的表扬，孩子得了小红花就笑容满面，主动和朋友打招呼，炫耀自己的孩子如何聪明乖巧、如何讨老师喜欢，收集完满满的称赞才肯回家。孩子犯了错误则愁眉不展，不愿与老师多交流，边穿衣服边责备，恨不得立刻离开现场。有了家长朋友盼喜畏忧的心理，也就有了老师们报喜不报忧的现状。

幼儿园每个月、每学期都会给班里的小朋友填写《家园联系册》，这是我最不愿做的一项工作，类似我们小时候收到的《家长通知书》，上面写“该生品学兼优，热爱劳动，动手能力很强，是同学们学习的榜样”，等等。翻阅了成千上百份《家园联系册》，大多是以报喜为主，尽量表扬孩子的优点和进步，真正直面孩子不足的文字寥寥无几。老师们会利用自己多年的沟通经验，用尽可能委婉的语言表述，以减少家长的不满。

我的周围有很多类似的案例，比如，某位小朋友性格内向，经常被欺负却不敢告诉老师，只会一个人躲起来哭泣。但写到联系册上是这样的：某某是一位非常文静的小朋友，偶尔和同伴发生冲突时，懂得宽容和理解，能用自己的方式处理矛盾，老师和小朋友们都很喜欢她。

亲爱的家长朋友，如果您收到这样一段文字，看得出



言外之意吗？孩子在幼儿园被欺负，是每个妈妈最担心的事情。家长希望了解真实的情况，却又不能理性地看待问题。很多妈妈得知孩子被欺负之后，第一反应就是质问老师，然后要求对方家长道歉，更甚者，直接跑去投诉，对老师的工作完全不信任、不满意。

这样的投诉发生一次、两次、三次、多次后，老师们自然就学会委婉，尤其针对不能理性看待问题的家长，更加谨言慎行，报喜不报忧了。在孩子上幼儿园期间，您了解他真实的生活状态吗？给予了正确的家庭教育吗？

从工作的第二年起，除了写《家园联系手册》，我一直坚持给每位家长写邮件，希望慢慢去改变他们对幼儿园和老师的错误看法，期望每位妈妈都能理性地爱孩子，客观看待孩子的优点和不足，用正确的、科学的方法帮助孩子“赢在起跑线上”。在这些邮件中，出于教师的职责和对孩子的爱，我直面问题，不回避，态度诚恳、坦率，但我相信每一位真心希望孩子好的妈妈都不会拒绝真实。

很多老师不理解我的做法，认为多说好听的才会被家长认可，但我坚持一点：我们这些幼儿园老师不仅仅做家长工作，更重要的是在做教育工作。

待在幼儿园的三年，是孩子们一生中最关键的时期。这样的机会有且只有一次。你现在可以让家长认可老师，将来却不能让社会认可孩子。作为幼教工作者，我们幼儿园老师不一定是教育专家，不一定能对教育理论做出多大的贡献，但我们正在塑造和影响孩子们的未来，有责任也



有义务对孩子们负责。对孩子们负责任，才是给家长最好的交代。

相信在这本书里，您会找到一些似曾相识的场景和感受。如果您的孩子也出现过类似某位小主人公的状况，并且老师不曾和您正面沟通过，请重新观察您的宝贝，了解他（她）真实的行为，分析行为背后真正的原因，并相应地做出改变。您这么做的话，会让孩子们一生受益的。

刘晓娜

2013年11月20日



目 录

Contents

自序 光有爱还不够 1

1 父母怎么做，孩子才能尽快适应幼儿园

第1封信 “妈妈告诉我，世界很危险。” 3

第2封信 必须学会一句话：“老师，我要喝水。” 8

第3封信 重点培养孩子的几种自理能力 13

第4封信 培养孩子适应环境的能力 17

第5封信 轻率的指令：“不要脱衣服。” 22

第6封信 晚睡习惯必须改 26

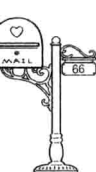
第7封信 如何克服分离焦虑 30

第8封信 隔代抚养需要注意的问题 34

第9封信 工作忙，没空教育孩子怎么办？ 38

第10封信 鼓励孩子做家务 43

第11封信 如何培养孩子养成勤俭节约的好习惯 47



2 吃饭是个大问题

- 第 12 封信 如何让孩子学会自己吃饭? 55
- 第 13 封信 边吃边玩害处多 59
- 第 14 封信 大人无形中影响孩子养成挑食的习惯 64
- 第 15 封信 给孩子一个自由的就餐空间 68
- 第 16 封信 把吃饭变成一件愉快的事 73
- 第 17 封信 吃饭切不可讲条件 78
- 第 18 封信 饭菜不要单调,也不能过于丰盛 82

3 学会读懂孩子的心思

- 第 19 封信 妈妈,我只是生病了 89
- 第 20 封信 宝宝很想说:能让我哭一会儿吗? 94
- 第 21 封信 说谎是因为想得到 98
- 第 22 封信 说谎是为了逃避惩罚 102
- 第 23 封信 您在做 他在学 106
- 第 24 封信 面对孩子的虚荣心 110
- 第 25 封信 孩子的心思要慢慢想 116
- 第 26 封信 孩子为什么要装病? 122
- 第 27 封信 孩子为什么会“恋物”? 126
- 第 28 封信 孩子爱打小报告是怎么回事? 131
- 第 29 封信 孩子爱搞破坏都有原因 135

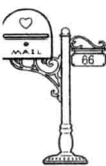


4 如何说孩子才愿意听

- 第 30 封信 宝宝不爱讲幼儿园的事 143
- 第 31 封信 为什么宝宝入园后性情大变? 147
- 第 32 封信 要引导, 不要发号施令 151
- 第 33 封信 妈妈要做“引导者”, 不做“灌输者” 156
- 第 34 封信 不问“封闭式”问题 161
- 第 35 封信 妈妈该怎样和孩子沟通 166
- 第 36 封信 您是不是也这样批评孩子? 171
- 第 37 封信 孩子被欺负了是否鼓励打回去 175

5 别以成人的思维伤害孩子

- 第 38 封信 孩子的画不是看的, 是听的 183
- 第 39 封信 色彩中有孩子的内心世界 187
- 第 40 封信 您需要如何对孩子谈老师? 192
- 第 41 封信 分享不是强迫来的 196
- 第 42 封信 大的必须让着小的吗? 200
- 第 43 封信 您内心深处相信您的孩子吗? 204
- 第 44 封信 真正做到尊重孩子并不容易 208
- 第 45 封信 处罚孩子须慎行 213
- 第 46 封信 您会为孩子保守秘密吗? 217
- 第 47 封信 小孩子还没有“偷东西”的概念 222
- 第 48 封信 别无形中打击孩子自信心 227

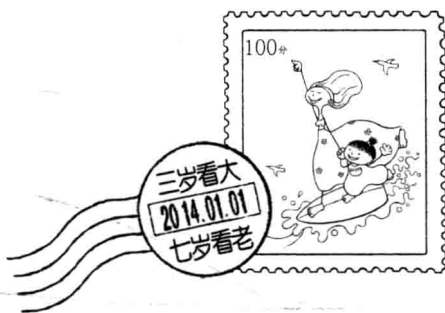


6 玩得快乐才能学得好

- 第 49 封信 快乐识字，每个孩子都是天才 233
- 第 50 封信 字不离词，词不离句，句不离篇 238
- 第 51 封信 学算术也可以很快乐 242
- 第 52 封信 游戏是孩子的天性 246
- 第 53 封信 游戏中培养想象力 250
- 第 54 封信 游戏中培养好习惯 254
- 第 55 封信 孩子玩电脑的对与错 259
- 第 56 封信 家有“小宅男” 263

7 如何帮助孩子克服不良习惯

- 第 57 封信 让眼泪飞一会儿 269
- 第 58 封信 让奖励真正起作用 273
- 第 59 封信 “对不起”一定“没关系”吗？ 278
- 第 60 封信 孩子攻击性强怎么办？ 283
- 第 61 封信 孩子爱攀比怎么办？ 287
- 第 62 封信 孩子动作缓慢怎么办？ 292
- 第 63 封信 孩子粗心大意怎么办？ 297
- 第 64 封信 孩子没有责任心怎么办？ 302
- 第 65 封信 杜绝孩子花钱大手大脚的办法 306
- 第 66 封信 孩子脾气暴躁非一朝一夕 310



1 父母怎么做，孩子才能尽快适应幼儿园

孩子上幼儿园，父母一定要有所准备！该做哪些准备？怎么准备？小刘老师会一一告诉您。



第1封信

“妈妈告诉我，世界很危险。”

西西妈妈：

您好。

我想您已经猜到了，西西今天又哭了一上午。这已经是她连续半个月在幼儿园哭了，您应该比谁都心疼。为了搞清楚西西为什么“无缘无故”地哭，我和另一位老师分头观察和研讨了一周，现在把结论跟您分享一下，希望能帮助西西尽早找回阳光灿烂的笑容。

我了解到您和爸爸平时工作都很忙，极少有时间照看西西，和很多妈妈一样，您无时无刻不在牵挂着孩子。担心她吃不饱穿不暖，担心她被小朋友欺负，担心她有没有摔着，会不会碰着，分开之前总要千叮咛万嘱咐一番：

“过马路一定得拉着奶奶的手，不然车会把你撞倒的。”

“逛超市不要乱跑，小心坏人把你抓走。”



“如果有别的小朋友打你，记得要告诉老师。”

“把你的玩具装好，让人抢走了没人管哦。”

.....

和上一辈人不同的是，80后很少有全职妈妈。时尚辣妈们每天穿梭在各个办公楼之间，忙事业，忙赚钱，陪孩子的时间少之又少。您一定很有同感吧？妈妈只能一遍一遍不停地叮嘱，好像孩子随时都会发生意外一样。

我很理解妈妈对孩子的担心，但是您想过吗？西西会不会因此认为“世界处处都是危险的”？这一番叮嘱本是为了孩子的安全，不承想却成了一种消极暗示，使孩子看到陌生人就怕被抓走，到了陌生地方就怕有危险，找不到依靠便开始大哭。

西西在幼儿园从不和新来的小朋友玩，靠近一点儿就会本能地让他们走开。很多时候她自己独占一张桌子，不让任何人坐她旁边，否则就会大哭不止。幼儿园里的每位老师都知道小二班有个爱哭的张静西。

这都和您平时的教育有密切的关系，错误的教育会使孩子对世界产生消极的认识，可能您现在还没有意识到。

和西西同班的杨轩小朋友也特别爱哭，班里来个新老师上观摩课，她见了就躲起来，边哭边说害怕那位老师。什么原因您一定猜得到吧？杨轩以前很喜欢结交新伙伴，可妈妈总是怕她有危险，千叮咛万嘱咐：“别走远了，妈妈不去找你啊！”“你认识人家嘛就跟人家走了？”“坏人来了，赶紧过来妈妈这边！”渐渐地，杨轩不再接近陌生人，

世界不危险，
孩子你别怕！



在确保小孩人身安全的前提下，爸爸、妈妈应尊重小孩爱玩的天性，鼓励和激发他们的求知欲和探索欲，鼓励他们大胆接触外界和自然，让他们身心全面发展。



遇到妈妈的同事也不肯叫阿姨，只是哭闹着让妈妈赶紧回家。

她和西西一样，觉得不认识的人都是坏人，随时可能把她带走，而她们有这样的想法，都是妈妈灌输的“功劳”。

所以，西西妈妈，是时候改变一下教育方法了，别觉得教育有多难，或许只需要注意一下和孩子交谈的方式。如果您觉得无从下手，接下来我会给您几条建议，坚持下去，不久就会看到效果。

1. 告诉孩子，幼儿园不是危险的地方，不会有小朋友欺负她。尽量讲一些幼儿园快乐有趣的地方，让西西对幼儿园产生向往，就和向往游乐场一样。

2. 对孩子尽量不要表现得太担心，不要让他觉得世界很危险。比如，西西刚要趴在水池边看金鱼游来游去，您马上变得神色紧张，大步跑过去把她抱走，边抱边说：“宝贝儿你可吓死妈妈了，以后不要到水池边玩，会掉进去的！”“我能到水里游来游去吗？和小鱼一样。”“傻孩子，掉进水里就淹死了，那妈妈可怎么办呀？”然后西西吓哭了，再也不敢到水池边看金鱼，您收获的只是西西身体上的安全，失去的却是她探索大自然的欲望。得不偿失吧？

3. 多带孩子到陌生的地方，接触陌生人，并鼓励孩子勇敢加入（鼓励，但是不强求）。有的妈妈为了培养孩子的社交能力，总是会强迫他们和陌生人打招呼，比如作自我介绍或表演节目。当孩子因各种原因没有表现得很好时，妈妈张口就是一句：“没出息，连自己叫什么都不敢说，叔