



太夏书系·家庭教育

THE MOTHER

The Natural Teacher

好妈妈是天然的老师

优质父母10堂成长课

[美] 陈 晚 著



告诉你家庭幸福之道



华东师范大学出版社
全国百佳图书出版单位



大夏书系·家庭教育

THE MOTHER
The Natural Teacher

好妈妈是天然的老师

优质父母10堂成长课

陈晚 著



华东师范大学出版社
金盾出版社出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

好妈妈是天然的老师/陈晚著. —上海: 华东师范大学出版社, 2015. 1
ISBN 978 - 7 - 5675 - 3062 - 1

I. ①好… II. ①陈… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 030876 号

大夏书系·家庭教育

好妈妈是天然的老师

著 者 [美]陈 晚
策划编辑 朱永通
审读编辑 朱 颖
封面设计 百丰艺术

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021 - 60821666 行政传真 021 - 62572105
客服电话 021 - 62865537
邮购电话 021 - 62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 北京季蜂印刷有限公司
开 本 640 × 960 16 开
插 页 2
印 张 15.5
字 数 190 千字
版 次 2015 年 7 月第一版
印 次 2015 年 7 月第一次
印 数 6 100
书 号 ISBN 978 - 7 - 5675 - 3062 - 1/G · 7921
定 价 35.00 元

出 版 人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社市场部调换或电话 021 - 62865537 联系)

自序

好家长以关心教育为己任

纵观中国的书市，和中美教育有关的亲子教育书籍大致有两大类。一类是哈佛爸爸耶鲁妈妈写的书，这些书主要告诉读者如何让孩子挤进美国名校。另一类书是普通爸爸妈妈写的书，这些书的作者主要着重于孩子品德性情的培养，以及探讨处理亲子危机时的一些对策。我虽有三娃儿，老大也上了大学，遗憾的是，我并不是哈佛妈妈。所以说，我的这本书名副其实地被我归入了第二类。

不是我闭关自守，也不是我夜郎自大，哈佛妈妈和耶鲁爸爸写的书我本人很少读。不过为了完成这部书稿，我在写作期间参阅了一位韩国哈佛妈妈写的一本书，加上我以前读过的《虎妈战歌》，我对名校学生家长写的书，确实只读了这么点。通过阅读这两本书，我感觉到无论是韩国妈妈，还是美国妈妈，只有虎妈类的孩子才有可能挤进像哈佛耶鲁那样的名校。因为性格使然，无论如何我也做不了虎妈，所以我的孩子也就很难进入哈佛了。依此推理，有什么样的妈妈，就会有什么样的孩子。如果我们说，妈妈是孩子天然的老师，从学业的角度来说，至少应该顺理成章。

对大多数的孩子们来说，能进哈佛的学生绝对是少数。如果孩子没有进哈佛的潜质，妈妈又没有虎妈般的严厉，即使你把哈佛妈妈的书倒背如流，你的孩子也进不了哈佛。或许这就解释了我本人为什么不热衷阅读哈佛妈妈书籍的原因。对大部分

家长来说，我们面对的都是普普通通的孩子。如何“化腐朽为神奇”，并让普通的孩子成才，这才是我们为人父母应该深思的大问题。

我在美国已经漂泊了二十多年。多年前，我在攻读博士学位期间，做了五年的助教，我与美国学生和教授有过多年的交流。不但我自己曾经做过留学生，也荣获了美国生物学博士学位，而且最近我又重返校园开始攻读文学类的第二学位。基于这种种的原因，无论是在二十年前，还是在现在，我对美国大学的文理科教育并不陌生。加之近二十年来，我同时也在抚育着自己的三个子女，我在帮助我的孩子们应对美国中小学的教育时，或多或少会有一些经验和教训。这本书里面的一些内容，就是以各种各样的实例，展示了家庭教育和美国学校教育之间的你中有我、我中有你的互补关系。此外，本书也探讨了对孩子进行品行教育和道德培养的种种实例。

无论身居何处，我们中国人非常重视教育，这是一个举世公认的事实。的确，每次我从美国回国探亲，当我和国内的亲朋好友交谈时，我们谈论最多的话题就是孩子。孩子上了哪所重点高中？孩子上了什么大学？孩子找到了什么样的工作？我发现，所有父母关心的主要话题，几乎都集中在这几个既简单又复杂的问题里。中国妈妈如此，美国妈妈亦然，这几个问题可谓是中美教育的共同切合点。

或许是因为美国文化的熏陶，我的三个孩子总会让国内的亲朋好友，甚至是陌生人读出一些不一样的性格和气质。有一次，我带我家二宝去家乡的理发店去收拾头发。二宝刚刚坐下，理发师就好奇地发出惊叹：这孩子哪来的？这孩子的气质和咱中国孩子的气质不一样，这孩子眼睛里面有思考。家乡的这位理发师走南闯北，可谓是阅人无数。他眼光的犀利，让我亦悲亦喜。原本是中国人的后代，二宝却不像中国孩子，这让我有些淡淡的伤悲。从理发师惊奇的提问中，我同时读到了他对孩子气质的欣赏，这又让我有些自豪和欣喜。我当时就想，

到底是美国文化，还是家庭教育，才造就了我家孩子与国内孩子不一样的气质？

去年夏天回国，我和孩子们在上海火车站候车。当几乎所有的旅客都用手机阅读打发时间时，我家的二宝和小宝却能在熙熙攘攘的候车室里读书。这个在我看来很平常的一幕，却让陪我同行的国内朋友赞叹不止。你家孩子爱看书，这太棒了！国内的很多孩子，没事就爱玩游戏。朋友的一番赞许，让我有些不好意思。其实，我只是在出发前提醒孩子们带上一本他们喜欢的书籍，用来打发等车时的寂寞。就是这样一个小小的提醒，才让我的朋友发出了这样的赞许。美国孩子爱玩游戏的也不少，我的孩子到底是玩游戏，还是读书，全在于我的提醒和督促。在日常生活中，妈妈的适当管教看似简单，却能造就不一样的结局。

作为家庭教育的主力军，母亲的作用不容忽视。“世上只有妈妈好”“昔孟母，择邻处。子不学，断机杼。”等等这些俗语或者典故，都把母亲指向了家庭教育的最先锋。加之现代社会中男女分工的不同，经常陪伴孩子的家长，常常不是父亲，而是母亲。从孩子诞生那一刻起，母亲的家庭教育就已经开始了。给婴儿哼唱儿歌，和婴儿讲话，谁能说这不是启蒙教育的一种呢？等孩子长大以后，教孩子认字，给孩子讲故事，哪个妈妈没有过这样的经历？帮孩子选学校，送孩子上学，和孩子谈心聊天，辅导孩子写作业，哪个妈妈没为此操劳过？正因为妈妈常常出现在孩子的视野中，母亲们的一举一动对孩子的成长非常重要。近朱者赤，近墨者黑，有什么样的母亲，就会有什么样的孩子。所以说，好妈妈是天然的老师，就不是什么空穴来风了。

家庭是教育的第一个课堂。从这个角度来说，我们每位家长都是老师，我们都有可能是潜在的教育家。可惜，任何社会都有一定的游戏规则。在这个社会里，并不是每个人都有同样的话语权。即使某位家长对教育有真知灼见，如果他（她）没

有话语权，他（她）的观点只能属于他（她）自己的家庭。

作为一名普通的家长，相当一段时间以来，我早就以关注教育为己任了。这不仅仅是因为我是三个孩子的家长，也不仅仅是因为我有在美国和中国就读的经历。我关注教育的主要原因是，我耳闻目睹了许多家庭为了子女的教育绞尽脑汁却出师不利。我先是因为恐惧，才对教育产生了兴趣，因为我不希望我和我的孩子们也在同样的挣扎和困惑中失去方向。后来，我的恐惧慢慢转化成了一种希望，我希望每个家庭的孩子都能在成长中如鱼得水。当我收到越来越多的读者来信时，大家对教育的集体困惑，才使我慢慢意识到了某种责任。

其实我们每个家长都应该以关心教育为己任。这样做，不仅仅是为了给自己的孩子送去光明，我们也可以把我们的经验教训当成一盏明灯，用来照亮依旧在黑暗中摸索的家长们。虽然我们每个人的视野都很有限，我们都无法看到教育真相的全部，但集体的智慧远胜于一人独行。

在关注教育的过程中，专家学者的观点固然值得参考，但普通家长的声音更值得倾听。学者的高谈阔论永远无法代替家长们的叹息声，唯有大家一起在经验教训中前行，我们才有可能接近真正意义上的成功。这种成功，不以名校为唯一的评判标准。这种成功，不以起跑线论输赢。无论风吹雨打，还是电闪雷鸣，当我们能以坦然的心态面对孩子们无畏的笑容时，我们对教育的关注，才能开辟出另外一条通向成功的小径。

这本书的主要目的就是希望能从我们日常琐碎的生活中，提取出家庭教育的精华，看看它对孩子的总体教育到底能有多大的影响。比如说，出发前我如果没有提醒孩子们带书，他们很可能在火车站候车时也会拿出 iPad 津津有味地玩游戏。所以，我一直认为，家长对孩子的教育态度，决定了孩子未来的总体模样。这种模样并不仅仅表现在孩子的外在气质上，它也表现在孩子看不见的精神世界中。

在文学世界，有很多歌颂母亲的诗歌和典故。在此，我愿

引用美国总统林肯的一句话来表达一下母亲对子女成长的重要性。在提到自己的母亲时，林肯曾经深情地说过：“我之所有，我之所能，都归功于我天使般的母亲。”人们常说，每一位成功的男人身后，都站着一位好女人。根据古今中外的亲子教育典故，假如我们说，每个好孩子的身后，都站着一位好妈妈，这种说法，你赞同吗？

如果你有缘读到这本书，让我们一起来寻找好妈妈何以是好老师的种种答案。

目 录

自序 好家长以关心教育为己任 / 1

第一课 好妈妈应该是什么样? / 1

1. 好妈妈应该是什么样? / 3

2. 做个好妈妈不容易 / 7

3. 好妈妈要尽量少唠叨 / 9

4. 好妈妈不人云亦云 / 13

5. 好妈妈要文理兼备 / 16

6. 莫做失职的家长 / 19

第二课 家庭教育的核心内容 / 23

7. 吃苦教育 / 25

8. 情商教育 / 28

9. 孝心教育 / 31

10. 社交教育 / 35

11. 信仰教育 / 38

12. 挫折教育 / 41

13. 阅读教育 / 43

第三课 亲子互动乐趣多 / 47

- 14. 孩子帮我写诗歌 / 49
- 15. 我教孩子学中国文化 / 53
- 16. 每日英文家书 / 56
- 17. 解读孩子的心理测验 / 58
- 18. 和孩子聊天的乐趣 / 61
- 19. 我请孩子帮我出主意 / 64
- 20. 和孩子一起看电影 / 66
- 21. 诗歌中的亲子情 / 69
- 22. 夫妻联手力量大 / 72

第四课 外面的世界很精彩 / 75

- 23. 带孩子去旅游 / 77
- 24. 孩子们的朋友圈 / 80
- 25. 支持孩子去游学 / 83
- 26. 葬礼上的笑声 / 86
- 27. 去纽约过十八岁生日 / 88

第五课 不可忽视的课外活动 / 91

- 28. 体操中的心理素质训练 / 93
- 29. 体育带给孩子的荣誉感 / 96
- 30. 买吉他，学画画 / 99
- 31. 小宝喜欢主日学的三大原因 / 101
- 32. 我家九岁的娃娃都学些啥？ / 103

第六课 化解亲子危机 / 107

- 33. 惩罚不交作业的小宝 / 109
- 34. 用颜氏家训和解母女冲突 / 111
- 35. 不做恐怖妈妈 / 114
- 36. 小宝害得我做恶梦 / 116
- 37. 当孩子想上家庭学校时 / 118

第七课 家庭教育热点话题 / 121

- 38. 如何看待孩子的早恋? / 123
- 39. 孩子暂时的失败并不可怕 / 126
- 40. 让孩子学会合理利用时间 / 130
- 41. 绝不让孩子沉迷于电子游戏 / 133
- 42. 男孩的动手能力太重要了 / 136
- 43. 给孩子多少零花钱才合适? / 139
- 44. 不可缺少的父爱 / 142
- 45. 中国家长为什么总是焦虑? / 145
- 46. 重视孩子的德育 / 148

第八课 如何应付美国教育 / 151

- 47. 拼爹又拼妈的美国教育 / 153
- 48. 我的孩子为什么上不了哈佛大学? / 157
- 49. 和上大学的孩子保持距离 / 161
- 50. 想对孩子发脾气时, 要克制! / 164
- 51. 督促孩子的学业要量体裁衣 / 167
- 52. 美国小学的好人好事作业 / 170
- 53. 我家的美国高中生都忙些什么? / 172

第九课 孩子们的生活记录 / 175

- 54. 孩子们的觉悟比我高 / 177
- 55. 慷慨的二宝 / 179
- 56. 大宝给全家人做饭吃 / 180
- 57. 儿子的巧克力逻辑 / 182
- 58. 二宝绘画得奖 / 185
- 59. 大宝忙昏了头 / 187
- 60. 四只羊肉串 / 189
- 61. 我家有个天天向前走的孩子 / 190

第十课 做个好妈妈任重道远 / 193

- 62. 家庭教育的核心是爱心教育 / 195
- 63. 《大丈夫》中凸显的家庭教育危机 / 198
- 64. 中国父母对孩子的过分溺爱，请休矣！ / 201
- 65. 减少垃圾食品对孩子的危害 / 203
- 66. 关于孩子们的婚恋观 / 206
- 67. 该不该给孩子付大学学费？ / 209
- 68. 面临家庭教育困惑时该怎么办？ / 211
- 69. 如何让孩子自觉孝敬老人？ / 214
- 70. 自己的孩子自己养 / 217
- 71. 对孩子的期望，退一步海阔天空 / 219

结束语 以平和的心做母亲 / 223

附录 推荐几本育儿书 / 227

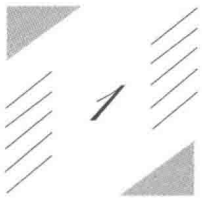
后记 做个合格的好妈妈 / 235

第一课 1

LESSON ONE

好妈妈应该是什么样？

随着社会生活的进步和教育水平的提高，人们对好妈妈的要求也越来越高了。无论采纳何种标准，有一点是可以肯定的：仅仅应付子女吃饭穿衣的妈妈，已经远远不能满足现代子女教育的要求了。好妈妈应该是什么样？这个问题究竟有没有标准答案？孩子们眼中的好妈妈，又是怎样的呢？中美孩子对好妈妈的期盼，是否有一定的共性？在本书的第一课，让我们一起来探讨这个简单而又复杂的问题吧。



好妈妈应该是什么样？

在这本书的开始，让我们首先来思考一下：到底怎样才算是好妈妈？

我们评价任何事情，什么是好，什么是坏，我们对所谓的好与坏的评判，带有很大的主观性。到底怎样才算是好妈妈？什么是好妈妈的标准？我相信，不同的人会有不同的视角和观点。

2011 年的母亲节，江苏盐城新闻网对 100 名双语班的五年级学生做过一次多项选择式的抽样调查。在这些学生们眼中，好妈妈应该是这样的：

- 比别的妈妈漂亮。
- 比别的妈妈富有。
- 让我有更多的时间玩乐。
- 少啰唆、少唠叨、少批评我。
- 理解我，多陪陪我，比别的妈妈更爱我。

以我这个美国侨民的眼光来看，坦率地说，中国孩子眼中的好妈妈标准很高。因为中国孩子对好妈妈的要求包括了财富和美貌。毫无疑问，在贫穷和姿色一般的妈妈当中，肯定会有许许多多的好妈妈。对中国小学生的随机调查，虽然有一定的代表性，但不一定是共性。在美国孩子们的眼中，好妈妈应该是

什么样的呢？有一首英文诗歌，基本概括了美国孩子对好妈妈的期待，我不妨来简单翻译：

世界上最好的妈妈

当我在黑暗中时，
妈妈是照亮我的光。
当我身处骄阳时，
妈妈是夏日中的阴凉。
当我睡觉时，
妈妈是张舒适的床。
当我生病时，
妈妈是医治我的药汤。
在地球上，妈妈就是我的生命。
能有这样的好妈妈，我心真欢畅！

(Janani)

在美国好妈妈的诗歌里，作者对妈妈的美貌和财富没有任何要求。对比上述中美儿童对好妈妈的期待，我们不难看出，孩子们对母亲的期待，在某些方面具有一定的共性。简单地说，渴望理解与支持，是中美孩子们对妈妈的共同要求。

随着社会的发展和进步，人们对好妈妈的标准也有所改变。好妈妈胜过好老师，这个观点已经得到了人们的普遍接受。据亲贝网育儿专家介绍，和传统好妈妈相比，现代好妈妈的标准已经不同于从前，现代好妈妈应该在以下几方面有所注意：

- (1) 培养孩子的自信心，鼓励其独立性，教他们适应生活。
- (2) 注意孩子的情绪发展，使孩子保持愉快、满足的情绪状态。
- (3) 促进孩子的心理发展，培养他们的阅读和计算能力。
- (4) 爱孩子，与孩子分享快乐，引导其在儿童水平上安排

生活。

(5) 对孩子说的话感兴趣，解答孩子提出的问题。

(6) 镇定、愉快，有幽默感，经常面带笑容。

按照上面这个现代好妈妈的标准，我不禁要问我自己，那我到底是不是好妈妈呢？就这个问题，有一次我向我的三个孩子求问：“在你们看来，妈妈是好妈妈吗？”“是！妈妈当然是好妈妈啦！”我的孩子们异口同声地回答我。随后，我接着问：“那妈妈到底好在哪里呢？”

综合我三个孩子的看法，他们认为，凭着下面的几点，我可以进入好妈妈之列了：

(1) 帮他们解决困难。比如，辅导作业。

(2) 和他们共度娱乐时间。比如，一起看电影，听音乐，旅游。

(3) 给他们自由。比如，孩子可以自己选择服装样式和阅读的书籍。

(4) 成绩不理想时，不骂他们。

(5) 和他们谈心聊天。

(6) 善待他们的朋友。

(7) 不干预他们的青春情感。

(8) 为他们安排各种课外活动，高高兴兴接送他们，不发怨言。

(9) 带他们去教堂。

以我三个孩子的观点，我荣幸成了他们眼中的好妈妈。虽然孩子们对我有认同感，但这些鼓励并不能让我有一丝的懈怠。养育孩子是一个长期的系统工程，在孩子的成长过程中，来自母亲的潜移默化作用不可忽视。近朱者赤，近墨者黑；龙生龙，凤生凤，老鼠的孩子会打洞；……这些是我们中国人评价父母影响子女前途时的民间智慧。古罗马哲人王马可·奥勒留在他的巨著《沉思录》起始处，以饱满的深情，一一感谢了家庭成员对塑造他的性格和他一世成就的影响。他说，从他的祖父身上，