

社区建设丛书·智慧家长系列

转角遇到幸福 ——写给单亲爸妈

ZHUANJIAO YUDAO XINGFU
XIEGEI DANQIN BAMA

邓杉 周茜 主编

即便家庭暂时不完整，
爱却可以期许一份圆满。
爱从来就没有消逝，
它近在身旁，
它就在转角那一边，
幸福，留给有准备的你。



西南师范大学出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

社区建设丛书·智慧家长系列

转角遇到幸福 ——写给单亲爸妈

ZHUANJIAO YUDAO XINGFU
XIEGEI DANQIN BAMA

主 编 邓 杉 周 茜
副主编 谢晓锐 张惠萍
蒋郑红 刘燕群
编 委 周 梅 黄 毅
谭文雯 邓牧童
叶 磊



西南师范大学出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

转角遇到幸福：写给单亲爸妈 / 邓杉，周茜主编
—— 重庆：西南师范大学出版社，2015.5
(社区建设丛书. 智慧家长系列)
ISBN 978-7-5621-7439-4

I. ①转… II. ①邓… ②周… III. ①家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 228356 号

转角遇到幸福——写给单亲爸妈

主 编 邓 杉 周 茜

副主编 谢晓锐 张惠萍

蒋郑红 刘燕群

责任编辑：任志林

文字编辑：胡靖雯

封面设计：孙庚贵 杨 涵

排 版：重庆大雅数码印刷有限公司·张艳

出版发行：西南师范大学出版社

地址：重庆市北碚区天生路 2 号

网址：<http://www.xscbs.com>

电话：68254356

印 刷：重庆紫石东南印务有限公司

开 本：720mm×1030mm 1/16

印 张：12.25

字 数：143 千字

版 次：2016 年 7 月第 1 版

印 次：2016 年 7 月第 1 次

书 号：ISBN 978-7-5621-7439-4

定 价：25.00 元

社区建设丛书·智慧家长系列

编委会

总 主 编 邓 杉 周 茜

副总主编 谢晓锐 张惠萍 蒋郑红 刘燕群

编 委 (按姓氏笔画顺序排列)

王 希 尹晓晴 邓美林 向静芳

杨桂花 张 丽 陈 敏 陈开明

周 茜 周 源 黄亚凝 戴 倩

总 序

孩子的健康成长关系着千家万户的幸福,更关系着中华民族的未来和希望。家庭是一个孩子在从出生到走入社会的过程中重要的生活空间,是培养和教育孩子的重要园地。家庭教育是学校教育的重要延伸和必要补充,具有不可替代的特殊作用。

家长们在面对孩子时会遇到各种特殊情况和疑难问题,如何开展家庭教育、指引孩子健康成长,本丛书提供了一系列的“诊断”和建议。在编写过程中,编者参阅了大量国内外家庭教育方面的经典案例,结合儿童和青少年的身心特点和成长规律,文字通俗易懂、生动形象,能让您在轻松快乐中感受、领悟、学习、借鉴,也能让您在实践应用中有所收获,与孩子一起成长、共同进步,共建和谐美满的爱心家园。

整套丛书选择了多个当下家庭教育和家庭关系处理中的热点问题,分别从“好父母好教育”“隔代教育艺术”“留守儿童教育”“单亲家庭教育”“青春期教育”“孩子关键期教育”“独生子女教育”“和谐家庭建设”等视角进行了研究,并提出了解决问题的办法和有益的借鉴,指出了改进教育的理念方法和有效措施,解答了家庭教育中普遍存在的突出问题,不仅形式上有所创新,内容上与时俱进,而且有较强的可读性,具有普遍的推广和指导价值。

通过此套丛书,我们由衷希望家长朋友们能全面系统、直截了当地认识到,家庭教育是建立在血缘亲情基础之上的教育,不同于学校教育,更不同于社会教育,有其自身的特殊性,在孩子的健康成长中起着不可替代的基础性和保障性的作用。然而现实中,有的家庭忽视了家庭教育,让孩子错失了很多本来很好的成长机会;有的家庭虽然重视家庭教育,但没有章法,不懂得必要的



心理学和教育学知识,科学性不够。这两者显然都无法完整地实现家庭教育的功能。科学合理、充满善意、温暖和谐的家庭教育,往往决定了孩子的成人心智、成长水平、成才后劲和成功高度。为了我们共同倾注爱和关怀的下一代,为了我们共同期望的未来社会的栋梁之才,我们需要对家庭教育高度重视、不断反思、探索总结、终身学习。

家长朋友们,教育是一项极为复杂、没有常式的心灵事业,因为每个孩子和家庭的情况都有很多不一样的地方。因此,在具体的教育过程中,希望家长朋友们一定要因人而异、因势利导、顺势而为,针对不同的情况,适时更新教育理念,适时转变教育观念,选择正确、合理的教育方式,才能达到较为理想的教育效果。

世界上有许多事情可以等待、可以重来,唯独孩子的成长不能等待、不可重来。毫无疑问,家庭教育是一项极为神圣、永无止境的灵魂事业,让我们共同坚守、共同努力,倾注关爱和热情,提供养分和空间,帮助引导孩子仁心向善、天天向上、扬帆向前、一生精彩,让您的家庭真正成为爱的港湾和心灵的家园!

丛书由廖桂芳教授担任总主编,由魏巍、邓杉、郑廷友三位副教授担任副总主编,由一线优秀教师联袂编写而成。系列丛书编写者中有大学生的人生导师,有中学班主任,有小学的辛勤园丁,还有教育培训机构培训老师。我们通过讲故事、找问题、给对策和提建议的方式,和每一位家长一起来为孩子的成长寻找合理的方向和适当的道路。亲爱的家长们,没有哪一条路是最好的,也没有哪一种方法是通用的,但是我们的心却都一样——"放孩子们到宽阔光明的地方"。怀着这样的愿望,我们和您一起分享这套书,希望您的孩子有一个海阔天空的世界,伴着智慧和勇气,去跨越,去成长!

编者



目录

上篇 告别昨天

第一章 孩子在这里,你去哪里了

- | | | |
|----|---|-------------|
| 3 | 一 | 从此以后,我像一棵野草 |
| 8 | 二 | 妈妈,你不要我们了吗 |
| 12 | 三 | 黑黑的夜晚,我好害怕 |
| 17 | 四 | 我是小小拖油瓶么 |
| 22 | 五 | 变个坏孩子让你看 |

第二章 放下恩怨 跟过去告别

- | | | |
|----|---|---------------|
| 29 | 一 | 噩梦醒来是清晨 |
| 33 | 二 | 放下吧,那些恩恩怨怨 |
| 38 | 三 | 感谢曾经的她 |
| 43 | 四 | 哭够了笑一笑,没什么大不了 |
| 47 | 五 | 不一样的精彩 |



目录

第三章 伤痛会过去 亲情不会改

- | | | |
|----|---|-------------|
| 54 | 一 | 你永远是我们最爱的宝贝 |
| 58 | 二 | 孩子,这不是你的错 |
| 63 | 三 | 说出来吧,我在听 |
| 67 | 四 | 过来,靠着我的肩膀 |
| 72 | 五 | 我们一定可以的 |

中篇 珍惜现在

第四章 单亲不缺爱

- | | | |
|----|---|------------|
| 79 | 一 | 看! 我们美丽的新家 |
| 82 | 二 | 我们家的猫咪 |
| 86 | 三 | 一起去看海 |
| 89 | 四 | 哇,我们做到了! |
| 92 | 五 | 可以上锁的日记本 |



目录

第五章 小小惊喜 满满的爱

- | | | |
|-----|---|----------|
| 97 | 一 | 夜空下的萤火虫 |
| 101 | 二 | 这是男子汉的事情 |
| 104 | 三 | 清晨的一碗小面 |
| 107 | 四 | 嗨,伙伴! |
| 110 | 五 | 爸爸是你的大树 |

第六章 要阳光 也要雨露

- | | | |
|-----|---|----------------|
| 115 | 一 | 我也想牵爸爸温暖的手 |
| 119 | 二 | 爸爸,我不喜欢你妈妈说的坏话 |
| 122 | 三 | 夹在中间的我 |
| 125 | 四 | 你们一起来参加毕业典礼吧 |
| 128 | 五 | 我不是真的不想理你 |



目录

下篇 开启未来

第七章 看啦,渐渐露出笑容的脸

- | | | |
|-----|---|------------|
| 133 | 一 | 不要为打翻的牛奶哭泣 |
| 137 | 二 | 臭脾气,我们一起改 |
| 141 | 三 | 孩子,你真的很重要 |
| 145 | 四 | 相信爱,学会爱 |
| 150 | 五 | 彩虹的约定 |

第八章 经历风雨 幸福绽放

- | | | |
|-----|---|-----------|
| 155 | 一 | 下雨了,来接我吧 |
| 160 | 二 | 等我长大了 |
| 164 | 三 | 今天是你的生日 |
| 170 | 四 | 妈,这是我的好朋友 |
| 175 | 五 | 今晚我住在青年旅社 |

尾声

后记

上篇 告别昨天

一次别离，一个完整的家瞬间崩裂。无论是生离还是死别，那份无助的孤单和愤怒都将久久地遮盖孩子的天空。面对别离，孩子在哭泣：“妈妈，你不要我们了吗？”巨大的疑问，化为自怨自艾。孩子相信：“从此以后，我像一棵野草，再没有父母的呵护与疼惜。”外面的世界黯淡无光，布满荆棘。孩子也许会退缩，也许会反抗，但无论如何，他们都在用不同的方式呐喊，渴望回到从前。

面对离别，父母也好不到哪里去。过去的温暖愈加凸显出今天的寒冷，梦境中或许还残留着临别时的恩恩怨怨。也许会哭吧，在无人的夜晚。该如何跟昨天告别？要不要与孩子好好谈一谈？

随着时光流逝，你会发现，那份心痛在慢慢消散，而透过泪眼你看见了孩子，你知道是时候告别昨天了。



第一章 孩子在这里,你去哪里了

我们满怀美好憧憬走进婚姻,并有了爱的结晶。原以为爱得到延续,从此有了归宿有了依靠,不曾想他(她)却离开了。可遭遇了家庭破碎的孩子,仍然在这里迷茫着、恐惧着、怀疑着,也无助地期待着。期待着家庭变故后亲情依旧;期待着至亲的爸爸(妈妈)还能像以前一样爱着自己,关心自己;期待着遭遇横祸失去至亲的一方后,还有一方能坚强地守护自己的安全和幸福……他(她)也像其他同龄的孩子一样希望能在父母怀里撒娇,希望自己的任性能被父母包容,失意时能有父母的鼓励,成功时能得到父母的肯定和赞扬。

单亲只是一种形式,血缘却不拘泥于任何形式真实地存在着。不要将离异的不满情绪迁怒于孩子,不要拒绝另一方给予爱的机会,也不要无情地剥夺孩子享受双亲之爱的权利。无论你在哪里,请关心那颗小小的受伤心灵,请将“爱”用心传递给孩子。你会发现:因为爱,距离没有让你们疏远;因为爱,你们依然心心相通;因为爱,单亲的孩子不再孤单、恐惧、无助、迷茫;因为爱的陪伴,他们一样沐浴在阳光里健康快乐成长!

一 从此以后,我像一棵野草



心语故事

杨洋是海老师儿子小仲的朋友,现在上初中二年级,父母离婚后杨洋跟爸爸一起生活。杨洋爸爸和海老师住同一小区,彼此认识却从无深交,只是偶尔见面会打个招呼。

一天,小仲对妈妈说:“杨洋就像一棵草,任凭风吹雨打都没有人保护。”海老师吃惊地问:“为什么这样说呢?”儿子说:“杨洋说他妈妈不要他也不管他,爸爸要他,可整天在外面,也没时间管他,所以他是一棵无人问津的小草。他说着还流泪了呢!”

海老师听了,心情顿感沉重:十三岁的孩子承受着不堪之重,该多么无助啊!于是,热心肠的她以孩子们的友谊为纽带,约杨洋爸爸见了面。

杨洋爸爸说,之前由于杨洋妈妈任性又喜欢打麻将,工作之外无暇顾家,对杨洋疏于照顾,自己又经常出差,夫妻二人抱怨彼此对孩子、对家庭照顾太少并产生矛盾。后来矛盾逐渐升级,最终导致在杨洋七岁时他们协议离婚。

鉴于杨洋妈妈的“特殊的爱好”,没有时间照顾好孩子,杨洋爸爸主动提出孩子由他抚养,杨洋妈妈也乐得清闲洒脱。但由于杨洋爸爸忙于工作,能在家照顾孩子的时间也很少,因此,杨洋更多的时间是独自在家。杨洋是个很懂事,很会察言观色的孩子。离婚后,杨洋妈妈偶尔来楼下看孩子,但杨洋知道爸爸不喜欢自己与妈妈有更多亲密接触,所以,他也刻意疏远妈妈。

杨洋自理能力较强,爸爸也就放心地让他一个人在家。一天晚上,独自在家的杨洋听到敲门声后开门,却遭遇了绑架,挣扎中杨洋



第一章

孩子在这里,你去哪里了



的手臂被划破。所幸的是，爸爸很快赶到，没造成更大的伤害。后来才知道施暴者是跟爸爸在工作中与经济纠纷的人。虽然在绑架过程中杨洋只受了皮外伤，但小小的他心灵受到极大伤害，自那以后他开始变得沉默寡言，尤其害怕晚上独自在家。

杨洋爸爸说着，泪水在眼眶里打转，他说自己很心疼孩子，又不知道能求助谁来改变孩子的境况。



原来如此

通过与杨洋爸爸的沟通，海老师了解到，原来离婚并没有解决离婚前家庭本身就存在的问题。离婚后他们选择了离异夫妻最不可取的敌对型和绝交型关系，把相互间的敌对情绪直接强加在孩子身上，导致孩子只能被禁锢在有法定抚养权的一方。这使得离异后的孩子依然处在无人照顾的生活环境中，甚至比以前更糟糕。杨洋爸爸对前妻的敌对态度，逐渐影响到杨洋，让杨洋对妈妈的认识和看法变为：“妈妈是个不负责任的人，有不良嗜好；妈妈缺乏母爱，置自己的孩子于不顾，贪图享乐；我不喜欢这样的妈妈，我和爸爸相依为命。”

通常，离异家庭的孩子会变得性情孤僻、情绪低落、忧郁寡欢、自卑胆怯，也有的孩子变得粗暴、冷漠、烦躁、敌视，甚至有的孩子由于父母的离异而走向堕落。但例外的是，也有个别孩子在父母离异后会变得更加懂事、自立、追求上进，这是孩子对新生活的另一种适应方式。著名心理学家皮亚杰认为，“适应”的本质是机体与环境的平衡。适应的形式有两种：同化和顺应。同化就是个体把环境因素纳入自己已有的图式或结构中，以加强和丰富主体的动作；而顺应就是主体改变行为动作、思维以适应客观环境的变化。故事中的杨洋就是主动改变自己来适应生活环境变化的特例。

杨洋爸爸多次强调：“杨洋经常说要我放心，自己在家没问题；



杨洋是个很懂事的孩子，善解人意又会察言观色。”

从心理学的角度来说，杨洋处在那样的环境还能反过来宽慰父亲，是一种本能的“讨好”，反映出孩子对生活现状的担忧：“妈妈不要我，我要表现好，不然爸爸也会不要我了。”善解人意、察言观色、生活自理等行为都属于“适应”环境的行为范畴。杨洋这个年龄本该在爸爸妈妈怀里任性、撒娇，之所以具备以上种种超于同龄人的优点和能力，完全可以理解为他在改变自己以适应客观环境的变化。

孩子失去一个完整幸福的家，责任不在孩子。但当孩子在努力让自己变得更坚强、更懂事以取悦父母时，做父母的不能漠视甚至利用孩子的“妥协式”成长。当孩子在缺少父母亲情的环境中，其“优秀表现”长期被漠视，安全感丧失，迷茫、绝望、挫败感就会油然而生。如不能及时排解这些情绪，将很有可能使孩子走向“乖孩子”表现的反面极端。



沟通秘籍

杨洋爸爸说：“我也希望孩子每天开开心心，能够享受同龄人一样无忧无虑的幸福快乐呀！可我该怎么办呢？”

海老师真心希望有着同样困惑的单亲爸妈们能做到以下几点。

(1)离异后双方切忌通过自己的不良言行塑造孩子心目中父母另一方的形象。在孩子心目中父母是同等神圣的，且任何一方都是不可或缺的，父母不能诋毁或污蔑另一方。父母对彼此人格形象的评价直接影响着她（他）在孩子心目中的形象定格。父母的各种不良品格，无形中影响着孩子的自信心和人格魅力的培养，一定程度上也会滋长孩子的孤独感。

(2)如果你是监护方，请努力做最好的自己。你是离异父母中与孩子相处时间最多的一方，你果敢、坚强、豁达、细心等所有行为品质共同构筑着孩子成长的幸福港湾，你充满正能量的言行就是孩



子的行为标尺。与孩子一起娱乐、锻炼,甚至无声地陪伴在孩子左右,给孩子“无论发生什么,我就在你身边”的安全感,孩子才能时刻感受到你的关爱。

(3)了解需要沟通,沟通需要时间,只有花时间走进孩子心里,才能真正了解孩子的真实心理。单亲家庭中像杨洋一样表现得“乖巧懂事”的孩子,作为父母更需要了解形成孩子行为表现的内在原因,更需要解读这种内因是否符合正常的成长轨迹,是否有利于孩子身心健康成长。当孩子的“乖巧懂事”压抑了孩子个性发展时,监护方就肩负引导的职责,你的及时介入,对于孩子而言正如泥泞路上及时伸过来的臂膀,安全和可依靠感不言而喻。

(4)稍微懂事的孩子当被问及“是喜欢爸爸还是更喜欢妈妈”时,会回答:“都喜欢。”在孩子心目中,父母的地位是无可替代的,任何一方的缺席,都会将完美的情感依靠划个豁口。随着年龄的增長,绝大多数孩子会刻意维护父母在别人心目中的美好形象,他们希望与同龄人的父母相比,自己的父母更受人尊重。所以,请打开孩子走向另一方生活和心灵的通道,在那里,孩子将不仅获知另一方的真实形象,同时也将收获另一份安全和依靠。



可以更好

给了杨洋爸爸建议后,为了鼓励和坚定他的信心,海老师讲了熟识的吴先生的故事。

四十二岁的吴先生有一个十五岁的儿子,离婚八年来他一直自己带着儿子。用他的话说:“其间酸甜苦辣尽品啊!”吴先生原本很乐观,但刚跟妻子离婚时,怎么也转不过那个弯,一根筋地认为问题都在对方,恨不得这辈子都不再相见。

起初,孩子妈妈来看孩子或约孩子见面,吴先生很排斥。但看到孩子因为自己的不悦而闷闷不乐时,吴先生就让步了。有时候,



第一章

孩子在这里，你去哪里了



孩子喜欢去母亲那边住两天，而且每次与母亲见面后，心情似乎会格外明朗，与吴先生的话也格外多。看到孩子的这些表现，吴先生说自己就认了，毕竟儿子是自己的，儿子快乐自己就开心。

吴先生很珍惜跟儿子在一起的时光，跟儿子在一起总觉得自己年轻了十几岁。这两年，儿子变得成熟了，有个性了，有时候喜欢拍着他的肩膀叫“哥们”，他也乐意儿子这么称呼他。有事没事，儿子总爱斜眼打量他，嘴里直嘟哝：“大哥，怎么看你条件也不错啊，怎么至今没有一个女生喜欢你哦！”吴先生说儿子篮球打得不错，几天前学校里有一场篮球赛，他特意请了个假给儿子“加油”去。混迹在一群热情奔放的年轻身影里，吴先生刚开始还真觉得别扭。可随后他心中的激情被小伙子们点燃了，跟着他们一起欢呼，一起加油……

吴先生说，现在儿子也慢慢长大了，有自己的是非辨别能力，平常与母亲相处得不错。吴先生准备利用假期，备些礼物，让儿子独自去看望他的外婆、舅舅。吴先生笑着说：“血缘是割不断的。”他认为孩子只有学会享受爱，才能学会爱别人。

滴海藏箴 >>>

1. 夫尺有所短，寸有所长；物有所不足，智有所不明。

——屈原

2. 世界上的一切光荣和骄傲，都来自母亲。

——高尔基

3. 成功的时候，谁都是朋友。但只有母亲——她是失败时的伴侣。

——郑振铎

4. 宽容就像天上的细雨滋润着大地。它赐福于宽容的人，也赐福于被宽容的人。

——莎士比亚