

# 好爸好妈

0~3岁宝宝快乐成长育儿经  
鲁杰家庭教育10年精华

鲁杰 [著]

当个好爸好妈不容易，它需要拥有许多的“教育资产”。首当其冲的便是一种相互影响，父母之间、亲子之间的影响。这个时代的好爸好妈，一定是那些懂得以健康而智慧的方式养育孩子的人。



Good Dad  
and Good Mum

**鲁杰：儿童心理专家 家庭教育专家**

承担国家教育部及北京市教委多个科研课题。内容涉及儿童行为问题、素质拓展、创造力培养、智力测评及家庭教育等方面。

华夏出版社

G61  
116

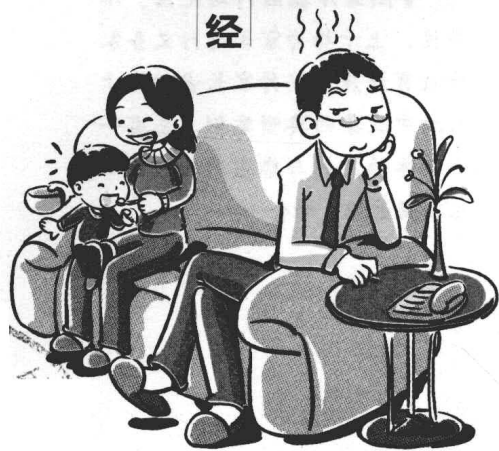
鲁杰 育儿经典系列

# 好爸爸好妈妈

*Good Dad and Good Mom*

鲁杰〔著〕

0~3岁宝宝快乐成长育儿经



华夏出版社

## 图书在版编目(CIP) 数据

好爸好妈：0~3岁宝宝快乐成长育儿经/鲁杰著.  
北京：华夏出版社，2008.7  
(鲁杰育儿经典系列)  
ISBN 978-7-5080-4813-0

I. 好… II. 鲁… III. 婴幼儿—哺育 IV. TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 073290 号

## 好爸好妈：0~3岁宝宝快乐成长育儿经

---

策 划：杨长江

责任编辑：王其进

作 者：鲁 杰

插 画：吴冬妮

美术编辑：叶 茂

出版发行：华夏出版社

(北京东直门外香河园北里4号 邮编：100028)

总 经 销：四川新华文轩连锁股份有限公司

印 刷：三河市汇鑫印务有限公司

开 本：16开 170×230

印 张：12

印 次：2008年7月北京第1版 2008年7月北京第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5080-4813-0

定 价：20.00元

---

本版图书凡印刷装订错误可及时向我社发行部调换

# 序

父母是孩子与生俱来的财富。

你准备好做一个称职的爸爸了吗？你希望自己成为全能的妈妈吗？你们想过一起合作培育一个优秀的宝宝吗？你想过为了孩子的教育清点一下教育资产吗？

如今爸爸们可真的是一个比一个负责任。他们想要做成功的男人，想要做孩子的榜样，想要用自己有力的臂膀支撑幸福的家庭生活。于是现代社会的爸爸们都很辛苦、很忙，经常不在家，不经意间，孩子错过了一个又一个成长关键期，流逝的时光不再回来……宝宝的健康成长急需爸爸的关注！他们要和爸爸一起游戏来发展大动作和提高躯干的灵活协调性；他们要向爸爸学习勇敢、自信、坚强和创造等品质；要向老爸的能力挑战来验证自己的成长。宝宝的妈妈也需要爸爸的支持才可以精力充沛地面对宝宝！可是现在当爸爸好像和从前当爸爸不太一样了，应该说更不容易了。新好爸爸都时兴先取得资格后上岗，不过除了妈妈对爸爸满意外，还必须要通过宝宝这一关，否则，宝宝可不买账哦。

现代爸爸们很忙，妈妈们就更累了。在职场上要不动声色地埋头苦干，和男人一样同工同酬，内心深处则对宝贝是永远的牵挂——宝宝早上发烧了，宝宝开始不听话了，宝宝最近受欺负了……这么家里家外的拳打脚踢没有十八般武艺怎么行？可宝宝就是不太肯听话，而



孩子的爸爸又实在不配合自己怎么办？

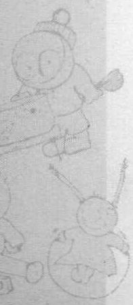
良好的家庭环境、良好的家庭教育，需要爸爸妈妈配合默契，共同关注，才能帮助宝宝更健康地成长。

当个好爸爸好妈妈实在不容易，那可是需要拥有许多教育资产的。教育也需要资产吗？当然需要了！乐观和悲观的人面对孩子怎么能一样呢？爱学习善思考，尊重孩子的父母当然更受孩子欢迎。你的内心足够开放吗？还是过于保守，怕受到伤害？你能在一个小时后为自己一个小时前的大发脾气负责吗？你对人有一种天然的亲近感吗？你的胸怀够宽广够包容吗？你善于听从他人的意见，对于挫折有很强的承受能力吗？你能接受自己的不足吗？你的心理状态成熟吗？你渴望和孩子一起成长吗？

教育是一种相互影响，父母之间，亲子之间的影响，更重要的是自己对自己的影响。

要想影响别人，请先影响自己；要想影响自己，请先了解自己，接纳自己，心疼自己，控制自己，不断超越自己，热爱自己。

热爱生活的人，才会热爱自己，而热爱自己，一定会时刻关心自己的孩子，懂得以健康而智慧的方式爱孩子。



# 目录

## 第一篇:新好爸爸贵在用心

### 没有我你能当爸吗? ... [003]

宝宝不跟爸爸亲

爸爸哪儿出问题了?

请注意新好爸爸的内涵

爸爸们请注意细节

### 爸爸要闯新好关 ... [008]

“调教”过的女儿变样了

新好爸爸应该这样吗?

做新好爸爸要闯哪些关?

### 少不了的“好帮手” ... [012]

两个男孩入园期间的焦虑表现

灿灿的故事

彬彬的故事

灿灿爸PK彬彬爸

### 爸爸规矩VS宝宝错误 ... [017]

只有爸爸才能“镇”住孩子吗?

爸爸的权威角色是严厉出来的吗?

爸爸给宝宝的规矩要明确

特别提示:爸爸规矩小解析



## 不让宝宝受欺负也不欺负人 … [022]

“受气包”家里家外受冷遇

“小霸王”凯旋而归爸爸喊“好”

对“受欺负”问题的不同想法

如何对待“受欺负”的宝宝？

## 宝宝恋父该多深？ … [026]

尽享父爱的滋味不好吗？

父亲为什么那么有吸引力？

请正确地表达父爱

## 宝宝应该听谁的？ … [031]

奶奶，快来救我！

年轻父母VS老年父母

如何让两代父母教育更一致？

## 宝宝说谎谁的错？ … [035]

小宝宝开始会说谎了

宝宝说谎因为什么呢？

家庭教育如何从分歧到和谐？

## 连孩子的“醋”也要吃吗？ … [038]

“多余”的星爸不服气

星爸是在吃孩子的“醋”吗？

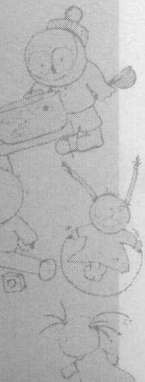
解析星爸吃“醋”的三个误区

星爸明智改变自己才称职

## 新好爸爸不必假正经 … [043]

老爸的身份够权威吗？

权威和民主都要不好吗？



## 新好爸爸心肠该硬还是该软? ... [046]

女儿的眼泪让爸爸“心太软”

娇气就不是男子汉

心肠软硬能辨别新好爸爸吗?

## 女儿的心思爸爸真懂吗? ... [050]

我就想在家里玩

女儿到底想要什么呢?

读懂宝宝的心思很重要

读懂宝宝的心思并不难

## 睡不醒的老爸招人爱? ... [054]

宝宝喜欢加菲猫老爸吗?

老爸贪睡如何影响孩子?

对加菲猫老爸的合理化建议

## 第二篇:新好妈妈里外照应

### 儿子有“恋母情结”吗? ... [061]

所有的宝宝都依恋母亲

幼儿与母亲的亲密感

怎样培养小男子汉?

### 爸爸在“值班”的日子里 ... [066]

爸爸不在家

生活秩序变动需要主动适应

妈妈和宝宝应该如何应对压力?

### 约会白领妈妈 ... [070]

当不当全职妈妈?

当不当全职妈妈观点评述

对全职型妈妈的建议

对家庭事业兼顾型妈妈的建议





**白领妈妈的烦恼 … [076]**

白领妈妈多烦恼

小心双面饼被烤糊

白领妈妈小贴士

**解开职场妈妈们的心事 … [081]**

职场妈妈的担心

改变现状要考虑哪几点?

职场妈妈魅力小贴士

**宝宝在我眼中最美 … [084]**

外界对宝宝待遇不公平

为何宝宝在妈妈眼中最美?

你准备为自己的审美标准升级吗?

**小心患上“关怀强迫” … [089]**

自己的孩子想怎么爱就怎么爱?

何谓“关怀强迫”?

关怀强迫是对宝宝的一种侵犯和忽略

关怀强迫的现象分析及对策建议

**妈妈成熟魅力转动10种人 … [096]**

儿科医生——孩子的健康保证,请对她镇定

保姆——孩子生活的照顾者和伴侣,请培育她

幼儿园老师——宝宝的社会引导者,请与她沟通

婆婆——孩子和丈夫的至爱亲人,请与她贴心

同事——工作伙伴加友人,请跟人家谈点别的

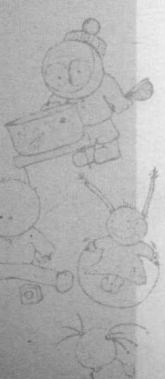
上司——经济和事业来源,请尽职尽责

异性朋友——红颜知己,请与他透明来往

闺中密友——定期联络表关心

完美妈妈——你的镜子,照出自己

配偶——生命另一半,爱他如生命



### 第三篇:好爸好妈共助宝宝成长

#### 帮助宝宝认识自己 … [105]

应该给宝宝教些性别知识了吗?

孩子是否应该像他(她)的性别一样发展?

#### 给沮丧的宝宝加把油 … [108]

我不想去幼儿园

沮丧宝宝心理分析

加油措施

#### 为孩子准备挫折训练了吗? … [111]

孩子在挫折教育中可以学到什么?

事例分析

什么是挫折商?

如何培养孩子的挫折商?

题外话

#### 小宝宝也会话中有话吗? … [118]

青青的“潜台词”

如何理解宝宝的“话中有话”?

家长应该如何做?

比较忌讳的几个做法

对家长具体做法的建议

#### 宝宝的情感教育刻不容缓 … [122]

太好了,那个人没赶上车!

孩子因何情感淡漠?

情感帮助小宝宝健康成长

情感健康的孩子的特点

家长如何与孩子同情共感?



**被爱过多也受伤 … [128]**

家有可爱小朵朵

小可爱的麻烦

孩子的情感起伏剧烈影响身心健康

如果春节又到了

**宝宝的个性魅力从礼貌而来 … [133]**

文明礼貌我还不太懂

培养小绅士小淑女需要耐心

**近生远养的宝宝问题多 … [137]**

“留守宝宝”容易造成的5种缺失

父母不在身边宝宝不好带

还给宝宝享受母爱的权利

留守宝宝的需要

**孩子们的冲突有意义 … [141]**

损坏东西要赔偿?

冲突对成长的重大意义

**第四篇:清点你的教育资产****你准备好做成功父母了吗? … [147]**

怎么做才算是成功的父母?

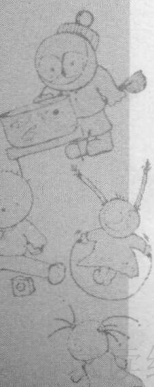
成功父母应注意哪些方面?

**宝宝懂得亲情的表达和理解吗? … [153]**

墨墨拥有全家不同形式的“爱”

如何进行亲情表达和理解?

正确表达亲情的建议



**宝宝何时能听懂你说话? ... [157]**

宝宝多大的时候能真正理解大人的话?

宝宝喜欢家长怎么说话?

发怪音会影响到孩子学说话吗?

什么样的问题才是好问题呢?

父母答不上来孩子的提问怎么办?

孩子听不懂长句子吗?

父母说话应该是正常的表述方式

专家提示:错误的说话方式

**无法和孩子有效沟通的主要原因 ... [162]**

情绪很差时事后如何补救?

孩子行为偏差,应该如何对孩子讲话?

**对孩子社会性教育要自然 ... [164]**

妈妈的尴尬

劝人向善也要注意态度

**跟孩子正话反说有学问 ... [168]**

孩子能听得懂正话反说吗?

父母莫向孩子正话反说

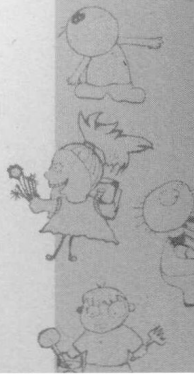
**清点父母的教育资产 ... [171]**

家长最需要的是方法吗?

你是否拥有教育孩子的财富和资源?

清点你的教育资产

更多的教育资产





## 新好爸爸贵在用心

宝宝不跟爸爸玩

小亮是个4岁大的小男孩，妈妈很疼爱他，甜甜的笑容总是挂在脸上，天天都乐天。爸爸和妈妈结婚多年，恩爱有加，但事业各异，之后妈妈在忙工作顾不上爸爸，在夜半人静寂寞的办公室加班时，爸爸总是一边一边地看电视，不知不觉地睡着了。

有一天，爸爸下班回家，看到小亮一个人在家，吃了很多好吃的，还玩得很开心。爸爸看到小亮一个人在家，心里很高兴，走过去抱抱他，说：“宝贝，爸爸下班回来了，妈妈不在家，爸爸陪你玩。”小亮看到爸爸回来了，高兴地说：“爸爸，你终于回来了，我好想你。”爸爸听到小亮的话，心里很高兴，说：“宝贝，爸爸以后会经常陪你玩。”小亮听到爸爸的话，心里很高兴，说：“爸爸，你真好。”

爸爸下班回家的时候，看到小亮一个人在家，心里很高兴，说：“宝贝，爸爸下班回来了，妈妈不在家，爸爸陪你玩。”小亮听到爸爸的话，心里很高兴，说：“爸爸，你真好。”

爸爸下班回家的时候，看到小亮一个人在家，心里很高兴，说：“宝贝，爸爸下班回来了，妈妈不在家，爸爸陪你玩。”小亮听到爸爸的话，心里很高兴，说：“爸爸，你真好。”



小國空軍發展



## 没有我你能当爸吗？

HAOBAHAOMA

### 宝宝不跟爸爸亲

小男孩青青4岁了，可爱得像个小天使，那张小嘴巧极了，甜甜的声音滋润得爷爷奶奶天天都在笑。青青和妈妈最亲，然后是奶奶，接着是爷爷，之后轮到小姑还是排不上爸爸。每次家人逗青青为亲密度排序时，爸爸总是在一边一脸无辜而无奈的样子。

中秋节到了，爸爸的老同学李叔叔来看望全家人，带来了许多好吃的，花花绿绿一大堆。青青早就看到了这些新鲜的玩意儿，等李叔叔一走，青青立刻就上去，一个袋、一个盒地打开，每次打开时都伴随着惊喜的呼叫：“这么多呀！这么大呀！怎么这么多的月饼呀！”接着，就坐在地板上一块一块地分起来：“这一盒是爷爷的，这一盒是奶奶的，这个是妈妈的，这个是我的，还要给小姑留一块……”

青青正自言自语的时候，爸爸送完老李进了家门，看到青青在分礼物，就问：“青青，有我的吗？”

青青看了一眼爸爸，一脸坏笑说：“没有。”

爸爸又问道：“别人都有，为什么没有我的呀？”



没有你爸  
你能吃上这  
些好东西吗？



没有我  
你能当爸吗？



想要得到小宝贝接纳的爸爸们可要注意了，其实，当一个新好爸爸的确是有许多细节要注意到的，否则很难得到宝宝的欢心。



青青眼珠向上一翻说：“问你自己呀，谁让你总和我抢电视？谁让你总不和我玩？你不喜欢我，我不给你吃。”

爸爸说：“没有我你能吃上这些东西吗？”

青青头都不抬回了一句：“没有我你能当爸吗？”

全家人喷笑。

## 爸爸哪儿出问题了？

青青爸向我提到这件事的时候，满脸的自豪外，还有一丝的委屈：“您说我这儿子，聪明是真聪明，就是跟我亲不起来，其实我对他挺好的。”

一同前来的青青妈却不这么看，妈妈说：“你对他好什么呀，让你带孩子玩一小会儿还行，孩子稍微有点淘气时，一下子就把孩子撸到一边去，手上没轻没重的，你说急就急。你还总跟孩子抢电视，你还……”

看来青青妈还是站在青青这边的，对爸爸委屈的心情并不表示同情。她还提到，青青快到两岁时，妈妈早起去上班，爸爸在家带青青。青青每天一大早就有撒尿的习惯，往常都是由妈妈拿尿盆，可妈妈不在家，无论青青怎么叫爸爸，爸爸都在沉睡，就是不想醒，气得青青站到床上对着爸爸撒了他满脸的尿。妈妈说起这件事来又气又笑。妈妈说，青青的爸爸从来不看幼儿教育的书籍和杂志，妈妈一跟他谈青青的教育问题，他总是固执己见，从不改变。跟他商量家务事时，他总是说我负责出钱，你自己把关吧，买什么，买多少是你们女人的事情。

事实上，许多爸爸都有这样的困惑：自己辛辛苦苦在外面挣钱养家糊口，回家也没少带孩子、干家务，但为什么总是得不到孩子的接纳和妻子的表扬呢？而许多妈妈也都有怨言：丈夫真是没有家庭责任感，带孩子做家务根本不能指望他。尤其是让他带孩子，一会儿就没耐心了，动不动就说烦，急的时候一下子能把孩子推出几米远，经常把孩子弄得哇哇大哭。