



教好 “独二代” 必须解决的 十大问题

孙宏艳 著

做父母难，做独生子女的父母更难，
独生子女做独生子女的父母更是难上加难！

本书谨献给有了独生宝宝的独生子女父母，
也献给所有做父母或想做父母的读者。



教好
“独二代”
必须解决的
十大问题

孙宏艳 著



海峡出版发行集团 | 福建教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教好“独二代”必须解决的十大问题/孙宏艳著.
—福州:福建教育出版社,2012.6

ISBN 978-7-5334-5887-4

I. ①教… II. ①孙… III. ①独生子女—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 143288 号

教好“独二代”必须解决的十大问题

孙宏艳 著

出版发行 海峡出版发行集团
福建教育出版社
(福州梦山路 27 号 邮编: 350001 电话: 0591-83706771 83733693
传真: 83726980 网址: www.fep.com.cn)

出版人 黄旭

发行热线 0591-87115073 83752790

印刷 福州东南彩色印刷有限公司
(福州市金山工业区 邮编: 350002)

开本 720 毫米×1000 毫米 1/16

印张 14.75

字数 210 千

插页 2

版次 2012 年 10 月第 1 版 2012 年 10 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5334-5887-4

定价 29.00 元

如发现本书印装质量问题,影响阅读,
请向本社出版科(电话:0591-83726019)调换。

我的开场白

感谢您翻开这本书。

这本书重点是写给有了独生宝宝的独生子女父母看的。当然，它也适合所有做父母或想做父母的读者。

这本书有两个关键词：“独一代”和“独二代”。所谓“独一代”，就是第一代独生子女。“独一代”，从一出生身上就笼罩着不一样的光环。1970年开始，我们国家开始逐渐实行计划生育政策。1973年，国家提出生育的“晚、稀、少”方针，即夫妻要贯彻执行晚婚晚育政策，最多生两个，生育间隔要在3年以上。1980年，中共中央、国务院正式提出，一对夫妇只生育一个孩子。正是在这样的历史背景下，“独一代”这一特有的名词诞生了。

其实，“独生子女”并不是什么新鲜词儿，如果一对夫妻只有一个孩子，这个孩子就是独生子女。或者，在第一个孩子已降生，第二个孩子还没降生时，第一个孩子也是独生子女。当家里的几个孩子纷纷长大离开家的时候，家里剩下的那个年龄最小的子女也是独生子女。为什么这样的独生子女没有受到人们额外的关注，而那些降生在20世纪80年代、家中始终只有一个孩子的独生子女却引起广泛关注呢？这是因为身为第一代独生子女的“80后”们，承载着前辈太多的希望，父母给家中唯一的孩子很多特殊的权利、特殊的付出、特殊的教育，用特殊的心态养育他们，因此，他们被称为“独一代”

——具有很多不同于多子女家庭特点的一代人。

正是因为这种特殊性，使“独一代”做了父母之后，也很容易呈现出某种特征。在独生的环境下长大，“独一代”父母们大多对孩子更加关注，孩子也因此面临着更为特殊的环境：只有爸爸妈妈、爷爷奶奶、姥姥姥爷，没有舅舅、姑姑、叔叔、姨姨……如果独生子女父母养育的孩子也是独生子女，那么就出现了本书的第二个关键词：“独二代”。

这时，身为独生子女的父母会惊愕地发现，养孩子已经很不容易了，而教育孩子更是难上加难。真是应了那句话：做好父母难，做独生子女的好父母更难，独生子女做独生子女的好父母更是难上加难。

据说，北京的汽车每天以 700 辆的速度在增长，因此我们常在路上看到有很多汽车上面贴着温馨提示：新手上路，请多关照！又据权威数据，全世界每秒钟大约出生 4.3 人，每分钟大约出生 259 人，每小时大约出生 15540 人，每天大约出生 37 万人，每年增长约 8296 万人；中国平均不到 2 秒钟出生 1 个人，每分钟大约出生 38 人，每小时出生约 2273 人，每天出生约 5 万多人，每年出生约 1990 万人。也就是说，全世界每天约有 74 万人做了父母，中国每天约有 10 万人做了父母。做父母看起来不是一件难事：恋爱，结婚，怀孕，生产……经历了这些过程，两个新人顺理成章地就做了爸爸妈妈。然

而，做父母却不是这么简单的事，当孩子一声啼哭来到世界上时，他的人生旅程就开始了。面对孩子，爸爸妈妈会遇到远远超过“新手上路”这样的挑战。很多人在生活中比较顺利，呼朋唤友，左右逢源；很多人在工作中比较如意，成了医生、律师、教师、经理，但面对孩子时往往一筹莫展，束手无策，因为缺乏经验而痛苦不堪，养育孩子成了一场噩梦。

“独一代”养育“独二代”，遇到的困难可谓前所未有。社会环境变得复杂，社会竞争更加激烈，人们的物质生活和精神生活越来越丰富，各种教育理念和成才观念层出不穷，知识和信息大爆炸，年轻父母经验不足，忙于生存和发展无暇顾及孩子，渴望个人空间不被孩子占据，可能有着孩子般的心态，也许还过着“月光族”的生活……

可以说，在做父母方面人人都是新手。即使多子女家庭的父母，在养育下一个孩子时，也同样是新手，因为，每个孩子的成长轨迹都是不一样的。向左幸福向右噩梦，做父母到底是幸福还是噩梦？这要看每一位父母的选择——

选择，就在您的手中，就在您每一天的学习中！

孙宏艳

2012年6月

目 录

我的开场白

第一章 谁引导孩子的成长方向——做父母不容易

“独二代”教育大智慧 1: 养孩子不容易, 教育孩子更难, 养了孩子未必能做好父母。独生子女要做好父母, 更需要天天向上。

【案例】爱哭的妈妈 3

【分析】管教行为背后的心理成长模式/4 **【科学研究】**教养方式带来的双重影响/5 **【相关建议】**避免过度关注孩子的两种后果/9 **【扩展阅读】**儿童社会化的家庭因素/10

【案例】陈阿姨的三个孩子 12

【分析】谨防“精神上的留守儿童”/13 **【科学研究】**亲子关系比技巧更重要/15 **【相关建议】**避免七种错位的教养观念/17 **【行动指南】**人生需要“三条腿儿”/19

第二章 靠理智还是靠感觉——爱不能成为借口

“独二代”教育大智慧 2: 做父母只需要很短的时间, 做好父母却需要用一生去实践。父母的教育智慧决定孩子的成长高度, 好父母和坏父母是互相转化的。教育孩子, 光靠感觉是远远不够的。

【案例】贪玩的父母 25

【分析】洋快餐式父母的不利影响/26 **【科学研究】**好父母从健康生活开始/27 **【相关建议】**培养健康的生活方式/29

【案例】青春期提前来临? 33

【分析】不健康心理让家乱了套/34 **【科学研究】**父母应具备的心理素质/34 **【相关建议】**合格父母需要五元素质/39 **【扩展阅读】**现代家庭教育的特点/40 **【行动指南】**培养宝宝健康饮食的八个途径/41

第三章 您想做模范父母吗——只提建议不下命令

“独二代”教育大智慧 3: 越是模范的父母, 对孩子的人生破坏性越大。孩子的安全感和责任心是在实践中获得的, 做放手的父母, 才是教育的大智慧。

【案例】儿子为什么不爱上幼儿园 47

【分析】模范父母造就“无能小孩”/48 **【科学研究】**五类典型父母/49 **【相关建议】**把责任放在孩子肩上/51 **【扩展阅读】**“独二代”不同阶段的教养重点/53

【案例】心理咨询师的“不能童年” 56

【分析】谁能覆盖谁的一生/58 **【科学研究】**父母自私的病症: 关怀强迫症/59 **【相关建议】**做自信大气的父母/61 **【行动指南】**“五点法”培养幼儿独立性/64

第四章 孩子的教育谁说了算——隔代教育不是主角

“独二代”教育大智慧 4: 爷爷奶奶好当, 孙子兵法难学。辛辛苦苦把“独一代”养大, 不要再为“独二代”做替身父母。只当参谋不当保姆, 是祖辈的权利和教育策略。

- 【案例】轩轩有多动症吗? 69
- 【分析】频繁干扰缩短了孩子的注意力/70 【科学研究】隔代教育滋生五大弊端/71 【相关建议】疼爱孙辈五大注意事项/75
- 【案例】不合群的男孩 78
- 【分析】“母爱剥夺”带来的心灵伤害/79 【相关建议】祖辈要先学“孙子兵法”/81 【行动指南】让隔代教育不隔/83

第五章 好话谁都会说吗——甜言蜜语也能伤了孩子

“独二代”教育大智慧 5: 表扬是成长的必需营养素, 是人生路上的加油站。但好话不一定好说, 更不一定好听, 对孩子说好话也需要技术。过度赞扬往往让孩子受伤。

- 【案例】只喜欢听好话的小易 89
- 【分析】表扬也会伤害孩子/90 【科学研究】表扬的六个误区/90 【相关建议】学习表扬的技术/93
- 【案例】无处逃遁的萍 98
- 【分析】被优秀压垮的母亲/99 【科学研究】“维生素”的副作用/100
- 【相关建议】做个有平常心的父母/104 【行动指南】让孩子经得起挫折的九个方法/106

第六章 您会拒绝孩子吗——不妨来点儿劣性刺激

独二代教育大智慧 6: 只有“是”没有“不”的人生是失衡的人生。父

母现在肯对孩子说“不”，孩子以后才能对自己说“不”。长大的过程，就是接受别人说“不”，并对自己和别人说“不”的过程。酸甜苦辣都是营养，有了五谷杂粮，孩子的人生才能真正丰盈起来。

【案例】不想去幼儿园的慧慧 111

【分析】现代父母要学会说“不”/112 **【科学研究】**没有批评的教育=谋杀/113 **【相关建议】**掌握批评的原则与方法/115 **【扩展阅读】**适度隔离有技巧/117

【案例】从乖乖女到小魔女 120

【分析】任性的孩子最受伤/121 **【科学研究】**过度关注和过度满足危害多/122 **【相关建议】**给孩子一些劣性刺激/124 **【扩展阅读 1】**对孩子说“不”的七个原则/126 **【扩展阅读 2】**打屁股可以吗？/129 **【行动指南】**孩子痴迷电视时如何说“不”/131

第七章 赢在起点还是赢在终点——人生只是一个旅程

“独二代”教育大智慧 7：过于想赢，反而很容易输。输不起的心态不仅让人生失去了风景，也使孩子过早成长在焦虑的环境里。父母的心胸有多大，孩子的世界就有多大。

【案例】“超人妈妈” 137

【分析】“超人妈妈”其实输不起/138 **【科学研究】**“独二代”的父母更容易产生教养焦虑/139 **【相关建议】**小心易引起焦虑的八个因素/141 **【扩展阅读】**谨防幼儿教育小学化/143

【案例】总是生病的雪菲 147

【分析】赢在起点，可能输在终点/148 **【科学研究】**早期教育怎么教/149 **【相关建议】**过程比结果更重要/151 **【扩展阅读 1】**婴幼儿的九个敏感期/153 **【扩展阅读 2】**芬兰的“慢教育”：满 7 岁才准入小学/155 **【行动指南】**四类孩子不宜提前入学/157

第八章 要爸爸干啥——别让“背影”成为阴影

“独二代”教育大智慧 8:男人的意义绝不仅仅是赚钱养家,尤其是做了父亲之后,男人的内涵更加丰富。父亲是子女成长的酵素,妻子是丈夫成长的酵素,平衡的婚姻关系更能帮助男人成长为好丈夫和好父亲。

【案例】爸爸有用吗? 161

【分析】父爱缺乏留下的空洞/162 **【科学研究】**父爱是儿子的天,女儿的山/163 **【相关建议】**远离九种不合格爸爸/166 **【扩展阅读】**好女人是一所学校/171

【案例】不安分的王子 174

【分析】父亲缺位形成了畸形家庭/175 **【科学研究】**小心倾斜的婚姻关系/176 **【相关建议】**做好父亲从细节开始/177 **【扩展阅读】**给自己留点儿空间/181 **【行动指南】**爸爸和孩子玩的九款游戏/182

第九章 孩子是否“被兴趣”——像煲汤一样养孩子

“独二代”教育大智慧 9:多些耐心,用煲汤的速度教育孩子,慢慢煲,煲出教育滋味和营养来才是真智慧。家庭教育,重在养身、养眼和养心。

【案例】微澜的担忧 187

【分析】让人左右为难的兴趣班/188 **【科学研究】**功利心让家长和孩子上了“战车”/189 **【相关建议】**对的方法更重要/191 **【扩展阅读】**了解镜像神经元/193

【案例】孩子的兴趣为何长不了 195

【分析】孩子“没长性”是正常现象/196 **【相关建议】**养身养眼养心是根本/197 **【扩展阅读】**好妈妈,慢慢来/201 **【行动指南】**八招让孩子爱上运动/203

第十章 要不要一切为了孩子——父母需要毕生发展

“独二代”教育大智慧 10:自我发展和孩子成长,一个都不能少。要照顾好孩子,先照顾好自己;要成为优秀父母,先做优秀的自己;要孩子人生精彩,父母要先拥有精彩的人生。

【案例】乔是好妈妈吗? 207

【分析】有了孩子,没了自己/208 **【科学研究】**“亲子一体感”阻碍父母和孩子发展/209 **【相关建议】**不做“超级父母”/211 **【扩展阅读】**过于亲密易导致情绪卷入/213

【案例】从全职妈妈到女强人 216

【分析】父母发展孩子才能发展/218 **【科学研究】**成长是一生的必修课/218 **【相关建议】**六剂良药:给丧失自我的父母们/221 **【扩展阅读】**情绪管理的七个策略/222 **【行动指南】**如何培养性格开朗的孩子/224

第一章

谁引导孩子的成长方向

——做父母不容易

“独二代”教育大智慧 1：养孩子不容易，教育孩子更难，养了孩子未必能做好父母。独生子女要做好父母，更需要天天向上。

本章提示



我相信，每位父母都希望给孩子一个好的人生开端，都期待着孩子向好的方向发展。独生子女做了父母之后，更是渴望孩子健康成长。尤其是翻开这本书，或者翻开别的教育书籍的父母，更希望能做个好父母。可是，谁决定孩子的成长方向呢？怎样才能让孩子向家长预期的方向发展呢？

家庭是孩子最初的成长环境，是“人之初”教育的重要场所。在家庭、学校、社会这三足鼎立的教育体系中，家庭的作用最大。家庭中的教育主角是父母，孩子一降生，最先接触到的是父母，最初的学习源泉和生活环境也是父母和家庭。我们可以毫不犹豫地确认，父母才是决定“独二代”成长方向的人。

但是，做了父母，就能决定孩子向好的成长方向发展吗？生活中无数的案例告诉我们，要做好父母，真是很不容易！



【案例】爱哭的妈妈

晴是我的好朋友，今年29岁，在一个出版社做编辑。她是一个独生女，妈妈在35岁的时候才生下她。对于这个晚来的女儿，父母宠爱有加，把她看做工作之外的全部。她的丈夫也是一个独生子，他们俩现在有一个3岁的儿子，刚刚上幼儿园。可以说，这是一对典型的“独二代”父母。

认识晴是在一个朋友的婚礼上，那时她刚刚做了母亲，脸上似乎还带着稚嫩。当大家都为新郎新娘祝福时，晴突然抱着新娘哭起来，弄得新娘新郎面面相觑，参加婚礼的嘉宾们也一下子不知如何是好。过了一会儿，晴安静下来，她擦干眼泪，不好意思地说：真对不起，我想起了自己还没结婚的时候，那时候多美好啊！

吃饭时，晴就坐在我身边，我们俩因此聊了很多。就餐期间，晴一直在跟我讲她的儿子，她自豪地说儿子很帅气、很聪明，像她丈夫，将来一定能长个高个子。她还说希望儿子将来能从政当大官儿。我惊讶地说：“孩子还不到一岁就有那么长远的想法了？”她羞涩地笑笑说：“嗯，我对儿子有很高的期望，当初生儿子我受了那么多罪，现在养儿子也很辛苦。从一开始我就想，我一定要竭尽所能把儿子培养好。我的很多同学都还没结婚呢，他们都笑话我这么小就有了孩子，如果再不能把儿子养得好，我不是满盘皆输吗？”

我不明白为什么会满盘皆输。晴解释说，每当同学们聚会的时候，她都想哭一场，觉得很委屈，觉得自己这么早结婚生子有些亏。她说刚刚抱着新娘哭也是突然就想到了自己，想到新娘将来也会和自己一样辛苦就不禁悲从中来。

熟悉后我发现晴是一位很爱哭的妈妈。儿子感冒了，她给我打电话说着说着就哭了起来；为了孩子到底什么时候应该吃辅食的问题和丈夫吵架，她也哭；把儿子送到父母身边的那半年，她也经常哭，因为想儿子，因为和父母的教育观念不一致；第一天把儿子送到幼儿园，儿子没哭，她却在家里哭

了半天；带儿子去打防疫针，儿子本来没哭，她却哭了，结果，儿子也咧开小嘴巴哭起来……她曾经很多次给我打电话讨论儿子的教育问题，每次电话里没说多少话就哭起来。好长一段时间，我几乎成了她的倾诉对象。

最近，她又多次给我电话，说儿子表现越来越不好，不想上幼儿园，爱哭，有时候还像女孩子一样怕水，带他去游泳就哭闹个不停……

【分析】管教行为背后的心理成长模式

在我看来，晴就像一个没长大的孩子，她爱吃零食，爱上网，对朋友有很重的依赖心。身为母亲，她似乎很焦虑，很辛苦，内心承受着很大的压力。她对儿子有着较高的期望，虽然儿子还是一个小孩子。在和她的多次交往中我了解到，她丈夫忙着在外面打拼，她的编辑工作不是很忙，因此大多数时间自己带孩子。刚刚结束产假上班的那半年里，她把儿子交给父母带。可是，她总是不放心，每天往家里打电话，问孩子的吃穿和睡眠情况，甚至孩子一天解手几次她都问得很详细。就这样还总觉得爸爸妈妈带不好孩子，最后从父母那里接回来自己带。

仔细分析会发现，儿子出现的行为和晴有着密切的关系。晴的妈妈中年得女，晴又是家中唯一的孩子，对于父母来说，她无疑是家中的最大财富，父母对她有着特殊的关注是不可避免的。正如其他独生子女一样，晴似乎成了家里的小明星，星光闪耀，父母都围着她，父母的爱和教育造就了今天的晴。而如今，晴又用同样的教育方式决定着儿子的未来成长方向。

结了婚，生了孩子，似乎就可以做父母了。然而，养育和教育子女比从事任何一种职业还要复杂，因为教育子女是一件充满变数的事情。孩子并非是父母加工的零件、设计的程序、铸造的工艺，想怎样塑造就怎样塑造，父母的教育结果往往和当初自己期待的方向有着较大的差距。

尤其对于刚刚做了父母的第一代独生子女，他们也许会面临更多的困难。因为他们自身的成长，往往和多子女家庭有着很多不同，这些不同会成为独生子女未来生活的烙印，也会时刻影响着独生子女的生活态度。所以，要给

孩子正确的成长方向，父母首先需要学习。

【科学研究】 教养方式带来的双重影响

父母的关注给独生子女带来的是往往是正反两个方面的影响，一方面，培养了孩子的自信和自尊，另一方面又容易导致孩子过度自我。美国著名的家庭教育专家皮克哈特对独生子女进行研究后发现^①，独生子女家庭的教养方式给孩子的性格特征带来双重影响。他总结出 15 种决定孩子性格特征的教育因素，这 15 种因素既可能帮助孩子塑造良好的性格，也可能导致孩子的性格偏差，关键看父母的教育方法和态度如何。

例如，父母对子女的敏感能帮助孩子塑造通情达理的好性格，但是也容易使孩子脆弱、敏感、过度成人化；父母对子女的依恋，会使亲子之间产生亲密感，也会使孩子形成独占性；父母对子女的赞扬，容易帮助孩子树立良好的自我，也容易使孩子产生自我膨胀心理；父母对子女的依赖，容易训练孩子自立，也有可能使孩子更加过分依赖权威；父母对子女的压力，容易帮助孩子树立决心，也更容易使孩子过分焦虑和紧张……

下面我将选择有代表性的、独生子女家庭中比较常见的几种教育因素进行整理、概括，并提炼为三种主要的教养方式加以分析，希望独生子女父母能够看到自己的成长轨迹，也因此在今后的家庭教育中更好地规避不利因素，使“独二代”健康成长。

过度敏感的教养方式

独生子女的父母大多对孩子很关注，对孩子的每一个小小感受都及时回应。如果家里有几个孩子，父母常常顾不过来，因此可能会对孩子的一些行为、言语有所忽略，而对独生子女，父母却容易过度敏感。例如，孩子刚一

^① 皮克哈特著，刘卫卫、胡青等译。《独生子女的幸福未来》。华东师范大学出版社，2010。