



全国著名育儿专家凌子谦倾力打造

给孩子一个伴儿

——二胎养育之道

凌子谦 / 编著

众多的二胎
教养案例

专家支招
化解
手足纠纷

深度解析
大宝问题

父母轻松
培养
手足之情

科学升级
家庭教育



青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

给孩子一个伴儿

——二胎养育之道

凌子谦 / 编著

众多的二胎
教养案例

专家支招
化解
手足纠纷

深度解析
大宝问题

父母轻松
培养
手足之情

科学升级
家庭教育



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

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

给孩子一个伴儿: 二胎养育之道 / 凌子谦编著. —青岛: 青岛出版社, 2014.12

ISBN 978-7-5552-1463-2

I. ①给… II. ①凌… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识②儿童教育—家庭教育
IV. ①TS976.31②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第002965号

书 名 给孩子一个伴儿——二胎养育之道

编 著 凌子谦

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市海尔路182号(266061)

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 13335059110 0532-85814750(传真) 0532-68068026

策划编辑 刘海波

责任编辑 尹红侠 赵慧慧

封面设计 宋修仪

制 版 青岛乐喜力科技发展有限公司

印 刷 青岛海蓝印刷有限责任公司

出版日期 2015年3月第1版 2015年3月第1次印刷

开 本 16开(710mm×1010mm)

印 张 15

字 数 200千

书 号 ISBN 978-7-5552-1463-2

定 价 35.00元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017

青岛版图书售后如发现质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话: 0532-68068638

目 录



contents



Part 1 二胎，到底要不要生？ 13

随着国家“单独二孩”政策的开放，很多符合条件的家庭在感到高兴的同时，却禁不住要问：二胎，到底要不要生？因为谁都知道，要想生二胎，完全不是添一双筷子那么简单，这里面有太多的因素需要考虑。比如，你养得起吗？生了二宝后，大宝的心理会不会出问题？你有精力同时照顾两个孩子吗？如果没有事先考虑好这些问题，或者在没有任何准备的情况下，就仓促地生下二宝，会比较被动。所以，到底要不要生二胎，这是一个很严肃的问题，要么不生，要生就必须做好面对各种问题的准备。

生二胎，经济条件允许吗？	14
生二胎，你还有精力带吗？	20
生二胎，大宝同意吗？	23
生二胎，夫妻双方做好沟通了吗？	27
生二胎，要趁早	29



Part 2 生二胎的 N 个理由 33

生二胎原本是不需要什么理由的，因为每个孩子生来都应该拥有兄弟之情或姐妹之爱，这是完全合乎情理的。只是在经历了三十多年的计划生育之后，二胎政策一旦开放，却让早就习惯了只生一个的家庭，一时之间不知所措，于是就像当初为什么要实行计划生育一样，要不要生二胎，也需要找一些理由。那么，在当今社会的家庭中，生二胎都有哪些好处呢？又有哪些不容拒绝的理由呢？

家有两孩，家庭更和谐	34
家有两孩，父母精神更轻松	38
家有两孩，父母能更好地处理“独子难教”的难题	40
家有两孩，孩子的成长环境更好	46
家有两孩，大宝会更自由	50
家有两孩，孩子一起成长会更快乐	53



Part 3 父母要学会放下困惑 57

三十多年来，最让父母们感到困惑的一个问题，就是在家只有一个孩子的情况下，怎样对孩子进行教育。今天，很多的父母又面临着新的困惑，那就是在家有两个孩子的情况下，怎样去面对他们。更为关键的是，这些新的困惑并不是你不想面对，它就不存在，比如愧疚、均等、比较、紧张等。这些新的困惑会随着小宝的到来而悄悄地埋藏在你心里，而且会时不时地钻出来干扰你，使你失去理性。所以，这些困惑是需要你去面对，并学会放下的。因为只有放下这些困惑，我们才能够清除掉那些对自己和孩子都不利想法和情绪，才能以一种健康、成熟的心态去教育好孩子。

放下对大宝的愧疚心理	58
不要事事追求“均等”	61
大宝就应该更懂事吗？	64
不必让大宝事事让着小宝	67

走出“长兄如父”的误区·····	71
------------------	----

打破“会哭的孩子有奶吃”的思维·····	73
----------------------	----



Part 4 二宝出生后，大宝的问题也来了 ····· 77

二宝出生后，全家忙得不亦乐乎。妈妈则忙着坐月子照顾小宝宝，而大宝却快乐不起来，而且还出现一些怪异反常的行为，动不动就尖叫、哭闹，有时趁着爸妈不注意偷偷捏自己的弟弟妹妹，甚至要求像弟弟妹妹一样包尿布、用奶瓶，状况百出，整天找麻烦，妈妈面对上述状况简直要崩溃。妈妈们很不理解，有些妈妈甚至会抱怨说没有二宝时，大宝的很多事情都可以自己做，二宝出生后反而退化不会做，甚至还会唱反调，问题特别多。到底问题出在哪里，又该如何妥善处理呢？

二宝出生后，大宝的问题也来了·····	79
二宝出生后，大宝受委屈啦·····	82
二宝出生后，大宝为什么会产生各种问题·····	86
二宝出生后，大宝来争宠·····	89
二宝出生后，不可忽略大宝的感受·····	93
二宝出生后，安抚大宝心灵的小秘诀·····	96
二宝出生后，安抚大宝情绪的策略·····	101
二宝出生后，不要给大宝太多压力·····	105
二宝出生后，尽量不要扰乱大宝的生活·····	108
二宝出生后，体谅大宝的“退步”·····	110
二宝出生后，如何让大宝快乐地接受二宝？·····	113



Part 5 相爱简单，相处不难 ····· 119

兄弟姐妹都是同一个父母所生，古人将其比喻为手足，也就意味着是有血缘之亲的人。家有二宝的家庭能否幸福和睦，兄弟姐妹之间的相处占据着举足轻重的地位。

然而，家有二宝的父母，往往都会遇到这样的情况，那就是两个宝宝经常会争风吃醋，甚至为了一点小事而闹得不可开交，互不相让。诚然，兄弟姐妹天天生活在同一个屋檐下，出现矛盾和纠纷是在所难免的。这个时候，父母如何处理，就显得极为关键了。父母如何才能让兄弟姐妹间做到互相关爱，互相帮助，在产生矛盾时能够做到互相体谅，互相谦让呢？父母如何才能避免将小事弄大，避免伤害他们的手足之情呢？这就需要父母了解手足之间的相处之道，让手足之间相爱简单，相处也不难。

专家解读手足争吵案例·····	120
手足间常见争吵原因·····	123
4 技巧 3 心态有效减少手足争吵·····	128
减少手足间争吵的必备招数·····	131
平衡孩子的心态·····	135
学会安抚大宝，有效减少手足争吵次数·····	138
如何面对小宝的告状？·····	142
让小宝甘居“二宝”的位置·····	147
培养兄弟间的手足之情·····	149



Part 6 爱要说，爱在做 ····· 153

孩子的内心是脆弱敏感的。孩子在成长的道路上不能离开爱而生存。如何让两个孩子都能感受到父母的关爱是每个父母都应该思索的问题。孩子不会像大人一样，会用心体会含蓄的爱，他们都只能用眼睛所见、耳朵所听、身体所感受到来感知父母对自己的爱。而让孩子感受到，听到、看到、触摸到父母的爱，就需要父母大声地说出自己爱，更要大方地做出来，父母应该拿出实际行动传递你对两个宝宝无限的关爱。让大宝小宝能够同时感受到你内心的温暖和内心的爱。

爱要注重表达的方式·····	154
追求相对公平的爱·····	157
有时适当“偏心”，才会更平衡·····	160

学会笼络每个孩子的心·····	163
溺爱谁，就是害了谁·····	167
学习日本妈妈的育儿经·····	170



Part 7 一视同仁，用爱心激励孩子 ····· 175

在这个世界上，从来就没有过十全十美的人，就算是那些为人类作出过卓越贡献的伟人、大师、天才，他们的身上都存在着或多或少的缺点。所以，我们也没有必要因为自己的孩子身上有一些缺点而过度焦虑，因为每一个孩子都拥有属于他的天赋，关键要看你是否能够发现并加以正确引导。退一万步说，就算这个世上没有别的人看得起我们的孩子，我们也要眼含热泪地欣赏他、拥抱他、赞美他，这是我们创造的生命，所以我们应该为此而感到自豪。

家有两孩，家庭教育如何升级·····	176
家有两孩，有爸爸陪伴会更优秀·····	180
学会放手，让孩子自己成长·····	183
承认孩子个体的差异性·····	187
每个孩子都有无限的潜能·····	190
“聪明”孩子与“笨”孩子·····	193
放下比较，夸出好孩子·····	198
孩子再坏也要表扬·····	201
优势互补，善于发现孩子的闪光点·····	203
一视同仁，用爱心激励孩子·····	208
因材施教，才能让孩子更出色·····	210



Part 8 如何成就孩子成长的过程 213

每个孩子来到这个世界上，都带着天使般的使命，都是爸爸妈妈的心头肉，都有属于自己的人格特质和独一无二的存在感。家里的两个孩子，各自都必须去学习和解决人生的难题。不论父母当初对生育问题的考虑如何，对待每一个孩子都尽量该用妥帖的态度和方法。每一个孩子呱呱坠地时都是一张无瑕的白纸，成长就是染色的过程，如何把他们塑造成一幅完美而独特的作品，才是父母真正要去努力学习的课题。现代孩子所面临的世界是父母不曾面对的新世界，父母该如何陪伴孩子面对这新奇的未来世界？

“预测”一下两个孩子的未来.....	214
有竞争，才有进步.....	217
让孩子学会分享.....	221
让孩子在游戏中学会合作.....	226
延迟满足，让孩子学会等待.....	229
让孩子学会全力以赴.....	234
做个好孩子，就是上帝最高的奖赏.....	237





全国著名育儿专家凌子谦倾力打造

给孩子一个伴儿

——二胎养育之道

凌子谦 / 编著

众多的二胎
教养案例

专家支招
化解
手足纠纷

深度解析
大宝问题

父母轻松
培养
手足之情

科学升级
家庭教育



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

给孩子一个伴儿

——二胎养育之道

生二宝，大宝同意吗？

有了二宝后，妈妈是否冷落大宝了？

二宝出生后，大宝情绪反常怎么办？

大宝一定要让着小宝吗？

大宝二宝老打架，父母怎么调解？

对待大宝二宝，父母怎样才能不偏心？……



上架建议：家庭教育类

ISBN 978-7-5552-1463-2



9 787555 214632 >

定价：35.00元



您的孕婴专家
全程呵护每一天

关注即送大礼包



青岛出版社官方母婴微信公众号订阅号 妊娠分娩育儿

ISBN 978-7-5552-1463-2

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

给孩子一个伴儿

——二胎养育之道

凌子谦 / 编著

众多的二胎
教养案例

专家支招
化解
手足纠纷

深度解析
大宝问题

父母轻松
培养
手足之情

科学升级
家庭教育



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

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

给孩子一个伴儿: 二胎养育之道 / 凌子谦编著. —青岛: 青岛出版社, 2014.12

ISBN 978-7-5552-1463-2

I. ①给… II. ①凌… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识②儿童教育—家庭教育
IV. ①TS976.31②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第002965号

书 名 给孩子一个伴儿——二胎养育之道

编 著 凌子谦

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市海尔路182号(266061)

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 13335059110 0532-85814750(传真) 0532-68068026

策划编辑 刘海波

责任编辑 尹红侠 赵慧慧

封面设计 宋修仪

制 版 青岛乐喜力科技发展有限公司

印 刷 青岛海蓝印刷有限责任公司

出版日期 2015年3月第1版 2015年3月第1次印刷

开 本 16开(710mm×1010mm)

印 张 15

字 数 200千

书 号 ISBN 978-7-5552-1463-2

定 价 35.00元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017

青岛版图书售后如发现质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话: 0532-68068638

前言



Preface

在《论语》中曾记载了这样一个故事：孔子的学生司马牛满脸忧愁地说：“别人家里都有兄弟，而我却没有，真的好可怜啊！”他的同学子夏听了之后，便安慰他说：“没有关系啦，只要你是一个品行高尚的人，那么四海之内都是你的兄弟，所以没有什么可忧愁的。”从《论语》所记载的这个故事中，我们不难推断，早在两千多年前，我们国家就已经出现独生子女的家庭了，同时也知道这些独生子女在现实生活中所面临的孤独与失落。当然，子夏的话也不是没有道理，一个人只要心胸开阔，热情待人，那么四海之内都可以找到兄弟，确实没有什么可忧虑的。然而，彼兄弟终究非此兄弟，因为这里面毕竟少了一层血缘的关系，所以在那个时代，作为独生子的司马牛，多少还是有些遗憾的。

两千多年之后，中华民族迎来了真正的太平盛世——新中国。新中国成立不久，随着生活水平的提高以及医疗卫生条件的改善，死亡率逐年降低，人口无计划的盲目增长同国民经济发展的矛盾愈加明显，而这一切都预示着如果不采取措施，我国人口将会出现爆发式增长。为控制我国人口的过快增长，提高国民素质，我国于1982年正式将计划生育作为我国的基本国策，全面推行计划生育。实践证明，我国在实施计划生育的30多年的时间里，有效地减少了人口数量，提高了人口素质，缓解了资源环境压力，对促进经济和社会的持续发展起到了重要的作用。随着我国经济和社会的全面发展，根据我国人口形势的发展规律，国家有计划地调整完善生育政策，提出了“单独二孩”的政策。“单独二孩”政策的实施将有助于失衡的性别比恢复正常，有助于调整家庭“4-2-1”

的人口格局，提高家庭抵御各种风险的能力，有助于促进社会的和谐。

对于个体的家庭来说，“单独二胎”政策的实施，就会让家庭多一份欢声笑语；让孩子在生活中多一个玩伴，在求学的路上可以多一个互相帮助、互相指导、互相激励的亲人。更为重要的是，“单独二胎”政策的实施让孩子将来不必面对上面需要赡养四位老人，下面还要抚养一个孩子的困境；有了兄弟姐妹之后，孩子们就可以有福同享、有难同当，共同面对人生的风风雨雨，携手共创美好的未来。

然而，生两个孩子并不是添双筷子那么简单，这其中有一些问题是不容忽视的。虽然在很多父母看来，一个孩子太孤单了，有个兄弟姐妹，不但让孩子小时候有个玩伴，将来也能互相照应，但这毕竟只是父母一厢情愿的想法。作为父母，千万不要忘记这样一个事实：几乎每个孩子的内心深处都渴望能够独享爸爸妈妈的爱。所以，如果你打算生两个孩子，那就一定要给予他们平等的爱，并且让他们真切地感受到自己的独特，因为每个孩子在这个世界上都是独一无二的。这就需要父母在生二宝之前，首先要做好大宝的思想工作，安抚大宝的情绪；而生了小宝之后，父母更要学会在两个孩子之间保持平衡。这样，才能使家庭教育进入良性状态。

总之，生两个孩子，有利也有弊，不管是对于国家来说，还是对于家庭来说，都将面临新的挑战、新的生活结构和新的命运。所以，在这本书中，我们将从二孩政策入手，围绕如何教育好两个孩子这个话题进行全面而深入的探讨，其中包括什么样的家庭适合生二孩，如何算好经济账，如何让两个孩子和睦相处，如何处理孩子之间的矛盾，如何让两个孩子都成才，等等。

相信读完本书后，你的育儿观念一定会得到及时更新，并因为观念的更新而使家庭教育得到升级，从而培养出更加优秀的孩子，使家庭生活变得更加和睦，更加幸福，更加美满。

编者

2014年9月

目 录



contents



Part 1 二胎，到底要不要生? 13

随着国家“单独二孩”政策的开放，很多符合条件的家庭在感到高兴的同时，却禁不住要问：二胎，到底要不要生？因为谁都知道，要想生二胎，完全不是添一双筷子那么简单，这里面有太多的因素需要考虑。比如，你养得起吗？生了二宝后，大宝的心理会不会出问题？你有精力同时照顾两个孩子吗？如果没有事先考虑好这些问题，或者在没有任何准备的情况下，就仓促地生下二宝，会比较被动。所以，到底要不要生二胎，这是一个很严肃的问题，要么不生，要生就必须做好面对各种问题的准备。

生二胎，经济条件允许吗? 14

生二胎，你还有精力带吗? 20

生二胎，大宝同意吗? 23

生二胎，夫妻双方做好沟通了吗? 27

生二胎，要趁早..... 29



Part 2 生二胎的 N 个理由..... 33

生二胎原本是不需要什么理由的，因为每个孩子生来都应该拥有兄弟之情或姐妹之爱，这是完全合乎情理的。只是在经历了三十多年的计划生育之后，二胎政策一旦开放，却让早就习惯了只生一个的家庭，一时之间不知所措，于是就像当初为什么要实行计划生育一样，要不要生二胎，也需要找一些理由。那么，在当今社会的家庭中，生二胎都有哪些好处呢？又有哪些不容拒绝的理由呢？

家有两孩，家庭更和谐.....	34
家有两孩，父母精神更轻松.....	38
家有两孩，父母能更好地处理“独子难教”的难题.....	40
家有两孩，孩子的成长环境更好.....	46
家有两孩，大宝会更自由.....	50
家有两孩，孩子一起成长会更快乐.....	53



Part 3 父母要学会放下困惑 57

三十多年来，最让父母们感到困惑的一个问题，就是家里只有一个孩子的情况下，该怎样对孩子进行教育。今天，很多的父母又面临着新的困惑，那就是在家里有两个孩子的情况下，该怎样去面对他们。更为关键的是，这些新的困惑并不是你不想面对，它就不存在，比如愧疚、均等、比较、紧张等。这些新的困惑会随着小宝的到来而悄悄地埋藏在你的心里，而且会时不时地钻出来干扰你，使你失去理性。所以，这些困惑是需要你去面对，并学会放下的。因为只有放下这些困惑，我们才能够清除掉那些对自己和孩子都不利想法和情绪，才能以一种健康、成熟的心态去教育好孩子。

放下对大宝的愧疚心理.....	58
不要事事追求“均等”.....	61
大宝就应该更懂事吗？.....	64
不必让大宝事事让着小宝.....	67