

pin chu ge guanneng xiao bao bei

笑笑懒妈 著

拼出个

一本真正适合80后家长的

全能小宝贝

育儿手札

10个小朋友

5位年轻妈妈真实的“拼养”故事

幼吾幼以及人之幼！



四川人民出版社

拼出个 全能小宝贝

★ 笑笑懒妈 著

pin chu ge
quanneng xiao baobei

图书在版编目 (CIP) 数据

拼出个全能小宝贝 / 笑笑懒妈著. —2 版. —成都: 四川人民出版社, 2014. 7

ISBN 978-7-220-09237-4

I. ①拼… II. ①笑… III. ①婴幼儿—早期教育—基本知识 IV. ①G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 139305 号

PIN CHU GE QUANNENG XIAOBAOBEI

拼出个全能小宝贝

笑笑懒妈 著

责任编辑	王定宇 何佳佳
封面设计	解建华
技术设计	戴雨虹
责任印制	王 俊
出版发行	四川人民出版社 (成都槐树街 2 号)
网 址	http: //www. scpph. com
E-mail	sichuanrmcbs@sina. com
新浪微博	@四川人民出版社官博
发行部业务电话	(028) 86259457 86259453
防盗版举报电话	(028) 86259457
照 排	四川胜翔数码印务设计有限公司
印 刷	成都东江印务有限公司
成品尺寸	116mm×196mm
印 张	10.125
字 数	179 千
版 次	2014 年 7 月第 2 版
印 次	2014 年 7 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-220-09237-4
定 价	20.00 元

■ 版权所有·侵权必究

本书若出现印装质量问题, 请与我社发行部联系调换
电话: (028) 86259624

目录

Contents



前言

001

孩子篇

人格培养

- 1 我是谁 025
- 2 家庭的教育方式决定孩子的人格 032
- 3 拼养改变宝宝的气质 036

情绪管理

- 1 集体中的安全感从何而来 044
- 2 情感也有敏感期 049
- 3 让孩子尽情地哭一场 051
- 4 孩子该如何表达爱 055
- 5 饭桌上，谁先动筷子 057
- 6 我真的很不错 059

勇气训练

- 1 为宝宝找个伴，共享输赢滋味 066
- 2 演员与观众 070
- 3 黑暗中的幽灵 071
- 4 不要让恐惧互相传染 074
- 5 你一定可以 076
- 6 SLEEP-OVER（在别人家里过夜），
是独立，也是一种勇气 080

人际交往

- 1 寻找友谊要主动 086
- 2 “混龄帮”也可以融洽——图解：
孩子的战争 090
- 3 友谊在游戏中建立，交际在争执中
成长 101
- 4 接纳新朋友与融入新团体 102
- 5 男孩子们，打一架吧 105
- 6 除了打架，还需要一点幽默感 109
- 7 交际发展 113
- 8 拼养中学会交际礼仪 115

性和性别教育

- 1 我是男生，你是女生 127
- 2 性启蒙的那些事 130
- 3 性安全教育什么时候开始 135

- 4 四岁宝宝的恋情跌宕起伏 137
- 5 被禁止的游戏 141

责任担当

- 1 责任感来自爱 148
- 2 责任与信任 149
- 3 在劳动中培养责任感 152
- 4 让孩子拥有参与权、选择权、决定权 154
- 5 犯错并不可怕 155
- 6 不能容忍推卸责任 158
- 7 同伙伴一起寻找社会责任感 162

爱上阅读

- 1 故事的影响力 171
- 2 让我们的孩子都爱上绘本 174
- 3 送给孩子们的礼物——亲子阅读会 176

生活小课堂，游戏大事业

- 1 了解孩子的智能 192
- 2 宝宝爱厨房 195
- 3 理财能力，从小培养 203
- 4 互帮互学，互相长进 209

体能锻炼

- 1 做个合格的跟屁虫 214

2	小小足球运动员	217
3	运动的鲇鱼效应	221
4	体育游戏与感统失调	223

妈 妈 篇

安 全保障

1	环境安全	235
2	健康饮食	244
3	挑食与百家饭	247

规 则制定

1	追随规则，赶上伙伴	254
2	自我建立的规则更有效	256

自 我改变

1	懒妈回归小女人	258
2	一个母亲影响三代	260
3	懒羊羊、慢羊羊、喜羊羊	263
4	带着父母共同成长	266
5	拼养与易子而教	268

活动篇

旅行

- 1 让孩子爱上旅行 275
- 2 结伴去旅行 278

游戏

- 1 玩耍，孩子们的认知途径 290
- 2 新游戏、老游戏 292

节日

- 1 生日会 295
- 2 乌饭节 303
- 3 梦想万圣节 306

后记

314



前言

1 拼养缘起和拼养伙伴

笑笑出生以前，我想我一定不让他做那种圈养孩子，我要让他生长在蓝天下，每天与小朋友打一架滚一身泥回家，春天到野外去捉小蝌蚪，夏夜游泳归来，带回满瓶的萤火虫放在蚊帐里，秋天爬上高高的树去打枣子，冬天流着鼻涕两手通红堆一个大大的雪人。但现实却是：想打架，没有对手；想去捉小蝌蚪，野外在千里之外；想爬树，城管要来管；想堆雪人，已经不下雪。以前，说不谙世事的大学生为“象牙塔”中的人。其实，现在的孩子，从出生就入住“象牙塔”了，家人步步为营，为孩子搭建了一个透明又安全的高塔，在高塔里，孩子们享受着唯一的、无害的爱。幼儿园、小学、中学……孩子越长越大，高塔却从未



被打碎。但是有时想想，真不能责怪父母，只有一个孩子，交通那么复杂，“马路杀手”那么多，怎么放心将孩子放出去单独玩耍？媒体愈加发达，我们的胆子却越来越小，比如不断地有新闻爆出有人公然在社区里抢孩子，有人在马路上将孩子诱拐回家然后杀死，即使在幼儿园、学校，也会有人闯进去滥杀无辜，怎么放心让孩子自己独自面对这个社会？房价一天天在涨，就业机会越来越严峻，若无父母支援，孩子可能一辈子也买不起房，若无父母张罗找工作，可能要失业好几年，这养育了二十多年的宝贝怎么能忍心放手？于是，我们一面回想自己小时候玩得肆无忌惮，学得轻松无压力，一面又将孩子护得更周全，管得更严格。可是，在高塔里长大的孩子，不开心，不快乐，没有安全感，没有成就感，他们想打碎高塔又不敢，长久以来产生的依赖心让他们没有自信心，没有勇气走出高塔。

幸好，笑笑三岁以前，我还不用考虑这些问题。我和兄弟姐妹从小感情就很好，各自结婚后住得很近，孩子们也如同亲兄妹一般。笑笑有两个姐姐一个弟弟：姐姐心羽，大九岁，姐姐鸣鸣，大两岁；弟弟皮皮，小50天。大家总是吃在一块儿，玩在一块儿，打在一块儿。

日子一天天过去，笑笑长大了，其他孩子们也都长大了，大家的朋友圈、兴趣爱好都不同，于是渐渐



地分开，尤其是两个大的，已经进入了初中和小学，课业繁重，“玩”的就是“课外补习班”，心羽一星期另有三节课程：美术、吉他、英语，鸣鸣当时也有三节：舞蹈、美术、古筝；皮皮呢也开始了他的电子琴事业。大家都忙忙碌碌，不是在去补习班的路上，就是在从补习班回来的路上。除了饭桌上能见见面，已没了以往的轻松气氛。

这时，笑笑三岁，到了上幼儿园的年龄，小班第一年很快就到了6月，很多家长在QQ群里问园长，开不开暑期班呢？园长说：“不开了，幼儿园给老师们安排了旅游、培训，他们也需要休息，也需要充电。”好吧，理解！我们自己开暑期班，就这样开始试着在网上找有意拼养的家庭。

等到7月份放暑假，已经有了三四位妈妈加入我们的拼养计划中来，而且正合懒妈心意，恰好有大中小三档。闹闹妈妈周三、周四休息，可以带孩子，秀秀妈妈周一周三有事，可可妈妈周二周四没空，而我每天需要有人照顾笑笑一个半小时。我们所要做的就是整合各位妈妈的时间，在妈妈需要走开的那段时间，帮着照顾孩子。我与笑笑的拼养生活就这样拉开了序幕。后来陆续又有两三个小朋友加入了我们的行列。最初，拼养只是一个自发的行为，但是通过一个暑假的实践活动，我渐渐地琢磨出了一些其中的道道。暑假后进入中班，孩子们的友谊已经很牢固，笑笑经常



向妈妈提出要到闹闹、秀秀等孩子家玩，当然，闹闹、秀秀也向他们的妈妈提出了相同的要求。一个由妈妈们组织的拼养活动被孩子们推动着向前走了。

在我看来，拼养的意义有三层：第一层，很多家长想到拼养，首先想到的理由就是让自己多些个人时间与空间。确实，自从有了孩子，时间似乎就不是自己的了，如果不想交给父母、保姆，约会、购物、旅游，到哪儿都要带上小不点，虽然育儿有很多乐趣，但烦恼也不少，体力上的透支更让年轻的父母们力不从心。交给拼养伙伴，可谓一举两得。第二层，让孩子拥有一个快乐成长的大空间。人，是一种社会性动物，天性喜欢伙伴，拼养，就是要给孩子营造一个小型的常态社会，还原生活。曾经有过的北方的四合院，南方的里弄正在慢慢地消失，曾经有过的“小四，你妈妈喊你回家吃饭！”已经成了网络上的回忆，曾经有过的孩子们一呼百应玩到天黑，穿百家衣，吃百家饭已不复存在。人们越来越在乎隐私，越来越注重安全，结果，人与人之间的情感也越来越冷漠，孩子的视野越来越狭窄。拼养，就是想让孩子重新找回兄弟姐妹，重新拥有姑姑、姑父、阿姨、姨夫这些称呼。第三层，让孩子的性情人格在拼养中得到提升。父母在拼养中默默地观察孩子，悄悄地帮助孩子，慢慢地改变孩子，让孩子的身心都健康成长。英国的安妮公主曾经说过一段话：“我认识到，孩子，不管他们出生在哪里，



都喜欢和同伴游戏、运动。所以我决定让我的孩子一定要和其他孩子多接触，而不是被关在家里。他们能学到很多东西。”这也正是我们选择拼养的理由。



拼养，可以分为几个阶段

0-3岁，拼养的初级阶段——“拼伴”，即拼的是伙伴。

比如笑笑，出生的头一年，他忙着吃饭长大，忙着学习走路、说话，忙着认识这个世界，小兄弟姐妹们来了，他很开心，但是在一起时，更多的是伙伴，而不是玩伴；第二年，从一个嗷嗷待哺、牙牙学语、蹒跚学步的婴儿成长为一个玩而忘食、叽叽喳喳、奔跑自如的幼儿，笑笑继续协调自己的手脚能力，努力提升各种技能，扩大探索周围环境的范围，他的世界大了，眼界宽了，开始发现与小伙伴一块儿玩耍的乐趣，但是依旧没有互动，而是各玩各的；第三年了，笑笑无论是身体还是心智都发生了很大飞跃，玩的能力大大加强。兄弟姐妹之间经常会发生摩擦，比如为了一件玩具大打出手，拒绝分享，开始学习“等待”“轮流”“交换”这些词，安于两个小朋友之间的交流，这时，仅仅是“社交”的萌芽期，远没有到“人际交往”的程度。0-3岁的孩子，最需要的人是父母，父母完全的爱如同太阳——万物的生长之源，这是孩



子最好的养分，在此期间给予孩子充分的安全感、亲密感和归宿感，是孩子从一个“生物人”成长为一个“社会人”的基石，有了父母的爱，孩子走向社会时才会有底气。祖父祖母、兄弟姐妹、朋友、社会对幼儿而言，都是背景。这个背景，自然不是可有可无的，它是孩子生活的现实环境，是孩子成长的土壤，背景有多深厚，土壤就有多肥沃，它支撑着孩子的性格养成、能力发展。因此这一阶段只能进行最基本的拼养：帮孩子找同伴，但是一定要全程陪同。

有人说，我家的宝贝就是祖父祖母帮着带大的呢，恭喜你，你会发现，祖父祖母代替了你的角色，你成了一个尴尬的所在，孩子的情感会朝两个方向发展，一种是完全依赖祖父母，将对父母的一片赤子之心毫无保留地放到了祖父母身上，对父母的感情非常淡漠——这一类几乎无法弥补；另有一种，白天是祖父祖母抚养，晚上跟随父母，他/她的情感分裂成两半，结果是，女孩子的情感更脆弱——很多女孩子上三年的幼儿园，会哭三年，大多数都是这种情况，原因很简单，一方面祖父母通常比较溺爱孩子，对孩子的哭泣行为表示同情，却不会疏解，另一方面父母亲不了解孩子哭泣的深层原因，更多地关注培训课程，疏于了解孩子的情感需求，造成孩子的情感饥渴。有时祖父母告状：“今天宝宝上幼儿园又哭了。”父母心情烦躁，就会呵斥孩子甚至强势命令：“明天不准哭了。”



这更是增加了孩子的心理压力。所以0-3岁，是孩子向父母索取爱、累积爱的阶段，如果父母撒手不管，在往后的成长道路上就会出现很多问题。

3-6岁，拼养的准备阶段，拼玩、拼游。

笑笑3岁了，我突然发现，他还是依赖父母，可是嘴里念叨着小伙伴的名字；他还是离不开父母，可是到小伙伴家去玩对他来说是一次充满惊喜的旅程。原先的背景已经转换角色，来到前台，与笑笑共同演绎生活，而原来一直处于第二主角的父母正向着背景、配角的方向慢慢隐去。就像一只小鸟，虽羽翼未丰，却已经跃跃欲试，想要离开鸟巢，飞上蓝天，一展身手。

但是，3岁并不是硬指标，每个孩子的发育程度不同，体格、情商、智商……各方面的发育有迟有早，绝不是一致的。所以要拼养也要参照孩子发育的实际情况来制订计划。

这段时间，可以让孩子脱离父母到朋友家玩个半天一天，但是晚上要回家。当然，如果是亲戚或者绝对可以信任的朋友，也可以适当留宿，这要看孩子的心理素质，如果孩子不愿意留宿，不要勉强。

5岁以上，拼养的成熟阶段，可以尝试“拼宿”。

如果孩子掌握以下各项能力，那么就可以考虑让

孩子离开父母到朋友家留宿了：

第一，心理发育趋于成熟，已经度过分离焦虑期，情感独立稳定，不会大哭大闹，吵着找父母。已经与父母分房分床睡觉，在父母出差的日子里由祖父母陪伴也不会哭闹。

第二，有较强的生活自理能力，能够穿衣洗漱，整理床铺，不再需要大人喂食或者催促吃饭。

第三，有一定的自我保护能力，知道父母名字、家庭地址、联系方式，知道如何回家。

第四，善于与朋友相处。有较强的自控能力与忍耐力，能够遵守一定的规则，抑制自己的欲望与朋友友好相处；与朋友发生矛盾时，知道改变自己的行为以取悦朋友，同时也能够与对方的父母有良好的沟通，努力使家长满意。

相信孩子会很乐意离开父母，到不一样的环境，与好朋友放肆地玩一次，聊聊天，说说悄悄话，这真是一次令人惊喜的旅程。在国外，有个专属名词：Sleep-Over “在别人家里过夜”，在周末、节假日、生日或其他的特殊日子，邀请孩子的同学或朋友到家里过夜。

12岁以后，拼养再次升级——借个孩子去旅游。

经历过拼伴、拼玩、拼游、拼宿的孩子，阳光豁

达，独立能干，会体谅、照顾他人，大家都乐意与他相处，这时可以考虑让孩子独自跟着朋友去旅行，或者带自己的孩子去旅行时让他邀请小伙伴同行。

更进一步，我们称之为交换生（exchange student），又称学校间学生交流计划，这其实是拼养的另一形式。比如中美交换生项目是为年龄在15-18周岁之间的中学生而设的。申请成为交换生后可以到美国公立中学入读一年，并且生活在寄宿家庭里，与寄宿家庭成员同吃同住，与他们朝夕相处共同生活，接受 homestay father & mother（寄宿家庭父母）的照顾，适应他们的生活习俗、作息时间和饮食习惯，尝试与寄宿家庭交流沟通，友好相处，使自己更好更快地融入当地社会，是一次难得的体验与锻炼。

前面讲了拼养的阶段，那么拼养到底拼什么？

刚开始，我只是以为拼养能让笑笑适应这个社会，融入这个社会，掌握一些社交方法，但事实上，在拼养的过程中，孩子学到的不仅仅是适应能力，还有更重要的——解决问题的能力。

孩子从刚开始遇到问题时的伤心、沮丧、哭泣、暴躁、反思、鼓励，到解决问题后的开心、自信、自豪，在这一过程中孩子会取得很大的进步，这样周而复始，就学会了如何适应社会，这里的适应，不是运

