



儿子让我陪你玩着长大

小坏坏妈咪

新浪名博主小坏坏妈咪
就这样牵着你的手，回到小时候，一起疯玩的日子

育儿全记录
童年最美的时光

博客点击量高达
1300万!

儿子，让我陪你玩着长大



小坏坏妈咪 ◎著

华夏出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿子,让我陪你玩着长大 / 小坏坏妈咪著. —北京:
华夏出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5080-7901-1

I. ①儿… II. ①小… III. ①儿童教育—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第280058号

出品策划:  华夏文轩
网 址: <http://www.huaxiabooks.com>

儿子,让我陪你玩着长大

作 者	小坏坏妈咪
责任编辑	郭淼 陈素然
装帧设计	蒋宏工作室
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	新华文轩出版传媒股份有限公司
印 刷	三河市华业印务有限公司
开 本	720mm × 1020mm 1/16
印 张	16.25
字 数	282千字
版 次	2014年1月第1版 2014年9月第1次印刷
定 价	30.00元
书 号	ISBN 978-7-5080-7901-1

本版图书凡印刷、装订错误,可及时向我社发行部调换



让儿子玩着长大， 给他一个快乐童年

对于新手妈妈来说，育儿就像是在一张白纸上学画画。

2007年，我结婚了；2008年，我有了儿子小坏坏；这一晃结婚七年了，儿子也快6岁了，回想起这六年的育儿经历，可以用“成长”两个字来概括，不仅仅是儿子在成长，对于我来说，也是一个自我成长的过程。

养儿六年，我亲身体会到儿子从出生到6岁各个阶段的变化，也时常在博客里用文字和图片记录他成长中的点点滴滴。

在养孩子的过程中，我阅读了大量的育儿书刊，并从一次次错误中去体验、去纠正、去吸取育儿经验。一路摸索着走来，我这个昔日对育儿一窍不通的笨妈也有了一套自己的育儿方法。

养儿六年，我尽量避免以“教导”的口吻和儿子说话，而是尽可能去言传身教，去“引导”他。其实，这六年来，儿子也在潜移默化地影响我。

在育儿中，我也曾焦虑过、无助过、彷徨过，并深深体会到了6岁前孩子成长的关键：童年，童心最珍贵，玩比学习更重要！

记得有一次，儿子竟然把捡到的落叶和果子摆出了一幅“作品”——一棵树上还结了果实。他涂鸦时，会涂个红苹果，再涂个黑苹果与妈妈分享。他玩耍时爱和妈妈讨价还价。这些小小的举动都深深地启发了我。其实，孩子玩耍的过程就是学习和探索的过程。

儿子上幼儿园，小班和中班几乎都是在玩中度过的。上了大班以后，他才开始学拼音、学算数、写生字……从此，他摊上了要“做作业”的任务。

每次接儿子时，走到教室门口，我第一眼看到的场景都是家长们举着手

机在拍黑板上的作业。有一次，我无意中听到一个孩子说：“妈妈，为什么现在每天都有作业呀？上大班可真麻烦。”孩子的话也道出了我的心声。

作业是留给孩子的，同样也是留给家长的。

自从儿子上了大班后，我每天的生活节奏也变了。下班回到家，我的第一件事是先辅导他写作业，虽然只有短短的20分钟，但却让我第一次感觉到了来自成长的压力。

为了让儿子没有心理负担，我告诉他：“妈妈给你每天20分钟的时间写作业，超过时间后，即使没完成也不写了。”儿子问：“为什么？”我解释说：“学习不能占用玩耍的时间。同样，玩耍也不能占用学习的时间。对时间进行合理地规划，才能玩好学好。”

童年，我不想给儿子太大的压力，所以我没有给他报任何兴趣班。

我的童年给我留下了美好的记忆。现在，虽然我已为人父母，但对童年岁月依旧记忆犹新。小时候，我每天除了玩就是玩，有很多好玩的游戏，比如：跳房子、踢沙包、跳皮筋、翻花绳、捉迷藏……今天，我也要把这些快乐的记忆留给孩子，不管有多大压力、竞争如何激烈，我始终坚持童年以玩为主，让儿子玩着长大。

孩子的玩看似简单，其实却很重要。

对于6岁前的孩子来说，从学翻身、说话、坐、站、走、跑，到认人、识物，都有一个成长的规律，我们没必要去揠苗助长，顺其自然就好。而妈妈应该做的就是，放下工作的压力和生活的琐碎，用孩子般的心态陪孩子玩，和孩子心交心地沟通，这才是当妈妈的在这个阶段最应该做的。

原来，爱是一切的答案。



第一章

丫头片子当妈，怎一个“笨”字了得

1. 丫头片子，意外怀上小宝宝	3
2. 怀孕两月自驾游	4
3. 孕期吃兔肉，宝宝会长兔唇吗	5
4. 做B超激动坐起，喊着要看宝宝	6
5. 准爸爸胎教，鬼话连篇	7
6. 孕期趣事（一）：猜猜宝宝，像爸爸还是像妈妈	9
7. 孕期趣事（二）：“宝宝”饿了要吃饭	11
8. 待产包 = 产后用品 + 宝宝用品	12
9. 雷人：临产前还惦记着去旅游	14
10. 顺产“奥运宝宝”	15
11. 在老公的指导下开始第一次哺乳	17
12. 乖宝宝被取名“小坏坏”	18
13. 吃喝拉撒睡：围着孩子团团转的笨妈	19
14. 笨妈笨事（一）：喂奶时睡着了	20
15. 笨妈笨事（二）：给坏坏“吹屁屁”	21
16. 笨妈笨事（三）：给坏坏按摩	22
17. 笨妈笨事（四）：第一次给坏坏洗澡	23
18. 当妈后喜欢宝宝的“骚扰”	24
19. 坐月子偷偷上网	25
20. 女人坐月子千万不能我行我素	26



第二章

0~1岁：吃喝拉撒是一件麻烦事

1. 出生仅12天的宝宝经历地震29
2. 宝宝的新造型：满月耍酷30
3. 第一次上早教课31
4. 给儿子洗澡，他自创“功夫操” 32
5. 育儿小妙招（一）：当“狗仔队”，偷拍小坏坏 34
6. 育儿小妙招（二）：教儿子学翻身35
7. 育儿小妙招（三）：宝宝，拉个臭臭吧 37
8. 育儿小妙招（四）：如何让宝宝尽快告别纸尿裤 38
9. 出生100天，爷孙同奏“奥运曲”39
10. 给宝宝添加辅食的三个要点 40
11. 坏坏第一次生病 42
12. 产后上班，如何应对宝宝的分离焦虑 43
13. 长牙（一）：我烦——6个多月不出牙 44
14. 长牙（二）：我傻——没出牙，怪不流口水 45
15. 长牙（三）：我喜——初露小牙尖 46
16. 休闲时刻：哄儿子表演“帽子秀” 47
17. 儿子像个小馋猫，把脚丫当肉啃 48
18. 热情坏坏，人见人爱 49
19. 小小探险家50
20. 和小坏坏一起成长51

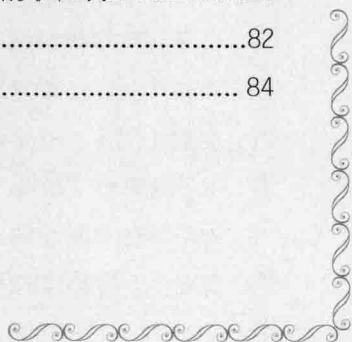
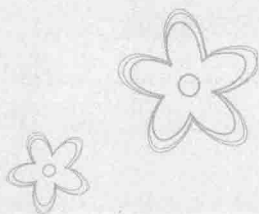




第三章

1~2岁：笨妈当陪练，教儿子怎么玩

1. 爬爬赛：小坏坏得了倒数第一名	55
2. 让孩子爱上喝奶怎么这么难	56
3. 儿子小进步（一）：刚过1岁，突然会走路.....	58
4. 儿子小进步（二）：特好奇，东摸摸，西看看	59
5. 儿子小进步（三）：会说“爱”和“谢”	60
6. 宝贝走后的第一个不眠夜	62
7. 宝贝成功断奶全记录	63
8. 小坏坏成长的六大变化.....	64
9. 如何教孩子和陌生人接触	67
10. 软硬兼施，让妈妈讲故事.....	68
11. 懂事后，古灵精怪.....	69
12. 母子过招（一）：男扮女装	71
13. 母子过招（二）：不黏妈妈，恋上爸爸	72
14. 坏坏摔伤，让妈妈好心疼	73
15. 让妈妈感动的小举动	74
16. 笨妈妙招（一）：换水杯做游戏，让宝宝爱上喝水	76
17. 笨妈妙招（二）：三招打造自信宝宝.....	78
18. 笨妈妙招（三）：打造甜蜜亲子关系的小秘诀	80
19. 职场妈妈的亲子时光	82
20. 寻找童年玩伴	84





第四章

2~3岁: “妈妈, 我喜欢你!”

1. 坏坏的阅读史	87
2. 六一儿童节的母子超级对话	89
3. 儿子出手(一): 为妈妈搭配衣服	91
4. 儿子出手(二): 自创“大树”, 还长个“小果果”	92
5. 奶爸一天中的三件郁闷事	93
6. 心痛: 儿子三天烫伤两次	95
7. 母子同床睡的抓狂事	96
8. 两岁多小人儿的三大变化	97
9. 用童心欣赏孩子的每一幅作品	99
10. 家长避免孩子说脏话的三点建议	101
11. 儿子频繁打人, 让妈妈很崩溃	103
12. 爱孩子, 就不做强势父母	105
13. 我的小情人: “妈妈, 我喜欢你!”	106
14. 小坏坏的新年愿望: “我想要两个妈妈!”	107
15. 3岁宝贝眼中的幸福生活	108
16. 送儿子第一天上幼儿园	109
17. 选择幼儿园的几个简单标准	111
18. 儿子不上幼儿园的三大理由	113
19. 儿子扬言要换妈妈	114
20. 生病(一): 突然发烧, 第一次高烧到 40℃	115
21. 生病(二): 一个月内两次病毒感染	116
22. 儿子发脾气: “妈妈, 我不喜欢你了, 因为你不爱我了。”	117
23. 小坏坏的 N 种小聪明	118
24. 3岁小子给妈妈的承诺	120



第五章

3~6岁：让儿子玩着长大

1. 第一节轮滑课	123
2. 该不该给孩子报兴趣班	124
3. 童年：兴趣班重要，还是玩重要	126
4. 被儿子迷恋的幸福和无奈	127
5. 拼养孩子，职场妈妈的福音	129
6. 和孩子一起疯玩的悠闲时光	132
7. 港澳游：妈妈带孩子自助游的注意事项	133
8. 儿子不在身边，我最想做的三件事	135
9. 孩子对婚姻的三点影响	137
10. 幼儿园（一）：幼儿园开放日带来的育儿启示	139
11. 幼儿园（二）：返园前，给儿子减减压	140
12. 幼儿园（三）：返园第二周，遭遇病毒性咽喉炎	142
13. 幼儿园（四）：孩子开始适应幼儿园的生活了	144
14. 幼儿园（五）：逢年过节，到底要不要给老师送礼	145
15. 质疑跟班老师的教育方法	147
16. 及时赞美孩子	149
17. 让阅读成为一种习惯	150
18. 坏坏的暑期计划	152
19. 将穷养儿子的理念进行到底	155
20. 和孩子敞开心扉聊天的意外收获	156
21. 陪孩子，最不能缺少的是用心	157
22. 童年，让儿子玩着长大	158



第六章

笨妈也聪明，自创家庭育儿经

1. 向奶爸学习.....161
2. 笨妈囡事一箩筐.....162
3. 家庭育儿：和婆婆分工协作.....164
4. 减肥三部曲：产后6个月减掉30斤.....166
5. 腰酸背痛，和儿子玩踩背游戏.....168
6. 育儿懒招（一）：不喂饭，让儿子自己吃.....170
7. 育儿懒招（二）：儿子睡觉前取消游戏.....171
8. 五大妙招：让儿子爱上刷牙.....172
9. 家庭育儿：不要追求太完美.....175
10. 一纸条约，轻松育儿.....177
11. 给孩子充分的爱和自由.....180
12. 三套办法：令孩子能说会道.....182
13. 给孩子空间，让孩子更自信.....184
14. 五大秘籍：育儿省钱妙招.....186
15. 要和孩子平等沟通.....189
16. 在城里养孩子的花销.....192
17. 当妈后的八大奢望.....195
18. 九字真经：笨妈也聪明.....198
19. 学会适当批评孩子.....200
20. 职场笨妈，育儿四大憾事.....203
21. 人前教子后留下的心痛和反思.....205
22. 爱需要表达.....206



第七章

慢下来，陪儿子一起长大

1. 笨妈反思录.....	209
2. 儿子教我做个好妈妈	211
3. 当妈后，第一次有了恐慌感	212
4. 育儿笨事（一）：我惊——坏坏玩失踪	213
5. 育儿笨事（二）：我悔——第一次对坏坏下狠手	214
6. 育儿笨事（三）：我惨——和坏坏斗智，屡屡败阵	215
7. 孩子犯错时，沟通比批评更管用	217
8. 诚实的孩子反遭家长骂	219
9. 让儿子自己动手	221
10. 尴尬（一）：竟被儿子评为懒妈妈	223
11. 尴尬（二）：教育儿子，我反被儿子教育	224
12. 儿子的奇怪问题：我长大了是不是也要生宝宝	225
13. 小坏坏的童言趣事	227
14. 小鬼当家，大事小事都要管	229
15. 把儿子当小情人的N个好处	231
16. 有了孩子，夫妻亲热像做贼	233
17. 儿子恋妈，让我发疯	235
18. 坏坏也有恋物癖	237
19. 最幸福的事就是陪你慢慢长大	238
20. 用爱浇灌出来的孩子更懂爱	239
21. 我要攒私房钱，做个一毛不拔的铁公鸡	240
22. 30 岁的女人要学会爱自己	242
23. 女人当妈变化大	244
附录：0~6 岁亲子阅读推荐书目	245

第一章

**丫头片子当妈，
怎一个“笨”字了得**

● 孕期 ● 待产包 ● 分娩
● 母乳喂养 ● 新生儿护理 ● 坐月子





1

丫头片子，意外怀上小宝宝

2007年，我和坏坏爸走进了婚姻的殿堂。

婚后，我们的生活过得简单而快乐，尽情地享受着二人世界的自由。每逢周末，总会约朋友去郊游、爬山、唱歌……日子过得随心所欲、逍遥快活。同年8月份，我惊讶地发现自己怀孕了，那时心情真的很复杂，高兴过，也担忧过。

出于对优生优育的考虑，我开始犹豫是否要留下肚里的这个宝宝？原因是：在宝宝来临之前，我们不但没做孕前体检，反而还经常一起熬夜玩，老公有时还和朋友去喝酒，生活很没规律……我越想越担心宝宝的健康问题。

当我告诉坏坏爸自己怀孕的消息时，他故作平静地说：“既来之，则安之，有了就生下，正好可以陪你一起玩！”话虽说得如此淡定，但我还是能明显感受到他的激动和喜悦，看得出他非常想要这个宝宝。

别看我平时大大咧咧的，有时还爱耍点小脾气，总是一副长不大的样子，但面对肚子里突如其来的小生命，我似乎也一下子长大了，想做妈妈的欲望愈来愈强。既然如此，还有什么顾虑呢？他想要，我也想要，这说明这个宝宝和我们很有缘，我又有什么理由拒绝这个小生命呢？

就这样，我这个被坏坏爸称为长不大的“丫头片子”也稀里糊涂地当上了准妈妈，怀揣着当妈的喜悦，我开始等待着这个小生命的到来！



笨妈育儿经

现在都讲究优生优育，所以，如果你准备怀孕，最好提前咨询医生要做哪些准备，可别像我一样稀里糊涂的！另外在怀孕的前三个月里，准妈妈要特别注意不要吸烟喝酒，要停止口服避孕药，不能照射X线等。还有最重要的一点就是，一定要调整好自己的情绪，用好心情来迎接新生命的到来。



▲ 怀孕两个月时，在重庆三峡，
够能折腾的吧？

2

怀孕两月自驾游

怀孕快两个月时，对于坐不住的我来说，整天除了吃就是睡，无聊得快要疯掉了。实在憋不住了，我就想如何缓解一下情绪，我和坏坏爸商量后决定：自驾四川游。

临出发前，路线初定为：成都—重庆—三峡。考虑到我刚刚怀孕，我们特地叫上了两个朋友，这样一路上可以换着开车，同时也有个照应。

临出发前，婆婆既担心又无奈地对我们说：“你们俩就折腾吧，一点都不让人消停，才怀孕两个月，多危险呀。”当然，她老人家的担心也不是没有道理，毕竟我还没过怀孕前三个月的危险期。不过，我实在是憋不住了。

其实，孕期适当出去旅游也未必是一件坏事，等宝宝出生后，我还可以自豪地告诉他：“你在妈妈肚里两个月的时候，就去过美丽的四川了。嘿嘿！”

说走就走，收拾了简单的行李，坏坏爸去超市为我这个“零食控”采购了一大堆零食。第二天，我们一行人就出发了。

一路上，我时不时还给他们来段笑话，心情一下子变得相当好，也没有什么不适的反应，看起来完全不像个怀着身孕的人。中途看到他们开车困了，我还要求和他们替换开车，当时被坏坏爸一口拒绝，他只说了一句话：“没见过你这样疯狂的孕妇！”

笨妈育儿经

准妈妈出游要注意的：首先，出游时一定要有人照顾，不要独行；其次，旅游地点的选择也很重要，不要去公共卫生条件差和人流太集中的地区。周末还可以到城市的周边踏青，欣赏一下青山绿水，呼吸新鲜空气；最后，旅游途中要注意休息和营养的摄取。



3

孕期吃兔肉，宝宝会长兔唇吗

孕期嘴馋吃了兔肉，一度担心宝宝会长兔唇。

孕后自驾游时，我在成都晚上出去逛夜市，当时点了成都有名的“麻辣兔头”。一听这“麻辣”二字，我就馋得流口水，没多想一口气吃了两个。等美味进肚后，才敏感地想起以前听过的一句话：孕妇吃了兔肉，生下的宝宝会是“兔唇”！

孕妇本来就很敏感，尽管我不相信这个毫无科学依据的说法，但当我想起那句话时，心里还是会莫名奇妙地紧张，像得了“恐惧症”般害怕，整天惶恐不安。

那段时间，一提起兔肉，我就会提心吊胆地瞎想一番。后来，我怀着忐忑不安的心情上网查了很多资料，结果每一条都表明，怀孕时吃兔肉和宝宝长兔唇一点关系都没有，反而还好处多多。

兔肉营养丰富，具有质嫩味美、蛋白质高、脂肪少、胆固醇低的特点。孕妇如能吃些兔肉，增加些动物蛋白，对母体和胎儿的健康都有好处。

知道了这些，按理说我该完全放心了，但还是像中了魔一样，怎么也摆脱不了“兔唇”的阴影。

甚至，我还责怪自己太嘴馋，非要吃什么兔肉。产检的时候，坏坏爸陪我去医院，我又专门认真地咨询了医生，结果再次得知孕期吃兔肉和宝宝生下来是不是兔唇没有一点关系。

我想自己还是太紧张的缘故，难道孕期的女人神经都这么敏感？



笨妈育儿经

为了生育一个健康的宝宝，准妈妈在孕期一定要注意自己的饮食习惯，这样有助于实现这个目标。怀孕期间不要节食，可少食多餐，每4个小时吃一顿饭。要记住，少吃那些没有营养而且高脂肪、高盐、高糖或者高咖啡因的食物。