

阳光教育丛书



母

日

•

子成

颜翠英——著

20 个锦囊妙计

40 多个精彩案例

一本书教会家长如何助力孩子成长

- 家庭教育咨询顾问 • 亲子关系指导老师
- 学生成长规划指导顾问

儿子李佚凡，独飞香港、新加坡考试，SAT2满分、托福113，
收到8所世界名校的录取通知书……

天津出版传媒集团

天津人民出版社

阳光教育丛书



母曰·子成

颜翠英

著

天津出版传媒集团
天津人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

母曰·子成 / 颜翠英著. -- 天津: 天津人民出版社, 2017.10

(阳光教育丛书)

ISBN 978-7-201-12291-5

I. ①母… II. ①颜… III. ①家庭教育-案例 IV.

①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 201591 号

母曰·子成

MUYUE·ZICHENG

出 版 天津人民出版社
出 版 人 黄 沛
地 址 天津市和平区西康路 35 号康岳大厦
邮政编码 300051
邮购电话 (022)23332469
网 址 <http://www.tjrmcbs.com>
电子信箱 tjrmcbs@126.com

责任编辑 张 璐
特约编辑 秦晓华
装帧设计  王 烨

印 刷 高教社(天津)印务有限公司
经 销 新华书店
开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16
印 张 20.5
字 数 204 千字
版次印次 2017 年 10 月第 1 版 2017 年 10 月第 1 次印刷
定 价 58.00 元

版权所有 侵权必究

图书如出现印装质量问题,请致电联系调换(022-23332469)

推荐序一

陈鹤

习近平总书记曾经说过：“家庭是人生的第一个课堂，父母是孩子的第一任老师。孩子们从牙牙学语起就开始接受家庭教育，有什么样的家教，就有什么样的人。”

家庭教育关系孩子的终身发展，会对孩子的一生产生深远的影响。家庭教育也关系国家和民族的未来，是学校教育和社会教育的基础和起点。只有家庭教育与学校教育、社会教育有机融合，才能为孩子健康成长营造和谐的育人氛围。

当我们第一次做父母的时候，并不知道怎样做好孩子的第一任老师，怎样给孩子健康成长创造良好的家庭环境。因此，为人父母就需要不断学习，才能像习近平总书记要求的那样，“帮助孩子扣好人生的第一粒扣子，迈好人生的第一个台阶”。

我所在的石家庄外国语学校集团，从幼儿园到高中都非常重视家庭教育工作，一直坚持开设家长学校，让家长系统了解孩子在不同年龄阶段的身心特点和思想、行为表现，把握孩子成长的规律，学习在家庭中教育孩子的先进理念和科学方法，配合学校教育，共同把孩子培养成人成才。

本书的作者曾经是石家庄外国语学校集团的学生家长，她的儿



子在我校小学部、初中部、高中部连续就读7年,于2016年被美国纽约大学、加州大学洛杉矶分校、弗吉尼亚大学等8所世界名校录取,目前就读于美国纽约大学,是从石家庄外国语学校教育集团走出的众多优秀校友之一。作者在儿子成人之后,将自己18年来的家庭教育经历和心得进行了系统梳理,从自己孩子健康成长的案例出发,给出了在孩子不同发展阶段的家庭教育策略和建议,读者可以从书中得到很多教育孩子的启示和智慧。读过本书后,我深深体会到了家长在孩子成长中的陪伴、尊重和引领作用。

一是用心陪伴孩子成长。家庭教育中最重要、最有效的教育是父母用心陪伴孩子成长。本书作者从孕育生命到孩子长大成人出国留学,一直在用心陪伴孩子的成长,让孩子在成长的过程中时刻感受到父母的爱。在充满爱的家庭氛围中成长的孩子会慢慢拥有安全、快乐、自信的健康心态。在陪伴的过程中,家长自身的学习十分重要,要和孩子一起成长,把握好孩子成长的幼儿园、小学、初中、高中每个关键期。在孩子容易出现问题的时候,要更加用心地陪伴,多与学校和老师沟通,对孩子的身体健康、生活习惯和心理品德、行为方面给予及时恰当的帮助和修正。

二是尊重孩子自主成长为最好的自己。在家庭教育中,家长要端正自己的育儿观、成人观、成才观,克服浮躁和功利心理,不要将自己的意志强加于孩子,更不能事事都包办代替。要充分尊重孩子,无论多大年龄的孩子,都需要尊重。家长要善于发现孩子的兴趣和特点,尊重孩子选择的权利,教给孩子自主选择的能力,满足孩子的合理需求和个性发展需要,为孩子的自由成长创造有利的条件。

三是以身作则引领孩子成人成才。父母是孩子的第一任老师,孩子往往是父母的镜子,在孩子身上总能看到父母的影子。父母以身作则、言传身教是家庭教育中的最有效方法。父母要在家庭中践

行社会主义核心价值观,传播尊老爱幼、母慈子孝、勤俭持家、遵纪守法、家和万事兴等中华民族传统家庭美德,时时处处给孩子做好的榜样,以自身健康的思想、良好的品行影响和帮助孩子养成好思想、好品格、好习惯,引领孩子成人成才。

我常给家长讲这样一句话:“作为父母,自己的事业成功了,只能说人生成功了一半,只有教育孩子成功了,才能说自己的人生是真正成功的。”我想,做父母的在家庭教育中如果能做到陪伴、尊重、引领这三点,就是成功的父母,就一定能培养出成功的孩子。

习近平总书记向来注重家庭、家教和家风。我认为,本书的出版不仅仅是传播科学的家庭教育理念和方法策略,更是在家长群体中树立了家庭教育的榜样,会带动更多家长用心做好家庭教育,弘扬良好的家教和家风,支撑起全社会的好风气。

推荐序二

陈宝方

人们常说父母是子女成长道路上的第一任教师，母亲在家庭教育子女的任务中始终充当着不可替代的角色，母亲的言传身教直接影响着子女的成长发展。常言道，一名出色的孩子背后定然有一位杰出而伟大的母亲，一个孩子的成人成才背后折射出父母，尤其是母亲的思想与智慧。颜翠英女士从自身孕育子女到陪伴子女考入世界顶尖名校的十几年中，一路观察一路思考，一路探索一路实践，在看似琐碎的日常生活中，将自己的教育智慧与教育思想渗透在孩子的成长过程之中。本书文字背后闪烁着一位优秀母亲助力孩子成长成才过程中的真知灼见，这本书的故事与思考完全来源于作者的育儿实践，因此对于更多在教育子女路上前行的父母，尤其是母亲有着极强的指导价值与意义。

新时代的到来，无论是网络平台还是现实生活都涌现了一大批新时期“辣妈”，她们抑或容颜姣好，抑或身材火辣，抑或时尚流行，抑或新潮独特，但就笔者看来，这些无外乎还是外在浅层次的“辣”，更高层次的“辣”应该体现在思想理念上的尝试与创新。本书作者在教育孩子的过程中或游戏或活动，或面聊或书信，改变传统母亲一味刻板说教的模式，在与孩子的平等对话、沟通交流中引导孩子朝着共同期待的方向发展成长。无论是奇思妙想还是实用妙招，相信会给那些教育子女苦无良方的父母操作可行的绝技。

船只航行依靠舵手掌控前进的方向,子女的成长道路离不开父母对于孩子未来发展前景的规划与展望。当然,在一个平等民主的家庭中,优秀的父母定然不是大包大揽,全权负责,而是善于听取孩子的意见,因势利导,最终做到父母子女目标一致。作者颜女士一家通过家庭会议的模式在是否出国留学一事上几经商讨,最终为全家达成共识,放弃保送的优越条件,选择出国留学。也正是在孩子思想迷茫对未来发展规划不够明确的时候,母亲对孩子的理性支持才使得孩子最终进入世界名校深造。所以说,在孩子成长前行的路上,作为父母并不是简单的陪同者,而是更高站位的引领者。

父母与子女同行的路上,终会有一日目送子女朝着更远的方向前进。父母在参与孩子成长的过程中会发觉随着时间的推进自己的推动作用越来越小,如何做到放心的放手,取决于是否培养出了孩子的自主意识。聪明的父母一定懂得教育子女绝不是仅仅取得漂亮优异的成绩那么简单,能力的锻炼、情商的培养、潜能的开发,这些隐形教育内容其实才更应该是每个家庭、每对父母教育子女的重中之重。本书作者正是深谙其中的关键,所以在孩子成长过程中搭建平台,幼儿时期参与电视台超级宝宝秀以培养孩子的自信心,少年时期支持儿子承担模拟联合国大会的组织运营以锻炼孩子的组织领导能力。正是这些看似与学业无直接关联的活动才使得孩子学会了自主学习,进而为出国考学奠定了坚实的基础。

人们常戏言自己是第一次做别人的父母,孩子是第一次做别人的子女。其实这只是点出了我们每个人为人父母、为人子女直接经验的不充足,但是我想站在前人的肩膀上瞭望,定能看到更远更美的风景。读过这本书后,我想大家定能跟我一样,开卷有益。

每个孩子都是世界上唯一的一朵花,让我们精心浇灌与爱心呵护,相信每朵花都能绽放出最绚烂的色彩。

自序：愿做打灯的妈妈

其实，一直在想，只要是孩子真正需要的东西，我是毫不吝啬的，因为，我爱我的儿子，我希望他健康、快乐、幸福。

曾经，也想为孩子多做些什么，觉得这便是给予孩子更多的幸福了。

但是，越来越明显地感到，为孩子做得再多，也不可能做完一切；陪孩子再久，也不可能陪孩子一生。总在想，在孩子的生命里，妈妈怎样才是最合适的角色呢？

有一天从幼儿园接孩子回来，我问他：“假如有一天你自己从幼儿园回来，回到家你最大的愿望是什么呢？”我想儿子可能会回答，希望有鲜美的水果，希望有可口的饭菜，希望有有趣的动画片，希望有好玩的玩具等。没想到他毫不犹豫地答道：“我最大的愿望是刚进院就能发现咱们家亮着灯。”当我问假如爸爸妈妈没有在家，仅仅是亮着一盏灯，你会不会失望，会不会哭时，他认真地说，“可能你们脱不开身忙别的事情去了，但是只要亮着灯，我就不会害怕，就可以做自己喜欢的事情，所以，灯是我盼望的。”他还说自己有时会羡慕闹

闹哥哥可以一个人无拘无束的在家呢！虽然才5岁的他对这个问题的表达不够透彻，但至少我明白了，孩子的生活，孩子的成长，最需要的并不是大人形影不离的关爱，而是一个充满光明与温情的放松的空间！

忽然之间我觉得很内疚和惶惑，我很想知道自己是不是有很多时候在扮演费力不讨好的角色，是不是很多时候儿子对自己的辛苦付出并不领情！于是，就在那个晚上，当孩子在我的故事声中进入甜美的梦乡时，我一直在默默地想：“我到底是个怎样的妈妈，而实际上又想做个怎样的妈妈呢？”

我想起了儿子说的话，最大的希望是看到灯的指引，感受家的温暖。

忽然之间，我对自己的母亲角色有了重新的定位，那就是：我要做个打灯的妈妈！

原来，做打灯的妈妈，就是满足了孩子心底最深的期盼！

我想做他生命中永远的灯，明亮，温暖，能永久不熄地亮在孩子心里，温暖孩子一生。再用爱心，做几双护脚的鞋袜陪他一路前行。做灯，就是让孩子在黑暗中看到光明，在前进时感受温暖，在疲劳时得到动力，在迷惑时不至失去方向。我用淡淡又永恒的光芒，点燃他一个接一个的目标和希望。我想，在他前进的每一个路口，我都会送上温暖和光明，信心和希望，让孩子在有亮光的方向选择，减少他的鲁莽和困顿，指引他不会迷失人生的方向，而决不会去做路标，安排他走向我指的方向。至于脚下太多的路，那就是孩子自己选择的权利和乐趣了。也许，他会弃开铺满鲜花的坦途，而去尝试布满荆棘的小路；或者，他会找来砍刀，去摸索和铺就新的道路。这样，当然有可能让锋利的荆棘划破他的手臂，让硬硬的石子硌破他的双脚，但是，这是孩子自己的选择。也许，他会痛，会哭，会后悔，但只要他走过来

了,他就会深切感觉到创造的乐趣,他就会坚信自己的坚强可以成就如此的成功。那样一种可以称为自豪的感觉,是坐享其成的孩子永远领会不到的!或者,这样的路太难走,他真的坚持不住,真的决定放弃。那样,当他回到坦途,他的心又该是怎样的珍惜和感谢!或者,他选择的路是不通的死胡同,那就让他碰一次壁吧,失败和教训会是最好的老师,向他诠释“再站起来”的内涵!

不管孩子选择怎样的方式,我会尊重,尊重他体验的权利。因为,我不是路标,不是拴在孩子身上的绳子,我是灯!这样,就不用绞尽脑汁地为儿子设计太多的未来,将自己的意志以爱的名义强加到孩子身上,让他背负着重重的包裹在人生道路上蹒跚!所以,不用自己在前面拼了命似的披荆斩棘,甚至顾不上和孩子交流只言片语。当你发现孩子对这样的辛苦并不珍惜,或者孩子已经在你背后悄悄地逃离,你又是怎样的心痛,而这样的心痛,你又该担负多大的责任!

这样,在孩子的生活中,你如果能做好一盏灯,你就已经给了孩子光明,给了孩子希望,给了孩子坚强的品质、乐观的性格、豁达的心胸,给了孩子享受生活创造生活的乐趣。做灯,应该是每一个妈妈一生的苦心经营。

所以,做个打灯的妈妈吧!不要把孩子手把手地牵在自己手中,不要剥夺孩子选择道路的权利,不要怪孩子饱餐之后还是萎靡不振,那是因为他缺少生命的动力!做好灯,让孩子不论走得多远,飞得多高,你永远是他心中的向往,是他最有力的支撑!让他在您温暖的光环里,穿着合脚的鞋子,坦然走他人生的路,造就真正属于他自己的情趣和生活!

孩子,妈妈愿做你生活中永远的灯,陪伴你成长的每一分钟!

目录



第一章 好妈妈热身操 / 003

第一节 问题妈妈的烦恼 / 003

第二节 妈妈变身有妙招 / 015

第二章 好妈妈驾到 / 028

第一节 好妈妈的家庭观 / 028

家庭就是团队联盟 / 人人都有双重角色 / 当好爹娘
演好双簧 / 家庭也可设岗竞聘 / 家庭多, 点儿文化味儿

第二节 好妈妈的教育观 / 040

给教育来点儿作料 / 不妨选择“次优方案” / 把养孩
子当“系统工程” / 带孩子旅游开开眼 / 给成长留点儿
时间

第三章 好妈妈掌中宝 / 049

第一节 教育锦囊 / 049

小水坑里的大胸怀 / 小瓦片带来大机缘 / 切西红

柿心碎了 / 擦地擦出好心态 / 多捡石子多铺路 / 担水
担出使命感 / 爱的模型和幸福树 / 养鱼养花养孩子 /
“能量棒”的故事 / 背着沙袋与别人赛跑

第二节 成长妙计 / 070

大变身,取得孩子信任 / “快乐幸福调查组”,走进孩
子内心世界 / 他山之石,让孩子主动受教育 / 巧用诱
惑,让孩子开心配合 / 给官儿当,提升孩子自我管理 /
主动示弱求帮助,对孩子提要求 / 巧捆绑,引导孩子积
极期待 / 迷宫图,陪伴孩子不孤独 / 好故事引导孩子
感悟生活真谛 / “天外来信”唤醒孩子内心动力

第四章 用智慧的母爱放飞孩子的梦想 / 086



第一章 蓬头稚子学垂纶 / 095

第一节 “三岁看大”,你准备好了吗? / 095

第二节 幼儿园家长预备手册 / 104

第三节 蓬头稚子学垂纶 / 110

请尊重我的年龄 / 爱说话的金话筒 / “全才宝宝”演
出来 / 选择的机会和放弃的权利 / 偷拿钱和不听话 /
多宠一点儿更幸福 / 抓特务游戏练分类和认字 / “特
派员”送信真带劲 / 扑克牌小游戏中的大玄妙 / 用成

长的精彩去炫梦想的舞台

第四节 小学,我准备好了 / 139

第二章 小荷才露尖尖角 / 141

第一节 小学生家长预备手册 / 141

第二节 学习的课堂也是成长的天堂 / 145

和老师说什么 / 灵活对待作业 / 挑好的和选坏的 /
不能依赖小饭桌 / 做孩子的合伙人 / 狗都嫌的那两年
/ 钱是“省着”还是“花了” / 被 Q 币游戏征服的口算题
/ 石头剪刀布和基地游戏玩出好作文 / 为被戳穿的谎
言保密

第三章 吾家有儿初长成 / 173

第一节 初中生家长预备手册 / 173

第二节 五彩缤纷少年时 / 178

备足干粮好上路 / 父子互换解心结 / 老师为什么
斜眼看我 / 聪明、功夫和分数 / 记忆才是“度娘”宝藏
的金钥匙 / “倒倒鞋子”和“回头看看” / 我的事情我做
主 / 做好幕后真英雄 / 旅英一个月 / 被新加坡 SM1
拒了

第三节 转眼已成少年郎 / 213

第四章 长风破浪会有时 / 215

第一节 高中生家长预备书册 / 215

第二节 青春是用来奋斗的 / 219

慎重决定赴美留学 / 大事当头全力配合 / 顶住申
请各种考验 / 给“宾大”拒信写封回信 / AP 课为啥不
报辅导班 / 巧借力用资源提升完善 / “富养”拓宽人生
格局 / 阳光座右铭为快乐逐梦蓄力 / 行走“模联”路
上的小伙伴儿 / 奇迹是用来成就的

第三节 纽约大学成为青春最美的遇见 / 264



第一章 母与子的共同成长 / 275

将真爱的种子播进孩子的心田 / 母爱成分检测表 /
请闭上一只眼睛看孩子 / 做妈妈的幸福 / 学做母亲四
部曲 / 儿子,妈妈和你一起成长 / 孩子,好多时候你和
妈妈不一样

第二章 家与校的完美结合 / 295

第一节 师生相融教学相长 / 295

第二节 师长同心其利断金 / 298

第三节 家校合力成就完美 / 300

第三章 滴水入海得开怀 / 303

那一抹成长的精彩 / 滴水入海得开怀

母 日

教育没有定式,而是一种灵性的舞动。

教育的根本就是唤醒孩子的内心,对生命的珍视、对生活的热爱、对梦想自发、快乐、主动地追求。

爱,讲究艺术,不仅需要用心、用力,更需要运用智慧。

接受充满智慧和灵性的教育的孩子,才是最有爱心、最富创造力、最能散发蓬勃朝气和有所作为的孩子。

给教育加点儿作料,给成长留点儿时间。

引领孩子,阳光温暖,快乐前行。

