

让老大 爱上老二

你不懂的，
在这里都能找到答案！

30万妈妈粉丝读后大呼管用

安娜 一著

二胎养成手册

独家分享俩宝育儿经验，直击二胎育儿盲点！

阅生活
e-read life

二胎妈妈
最具实操性的
育儿用书



50招方法简便易学，
扫除二胎父母的各种育儿盲点



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

安娜
—
著

让老大 爱上老二

二胎养成手册

图书在版编目 (CIP) 数据

让老大爱上老二:二胎养成手册 / 安娜著. -- 北京:北京联合出版公司, 2017.4
ISBN 978-7-5596-0093-6

I. ①让… II. ①安… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第079351号

让老大爱上老二

作 者: 安娜 著

出版统筹: 精典博维

选题策划: 陈 娟 曹伟涛

责任编辑: 李艳芬 徐秀琴

装帧设计: 博雅工坊·肖杰

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京雁林吉兆印刷有限公司印刷·新华书店经销

字数200千字 710毫米×1000毫米 1/16 12.75印张

2017年4月第1版 2017年4月第1次印刷

ISBN 978-7-5596-0093-6

定价: 36.00元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有,侵权必究

本书若有质量问题,请与本公司图书销售中心联系调换。

电话: 010-82061212转8050

序 言

说实话，在接到出版社邀约的时候，我的心里是有些惶恐的。几年前闲来无事开通了博客，记录一些日常点滴。有了俩宝后，偶尔写一写他们的成长故事，和自己的一些育儿感悟。闲碎零散，不成章法。如今却要写一本育儿方面的书，还着实有些无从下手。初为父母者，不论是一宝爸妈，还是俩宝爸妈，都是毫无经验和头绪的，只能在育儿的道路上跌跌撞撞，不断总结，不断摸索。

教无定法。每个孩子都是独一无二的，很多过来人的经验，你会发现在自己孩子的身上并不一定适用；很多过来人说过的道理，你也会意识到在自己孩子的身上根本行不通。也许，在养育孩子这件事上本身就没有什么道理可讲。每个人都在凭着自己的感觉摸索前行。我也在养育俩宝的过程中经历了许多的失误、自省、学习和成长。曾在全职妈妈和职场妈妈间来回辗转的我，如今依旧在两个孩子之间苦乐周旋。出版社找到我的初衷，或许是因为我的经历比全职一宝妈或职场一宝妈更复杂一些，也有更多的故事可讲吧。所以，这本书绝不是一本育儿指南，也算不得什么经验之谈。我只是在这里分享每日生活中最真实的故事和一个普通俩宝妈最真实的体验。

养儿育女，知易行难。很多对孩子的教育和对教育的破坏，都是在不经意间发生的。我们无时无刻不在育儿的道路上自我反思，自我修正。归根结底，养育孩子离不开两个关键词：规则和爱。孩子需要在一个遵守规则的环境里成长，同时也需要父母给予他们最最包容、

接纳和没有任何功利心的爱。如果说这本书想传达一些什么，我想就是这样的状态吧——父母的温柔与坚定，是孩子成长道路上最强大的力量，引领着他们在规则和爱里健康成长。

这本书里记录了许多俩宝的故事。俩宝妈的生活很辛苦，但更多的是快乐。我一直坚定地认为，生养两个孩子是我这一生最重要也最正确的一个决定。所以，也可以这么说，我写这本书的另一个目的就是来当说客的。身边有很多的朋友想过生二胎，可是被诸多现实的困难打败，最终放弃了这个想法。生养两个孩子确实不容易，需要家庭、社会多方面的支持。作为俩宝妈的我，切身体会了养育俩宝的不易，但一步一步走来也最真实地感受到了两个孩子给我带来的无与伦比的快乐。两个孩子究竟是一种怎样的体验，一宝爸妈们无从体会，这其中一定会有许多无法预知的状况。但人生正是因为无法预知才精彩。人生的列车，就是走到一处就看一处的风景。能和两个孩子一起领略前路的风景，这样的旅途一定是美好的。

除了讲述俩宝的故事，这本书也涉及了许多一宝爸妈、俩宝爸妈都同样关心的话题。在如今的教育背景下，拼爹拼妈的现状愈演愈烈。许多父母在这样的大环境下，或是盲目跟风，用力过猛，或是忽视孩子自身的成长规律，仅凭自己的人生经验去教育孩子。我们是否能够放下成绩、排名那些外在的指标，充分尊重孩子的兴趣和天赋，让他们在看书、旅行、运动和文艺活动中收获“无用”的快乐？我们是否可以全盘接纳我们的孩子，不论他的优点还是缺点？我们是否能够快乐、理性地育儿？这些都是值得我们思考的问题。

既然为人父母，注定风雨兼程。我们在养育孩子的过程中，有困惑也有冲突，有希望也有失落。但养育儿女让我们的人生变得更加完整。孩子的路最终要他们自己去走，只是，在孩子生命最初的那一程里，我们给予他们最坚定的守护，帮助他们走向独立，孩子也给予我们最贴心的陪伴，让我们重回生命最初的快乐时光。

目录 Contents

让 老 大 爱 上 老 二

001

序言 / 001

第一章 二宝来了，你准备好了吗？

生还是不生，这是个问题 / 003

生二宝，要和大宝商量吗？ / 007

你喜欢弟弟还是妹妹？ / 010

二宝妈如何分身？ / 014

为什么二宝要比大宝省心？ / 018

你确定要做全职妈妈吗？ / 021

第二章 二宝来了，问题就来了

友谊的小船翻了，妈妈该怎么做？ / 027

关爱失衡，让俩宝成了冤家 / 031

俩宝互相告状，如何处理？ / 034

大宝如此黏妈妈该如何是好？ / 038

四岁孩子为什么会“暗箭伤人”？ / 042

别总拿大宝和二宝做比较 / 045

目录

Contents

让 老 大 爱 上 老 二



002

第三章 异性俩宝的性别教养

- 男孩为什么不会生宝宝？ / 051
- 男孩可不可以发嗲？ / 054
- 哥哥会把妹妹带成女汉子吗？ / 058
- 男孩女孩都要富养 / 062
- 给孩子一份完整的爱 / 065
- 给孩子上一堂爱情课 / 068

第四章 相互陪伴，共同成长

- 妈妈的小帮手 / 075
- 小小跟屁虫 / 078
- 妹妹替哥哥出头 / 082
- 原来当哥哥的感觉这么棒 / 085
- 当哥哥，是一份担当一种责任 / 089
- 手心 and 手背 / 093

第五章 爸爸爱妈妈，和谐第一位

- 一个红脸一个白脸，真的好吗？ / 099
- 父亲在育儿中的角色 / 102
- 把孩子交给爷爷奶奶带好吗？ / 106
- 妈妈情绪平和是对孩子最好的教养 / 110
- 告诉孩子妈妈也会不开心 / 113
- 爱人第一，孩子第二 / 117



第六章 孩子，你慢慢来

- 别再冲孩子发火了 / 123
- 如何纠正孩子的错误 / 127
- 不做“乖孩子” / 131
- 一定要有标准答案吗？ / 134
- 学习是孩子与生俱来的能力 / 137
- 不要给孩子贴标签 / 141
- 带自己的娃，让别人说去吧 / 144

第七章 孩子的世界，你懂吗

- 孩子撒谎怎么办？ / 151
- 孩子被冤枉了怎么办？ / 155
- 孩子结交了“坏”朋友怎么办？ / 158
- 孩子被打，要不要打回去？ / 162
- 如何培养孩子的独立能力？ / 165
- 如何让孩子树立规则意识？ / 169

第八章 “拼爹拼妈”新时代

- 让孩子看故事书吧 / 175
- 世界那么大，带娃去看看 / 178
- 别让你的孩子患上自然缺失症 / 181
- 为什么让孩子上兴趣班？ / 184
- 你的孩子运动了吗？ / 188
- 被网络绑架的家长 / 191
- “拼爹拼妈”新时代 / 194

让 老 大
爱 上 老 二

第一章 二宝来了，你准备好了吗？

随着二胎政策的放开，很多家庭面临着一个新的选择——生二宝。那么，二宝生还是不生？什么时候生？在生二宝这件事上父母需要和大宝商量吗？他是会喜欢弟弟还是妹妹呢？生了二宝之后妈妈在工作和家庭之间如何平衡？在生活的繁忙和琐碎中如何分身？是否需要回归家庭做全职妈妈？而全职妈妈的角色是否又能真的胜任？二宝真的会像大家说的那样比大宝更省心吗？所有这些问题，当你一旦开始考虑生二宝，就会一直萦绕在你的脑海里。的确，把所有可能涉及的问题提前考虑清楚，对父母在二宝来临之后能够从容应对，应该会有很大的帮助。

生还是不生，这是个问题

二胎政策放开后，生还是不生，这句莎士比亚式的提问估计许多妈妈已经在心里问过自己无数遍了。我很庆幸，当年的我，没有计划，也没有机会纠结，便迎来了上天这样的安排。每个孩子都是上天的礼物，当我生命中的第二份礼物到来的时候，我只是做了一个决定，用我最热忱的拥抱满心欢喜地迎接她。而事实证明，这是我一生中最重要也是最正确的一个决定。

时常听到妈妈们探讨生不生二胎的问题。她们的纠结不外乎两点，一是客观条件，二是主观意愿。客观条件，诸如经济压力太大，家里没有人带等等。这些自不必说了。到底要具备怎样的经济实力才能够养孩子，这都是一己之见。富有富养，穷有穷养。据我判断，我身边那些纠结的妈妈应该没有谁真的养不起孩子。而养一个孩子到底需要多少时间、精力和人手，这也是见仁见智。事实上，不管有人帮没人帮，当真有了孩子之后，所有的妈妈们总还是有办法应付得来。所以，说到底还是主观意愿的问题。不愿意，便会有一千一万个不生的理由；愿意，则所有的问题都会迎刃而解。

那么，为什么那么多妈妈害怕生二胎呢？作为俩宝妈的我完全能够理解。很多妈妈才刚从带大宝的“水深火热”中稍稍缓过劲来，有的或者仍在每日充斥着奶粉、尿布的生活里忙得人仰马翻，想到这一切又要重新再来一遍，真的是觉得暗无天日了，还是作罢吧。

而我则根本属于那种好了伤疤忘了痛的妈妈。对生命即将降临的憧憬和喜悦，让我超越了所有的纠结和恐惧。

我怀奶昔的时候，大宝刚满三岁。那时候的他，一心一意地依恋着妈妈，还不太明白多一个弟弟或妹妹会是怎样一番景况。当我跟他说起肚子里的小奶昔的时候，他倒也煞有介事地把自己当成了哥哥，没事便趴在我的肚子上和奶昔说话。那时候的他估计只是把奶昔想像成了类似小猫咪或小公仔一样的玩物，完全不知道，这个小家伙出生后，会成为妈妈的另一个宝宝，会占据妈妈的怀抱，分享妈妈的爱。

大宝那天来到医院时的表情，我现在依然记忆深刻。看着妈妈怀里抱着那“另一个宝宝”，他的表情有些难以形容，想靠近却又有些胆怯，有一丝兴奋却又觉得那么不可思议。

就是从那一天起，我的两个宝贝彼此在世界上多了一个和自己牵扯不断的感情纽带，多了一个和自己朝夕相伴亦敌亦友的同胞手足。

也是从那天开始，我才逐渐意识到，生二宝，原来根本不是重来一遍那么简单。在每一天共处的时光里，他们势不两立，又惺惺相惜。他们之间的争宠、吵嘴、打闹，可以让你的世界瞬间天翻地覆。他们之间的亲昵和默契，又会瞬间让你的心变得柔软起来。他们争风吃醋，又相亲相爱。我一面周旋于他们的各种纷争，一面给予他们最大的耐心和等待，见证他们的相互陪伴与成长。只是，我始终不能断定这样的陪伴到底有多好，直到那一天。

那天，我临时有任务加班，晚上九点多才回到家。当时的大宝7岁，奶昔3岁。工作了一天的宝爸早在八点不到便回房睡了。大宝便带着奶昔在客厅里玩了一个多小时。眼看到了9点，大宝便带着奶昔去洗漱，甚至亲手帮奶昔刷牙。你可以想见，当时那个画面给我带来多大的震撼。

每次看到朋友的独生子女独自在家，自己和自己玩游戏扮家家，自己和自己说话，我都会很庆幸，大宝和奶昔有彼此的陪伴。

放学回到家，两人一起下象棋，搭积木，玩飞行棋；在小区里捡石子，追小狗吓猫咪；说一通你完全听不懂的胡言乱语，他们却自顾

自地在那乐不可支。

他们有他们之间的默契，他们时常讨论只有他们才懂的剧情，编他们自己的故事，然后笑得前仰后合，而你完全寻找不到他们的笑点。

他们有聊不完的话，找不完的乐子，即使一整天窝在家里不出门，也完全不会无聊。

他们一起上学，然后在校门口难舍难分；他们一起捉毛毛虫，一起喂兔子，一起把迷路的蚯蚓送回泥土里。

他们介绍彼此的玩伴给对方认识。于是，妹妹整天跟着一帮大男生挥舞着刀枪降妖除魔。哥哥则带着一群和妹妹一般大小的小屁孩穿山越岭丛林探险。那是和同龄孩子在一起没有的体验。

又或者，实在没什么玩的，哥哥便翻出他们都喜欢的绘本，有模有样地一句一句读给妹妹听。

手足的陪伴，是父母无法替代的。他们有很多的小秘密，只和彼此分享。因为，在他们眼里，父母根本就不是他们的同类。

有时候，你会看见那个小孩带着那个小小孩，把你撇在一边，一起有商有量。那是你最幸福的时刻。

去年冬天带俩宝去北方过年。几乎没有见过雪的俩宝，看见漫天大雪不知有多兴奋，每天都要一起去厚厚的雪地里踩雪。两个人有时手拉着手，并肩向前；有时一前一后，妹妹踩着哥哥的脚印。有时妹妹迈不开腿，整个人就跌进了厚厚的雪里，哥哥试图把妹妹拉起来，可也一并跌了进去。等到他们都爬起来，哥哥总是不顾自己冻得通红的小手，先把妹妹身上的雪拍干净，再拍自己身上的雪，然后两个人一起乐呵呵地傻笑。雪地里的他们是那么满足那么快乐。

带俩宝自然有想像不到的艰辛。尤其是在小宝刚出生而老大也还半大不小的头三年里，每天不知会冒出多少状况。一分钟前世界美好，一分钟后满地鸡毛。各种预料之外，让你失控抓狂身心俱疲。可就是就是这样，时而打闹，时而甜蜜，时而淘气，时而玩乐，时而做点



小坏事儿，两个孩子在一起，彼此陪伴着，不知不觉便长大了。当你熬过那最苦最累最窘迫最狼狈的头三年，再回过头看当初的选择，你一定会说一句：我愿意。

生二宝，要和大宝商量吗？

严格来说，生二胎是一件关系到每一个家庭成员的事，所以在决定之前也自然应该和每一个家庭成员进行沟通，包括家里的老大。

我在有奶昔的时候，大宝刚满三岁。我很快就把这个消息告诉了大宝，只是当时的他对将会会有一个弟弟妹妹这样的事还没有什么明确的概念，只是觉得好奇和新鲜。至于奶昔生下来之后，大宝对她的排斥、喜爱、愤怒、妒忌，各种爱恨情仇的纠缠，那都是后来的事了。

所以，对于年龄小的孩子，可能并不需要做太多的思想工作。即便是有些排斥，或是在二宝出生后有些失落和敏感，父母只要在行动让大宝感觉到爸爸妈妈还是一如既往地爱着他，并不会冷落他就好。

我在怀奶昔的时候经常会让大宝观察奶昔在我肚子上的动静，有时候会让他摸摸正在动的奶昔，有时候大宝也会主动地趴在我肚子上和奶昔说话。他说自己是绿豆豆，妹妹是红豆豆，还说每天要给红豆豆讲故事。

奶昔出生后，我也尽可能多地制造机会让兄妹俩沟通感情，让大宝试着去照顾妹妹，帮妹妹拿奶瓶，换尿布，穿衣服，拿摇铃逗妹妹。我也尽量做到不破坏大宝之前的生活习惯，以及我和大宝之间的固定节目。睡前的亲子阅读还是每日依旧。当然如果妹妹没有睡的话，我们也经常会让妹妹加入进来。

那时候大宝最爱的《斯凯瑞金色童书》系列的《忙忙碌碌镇》里，就有一个“没了扁桃体，却多了一个可爱的小弟弟”的长耳朵兔子。他喜欢的“巧虎”也有一个叫作“小花”的妹妹。后来，我又陆

续给他看了很多有关弟弟妹妹的绘本：《我想有个弟弟》《小凯的家不一样了》《小玻的小妹妹》《彼得的椅子》《跟屁虫》《隧道》《阿惠和妹妹》《汤姆的小妹妹》《小乌龟富兰克林系列：富兰克林和小妹妹》《一点点儿》《我当大哥哥了》《我当大姐姐了》等等。这些绘本里描绘了老大们在有了弟弟妹妹之后的心理变化，也讲述了他们和弟弟妹妹之间发生的故事。大宝和这些绘本里的主人公一起，感受着兴奋、喜悦和好奇，也体会着愤怒、嫉妒和委屈；和他们一起，学习着分享，也学习着如何照顾妹妹。就这样，大宝和他们一起“稚嫩而坚定地成长着”，慢慢地就变成了一个会自己照顾自己的大哥哥，会保护妹妹的男子汉。

所以，很多时候我们并不需要教老大如何去做，只要很自然地爱着两个孩子，老大也就自然地学会了如何去爱弟弟妹妹。

年龄大一点的孩子，事情似乎就没有那么简单了。不时地会听到老大因为不接受父母生二宝，离家出走，逃学罢课，甚至以死相逼的新闻。还有的老大扬言等父母生了二宝之后，要亲手把他掐死，或是把他丢到抽水马桶里冲走。像“16岁男孩企图用毛巾和枕头捂死刚出生不久的弟弟”这样的新闻，也确有报道。

因此，当父母决定要生二胎的时候，面对年龄大一点的孩子，的确需要更加用心更加谨慎地进行沟通。首先要弄清楚他们不接纳二宝的原因是什么。有的孩子比较敏感，他们可能会认为是因为自己不够优秀，或是父母不够爱自己，所以才想要生弟弟妹妹的；有的孩子是因为一直集爸妈的宠爱于一身，面对弟弟妹妹的到来，很担心他们会分走爸爸妈妈的爱，自己在爸爸妈妈心目中的地位会被取代。

父母应充分理解孩子表现出来的焦虑、敏感和脆弱，耐心地做老大的思想工作。毕竟这是一件大事，父母应该和老大进行一次如同大人和大人之间的正式的交谈，开诚布公地告诉他，生二胎是爸爸妈妈做的一个非常重要的决定，需要得到他的理解和支持，同时也很尊重

他的意见和感受。父母还应该让老大知道，每一个孩子都是独一无二的，没有哪一个爸爸妈妈会爱这一个孩子而不爱另一个。

相信如果父母和孩子能在彼此尊重和相互平等的气氛里进行沟通，很多的事情很容易达成一致。生二胎的问题也是如此，虽然它可能需要一个更长的过程。这样的沟通，往往是建立在父母平日里民主、开明、智慧的家庭教育基础上的。如果老大完全不理睬父母，拒不接纳二宝，这样的孩子相信不会只是在这一件事上会走极端。今天可能是生二宝，明天可能是别的事情，动辄离家出走以死相逼。如果平日里父母与孩子之间就已经建立起了良好的互通的家庭氛围，遇事都能充分沟通，都能达成互相的理解和体谅，相信到了生二胎这件事情上也不会发生孩子要挟父母，或是让父母写下保证书发誓要最爱他这样的事了。所以，平时父母对待孩子的姿态是否理性，这一点很关键。父母既不能扮演至高无上绝对权威的角色，也不能把孩子捧得高高在上，对孩子俯首听命。

老大对二宝到来的反应如何，实际上并不是一两次沟通的问题，终究还是在于平时的教养。

但无论如何，父母在生二宝之前一定要和老大进行充分的沟通。倘若不经老大的同意生下了二宝，而老大一直对此耿耿于怀的话，或许就更难处理了。