



孩子， 妈妈一定有办法

秦文君 著

作家出版社





秦文君 / 著

孩子， 妈妈一定有办法

作家出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子,妈妈一定有办法/秦文君著. -北京:作家出版社, 2010.7

ISBN 978 - 7 - 5063 - 5464 - 6

I. ①孩… II. ①秦… III. ①家族教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 130515 号

孩子,妈妈一定有办法

作者: 秦文君

责任编辑: 王淑丽

装帧设计: 曹全弘

插图: 曹全弘

出版发行: 作家出版社

社址: 北京农展馆南里 10 号 邮码: 100125

电话传真: 86 - 10 - 65930756 (出版发行部)

86 - 10 - 65004079 (总编室)

86 - 10 - 65015116 (邮购部)

E-mail: zuoja@zuoja.net.cn

<http://www.zuoja.net.cn>

印刷: 三河市北燕印装有限公司

成品尺寸: 170 × 240

字数: 160 千

印张: 11

印数: 001 - 35000

版次: 2010 年 7 月第 1 版

印次: 2010 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5063 - 5464 - 6

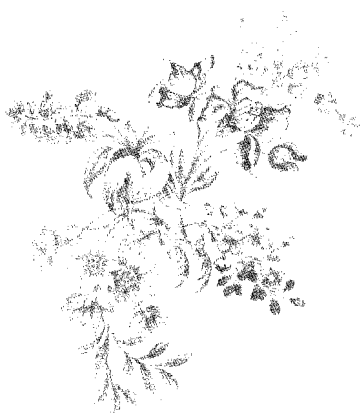
定价: 20.00 元

作家版图书, 版权所有, 侵权必究。

作家版图书, 印装错误可随时退换。

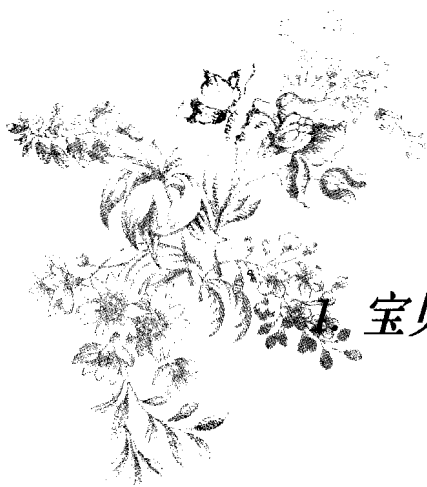


目 录



1. 宝贝驾到 / 1
2. 藏在小铃铛里的起跑线 / 4
3. 最早的果子不一定最甜 / 6
4. 三个“动”激活孩子的能量 / 9
5. 找到小蚂蚁的家 / 12
6. 诗意的故事袍子 / 14
7. 蓝色的渔网 / 17
8. 电视不是“人生的方舟” / 19
9. 做鸭子总司令 / 21
10. 手拉手往大处看 / 23
11. 让恐惧走开 / 26
12. 童画里的表达和倾诉 / 29
13. 一次有预谋的演习 / 31
14. 孩子的依赖和大人的依赖 / 33
15. 温暖的人情世故 / 35
16. 天使的歌声 / 38
17. 我和你是不一样的——最初的独立宣言 / 40
18. 经济头脑的故事 / 44
19. 游戏，儿童的权利 / 47
20. 在卢浮宫里迷失 / 50
21. 爸爸不是局外人 / 53
22. 爱和感恩 / 57

23. 不能只教孩子“切蛋糕” / 62
24. 女孩朋友和男孩朋友 / 67
25. 小女生爱美丽 / 70
26. 隔壁寄来一封信 / 74
27. 大考前的放飞 / 77
28. 写小香咕的快乐妈妈 / 81
29. 老师难不难 / 86
30. “做梦的课” / 91
31. 小鸟啄食记 / 94
32. 最爱做的事：快乐每一天 / 97
33. 怀乡也温暖 / 101
34. 在尴尬和伤心中成长 / 105
35. 母女作家 / 109
36. 体验至尊的独立 / 115
37. 母爱的力量 / 118
38. 善与恶 / 119
39. 人类之心 / 124
40. 金甲裹身法 / 128
41. 性别之争 / 130
42. 读写对接的秘诀 / 133
43. 辨认颜色与世界观 / 137
44. 创造隐形的潜力 / 140
45. 去电视台做嘉宾 / 144
46. 青春期的事情 / 152
47. 高考和未来 / 156
48. “好极了”与“笨死了” / 159
49. 20岁方知母亲之重 / 163
50. 走向大教育 / 165



1. 宝贝驾到

如果把婚姻比作围城，围城外的人想冲进去，围城里的人却想着突围。那么，做母亲恰恰是反义词，它仿佛是一座魔城，绕城而过的女子，可以逍遥自在地走开去，而女子一旦做了母亲，即便被推着挤着，也不愿离开魔城，失去母亲这角色。一个人为人母之后，仿佛就没法过没有孩子的日子了。于是，再多的辛劳愁苦，也仍是心心念念地守着，这份乐此不疲、流连忘返的魔力，也许就叫无悔吧。

对于这一点，智利女作家米斯特拉尔在一篇随笔中有绝妙的描写。在她的笔下，怀孕的女子“呼吸中有一丝花香”、“腹部宛如我的心那样崇高”，她把女子怀孕生孩子，说成是“一个怀着爱的人，她的爱情在要求天长地久”。米斯特拉尔的表述很诗意，很神圣，激情澎湃，甚至使人心摇神曳，遐想联翩。

对于一个女子而言，为人母真是一个诗意的提升，它使得内心的母性得到焕发。当一个母亲傍着摇篮里的婴孩而坐时，心情是虔诚而柔软的，目光里充满爱和怜悯，她能看明白生命的美好灿烂，对周围的一切忧郁敏感，充满善意，即便这时有个不相干的、眼神里藏有痛苦的人从她身边路过，她也能细致传神地体察到。有时候她见到大树低垂着树冠，也会疼惜它，因为她会想到“树木也有熟睡的孩童吧”。

为人母的诗意和高尚来自新生命的诞生，幼小的孩子多美，天然娇嫩，他们的灵性构成了生活中的奇迹。宝贝驾到后，由孩子带来的惊喜就

没断过：孩子爱在草地爬动，孩子管太阳叫太阳公公，孩子夜间醒来要求母亲陪着去结识星星，孩子会一骨碌爬上双亲的膝头，孩子的未经雕琢的无忌童言被大人们欣喜地传颂。

幼童的天真美妙，对妈妈的无限依赖，时常令母亲们绽开笑脸，感恩为人母的幸福。同时也真挚地为孩子筑起了爱的屏障，把最好的一切给孩子，把现实生活中的粗糙和缺陷挡在身后，这时候母亲的心里满是单纯的理想，要把幸福给可爱的宝贝，这几乎是每一个母亲的天然的初衷。

但是孩子一天天地长大，当我们从宝贝驾到后的喜悦中清醒过来时，才会猛然意识到养育一个孩子不仅仅是诗情画意，陪伴和教育一个孩子成长多么劳心费神，那仿佛是无穷无尽的高强度的紧张的不停息的劳作，其间会伴随着流泪，失望，无助，心痛，甚至有时觉得心都操碎了，要崩溃了。

当然也有甜蜜可心，无论多艰难，只要想起自己宝贝的音容笑貌，我们都会心软，爱意绵绵，我们无悔无怨地为孩子奔波。每当看到孩子快乐了，进步了，终于闯过人生的一个个小关口，母亲那颗心便开始飞翔，那是一种世界上最纯粹的舒心。母亲们看到孩子获得成功、幸福，为何会喜极而泣？那说明我们对于延续自己生命火花的孩子的幸福是那么在意，难以言说。母亲那由爱和责任支撑着的心怀是如此宽大，暗暗地契合了大自然对于生命进化的使命。

母亲的自豪、庆幸，怎么也不为过，伴随着孩子的成长，母亲付出了多少最温暖最崇高的爱。然而，如果孩子能够理解母亲付出的爱和辛劳，同时，孩子也把爱和尊重给予母亲，并且暗自庆幸自己有这样的母亲，那么，一切就会更完美。

养育一个孩子，真是艰难。成长面临着无数的选择，孩子的成长，父





母不能缺位，也不能越位。它的难度是，孩子来到世界的时候是带着自由的心，每个孩子本身都或多或少地拥有一些天赋。如何尊重孩子与成人的不同，在保持孩子的个性、优点的前提下，让他或她成为一个无愧于社会和家庭的人。养育孩子的最难的部分，仿佛孩子在学自行车，最初的时候父母要在边上拉紧，不然孩子就摔着了，容易头破血流，可是父母又要适时地松手，由其自主，不然孩子被耽误了，永远学不会，走不稳，无法去无限风光的远方。

其实，在我的孩子20岁之前，我几乎天天在这么忙乎着，拉紧，松手。不过我想自己正在做最有价值的事情：帮助孩子找到幸福，尽可能拥有孩子自己最闪亮的人生——我就是抱着这样的想法才一路坚持过来的。因为我的女儿袅袅，她聪明可人，但又精灵顽皮，性格里有不安于现状的活力，脑子里总有奇思怪想。

当初我们并没有意识到自己的孩子会那么微妙，我们只想会有一个聪明安静的漂亮女儿。女儿出生前，我们就把她的名字取好了，我和丈夫一人各出了一个自己最喜欢的字，他最爱“紫”字，我最爱“袅”字，“紫袅”合在一起就是“美好的升华”的意思。当然，起这名字的另一个动机是，它不大可能与别人重名。从那时起我就有种预感，常常想到这样的场面：穿着宽大柔软的衣服，怀里抱个洋娃娃一般漂亮的女婴。然而，在这巨大的谜底揭晓时，远远地看了一眼我的袅袅，心里涌出的只是激动和莫名的慌乱，措手不及：她实在太小了，太软弱了。甚至还不及洋娃娃那么精神十足。

护士把她抱给我，她热烘烘地挨过来，尖着嘴唇像觅食雏鸟。在母女接触的刹那间，我感觉到我们已永远难分难舍了，连我自己都是刚刚意识到，心灵深处早已为这世上最需要我的人留下了位置。半小时后，护士推小车来接走了她。当时的医院，规定母婴分开，保证做母亲的有足够的休息。我跟在车后，好似有人抢夺了我女儿。夜里婴儿室传出的哭声，激起我内心的隐痛，总觉得是我的袅袅在向母亲呼救。有好几次，我都想抱着她从医院逃出去，让她一分一秒不离开我……

自从做了人母，我对孩子成长中的一些事情很用心，也时常提醒自己不能变脸，不能忘掉当父母的初衷：做小孩的朋友，不做统治者。我和她尽量像朋友一样相处。但是袅袅从生出来到现在，我和她的母女关系中，同样有

教育和反教育的冲突，有两代人的斗智斗勇。孩子并不会对妈妈言听计从，哪怕妈妈是百分之百的正确，更何况，谁也不是神，每个妈妈少不了做出一些错误的判断，也有面对孩子束手无策的时候。可是，只要有爱和智慧，妈妈还是能够找出奇妙的办法，一定的。

我很感恩，在伴随孩子成长的过程中，母亲也能长大，变得宽容，睿智，通透，坚强无敌，这样更能引领孩子找到幸福，这种升华何尝不是为人母的诗意呢，那也是上苍最好的赐予。

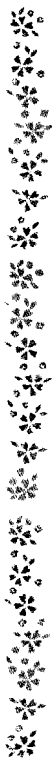


2. 藏在小铃铛里的起跑线

袅袅出生后，这桃形小脸的婴孩就成了家庭的中心。

要让孩子成为这温暖家庭的一员，家人彼此相爱，还要彼此合拍，和谐，有共同语言，一起去找寻幸福前程，好习惯是至关重要的。在人生的第一个阶段，要让孩子养成良好的生活习惯和行为习惯。好习惯是一个个慢慢培养起来的，一个孩子如果习惯培养好了，未来的生活、学习、发展仿佛有了扎实的奠基，笔直的轨道，顺着前行寻找幸福不容易出现大偏差，我感觉好习惯是孩子开始美好人生的第一步。

记得刚开始，初为人母，从产院回家的那天，我感动极了，抱着女儿走遍家中的每一个角落，低声告诉她，快认识你的家！一边催促丈夫去买大把的鲜花，把家里布置得如花似锦，这个家是她生长和栖息的乐园，直至有一天她有了新家，另立门户，她还是这个家里最娇贵的公主。但是袅袅并不配合，不要那些诗情画意，和所有的初生儿一样，小婴孩可爱、欢乐，但是从进入家门的第一天起，她就像一个不安的小兽，是散漫、自我，情绪不宁



的，一旦感觉不顺心，不舒服就放声怒嚎。连作息时间都是乱的，白天呼呼大睡，夜里手舞足蹈，或者吵闹不休。我早就想好，要给女儿最大的自由。可惜，回家不到三天就发现这纯属纸上谈兵。按小家伙的意愿最好是白天睡觉，夜里没命地哭；更令人心焦的是，她似乎不喜欢牛奶，看见奶瓶就号啕大哭。我只能当恶人，逼她吃奶，因为这么一天天饿下去，她会瘦得像面包干。于是看见妈妈女儿就撇嘴，哭兮兮的。可她的小脸却一天天鼓起来，半夜，摸着她的小脸，看着她像花一样慢慢绽开，当妈妈的如释重负，一边轻轻地捶着腰。

天生的宁馨儿也许是有的，但我们没有遇上。我很快意识到，如果想得到一个如理想国里的宁馨儿那样的孩子，是需要花费力气逐步培养的，教育也像耕耘一样，种什么，就得什么。教育的第一步，我格外地花些心思来帮助袅袅“调整时差”，建立良好的作息时间。几个月后，见了成效，她的作息时间非常合拍了。到了她周岁时，我们能通过话语交流得很好了，我特意买了一个很漂亮、很好玩的铃铛，用这个铃铛来帮助她按时睡觉，建立作息时间。晚上九点钟到了，我就会摇动这个铃，她听到清脆的铃声，马上就心领神会，知道该睡觉了。如果这天晚上她特别兴奋，九点钟还不想睡觉，我就会过一刻钟再摇摇这个铃，继续暗示她。假如她这一天拖到了九点半才睡，那么我也不会很急躁不安，因为培养习惯是长期性的，所以不是完全刚性的，而是可以有柔性和弹性的。第二天晚上我会提前跟她说，你昨天睡晚了，今天要早一点，让她先有个心理准备。到了九点钟，我准时摇铃，帮助她慢慢调整过来。时间管理很重要，孩子必须要有时间概念，那是理性的一部分，不然糟糕的习惯会在她安排以后的生活时带来麻烦。

这个小铃铛的优美铃声，在我们家持续地响了10年，直到袅袅长大，应该有自制能力的时候，我才不做“摇铃妈妈”了。直到今天，这小铃铛还放在我家最醒目的壁炉上，好像一个传家宝，我们都习惯有它的存在了。

习惯是一个人的根源，写着一个人的来历，它还能区分这样的人，或那样的人，有教养的人或者恶俗无礼的人。当一个孩子要成为一个高尚的人，那么，除了灵魂需要美丽，好习惯也得有一番建立。



3. 最早的果子不一定最甜

教育应是一扇门，推开它，满是阳光和鲜花，它能给小孩子带来自信、快乐。所有的设置都可以不慌不忙，有条不紊，因人而异的。

孩子有天性，哪怕很小，梦想中也有爱、尊重与理解，教育从这里起步会比较顺畅。可是我们都只有一个孩子，孩子是家庭唯一的宝宝，新妈妈又没有做母亲的经验，所以做妈妈的很容易患上集体忧虑症，我看见一个数字，说对新妈妈进行了抽样调查，百分之八十以上的新妈妈赞同身心健康比学习知识更加重要。但其中百分之六十五的新妈妈觉得孩子不能输在起跑线，竞争起于胎教。报纸上说，上海小孩养到六岁，平均花费12万。费用中有奶粉、尿片，早教的费用也不少。

我当时没有给袅袅上什么早教班，可是也有过将信将疑的时候，古话说三岁看老，在那特定的时期，这话让我感觉有一种紧迫感，看到幼小的袅袅要有几手本领，显示出一些不凡的痕迹，才心安，不然就不妙了，要落后了。袅袅一岁的时候，会跟着录音机里念的唐诗哼哼了，后来我们念前面的，她会加最后一个词了，比如我们念“春眠不觉”她会接“晓”，我们念“处处闻啼”，她会接“鸟”，我们念“夜来风雨”，她会接“声”，我们念“花落知多”，她再接“少”。

袅袅两岁的时候已能背“好雨知时节，当春乃发生。随风潜入夜，润物细无声”等好多首唐诗，数数数到30，三岁半的时候她的小嘴能准确地说英语单词100个左右，我丈夫听说音乐功力无边，于是家中终日响着为女儿启蒙的音乐；认识到手的发展很重要，所以就成天掰她的小手，教她比比划划。

大家都说袅袅的聪明和硕大的脑袋有些关联，我们也开始留意，给她的食谱几乎天天有鱼虾，还时刻提防她摔跤碰伤那个宝贝脑袋。可惜尽管草木



皆兵，保护得很好，但她仍不断地创纪录：从沙发上滚下来了，脑门磕着地了，从椅子上摔出来了，脑袋卡进两件家具的夹缝里去动弹不了了。每一个纪录都令我们心惊，担心她的灵气还会不会延续。好在袅袅像个软体动物，仿佛不怕小摔小打，我们开始注重大的环境安全，放手了后，她小摔小打的次数多了，自己开始总结出经验，反而很少有惊险动作了。

有一天，我带袅袅出门散步，遇到了她同一个托儿所的小朋友，袅袅喜欢小朋友，她兴奋不已，两个小孩在草地上奔跑玩耍，那小朋友的鞋带散了，被袅袅踩着了，两个人一起摔倒了。那小朋友起身后，见袅袅要拉扯她的鞋带，犹豫了一下后开始系鞋带，几下就系得又紧又好。小朋友的妈妈惊叫起来，说从一岁半起，她就教孩子系鞋带，可是不论怎么尽心教，孩子就是学不会，为了这个，她还打过小孩，可是就在今天小孩一下子自然而然就会了，这位妈妈说后悔当时那样做，当孩子的能力还不够，没有准备好，逼着她做这些，其实枉费了很多。

正说着，我发现两个小孩看那些彩色的蝴蝶看呆了。她们还喜欢蚯蚓，蹲在那儿看它们扭动，嘟哝说要跟它们回家，流露出满脸的羡慕。她们羡慕小虫可以独自出门；蚯蚓可以钻进泥地；蝴蝶可以一整天在花园里嬉戏。袅袅的小脸上还有淡淡的伤感。我很难过，也许她真不如这些小生灵那般自由、欢快。她爱一草一木，爱生活，爱自由，爱做性情中人，这何尝不是一种不凡呢？许多成人失却了这些宝贵的单纯，生活变得不那么纯洁、高贵。

于是我审视了这一切，袅袅当时学的英语、唐诗那些意义不大，是雕虫小技，她会背是熟悉了其中的音律，孩子并不理解，也不会真心去爱，去领会，去痴迷。

我的初衷是让袅袅活得更自然欢乐，更富有天性。让其在舒展心灵的同时领略到孩童的单纯，从自然和更广大的意义中学会生活，体验美好。因为她是我的孩子，所以我更不能强她所难，就像不愿强自己所难一样。

我让她做自己喜欢的事情，符合她心性和认知水平的，还给她念很多童谣。跟学唐诗不一样，她听入了迷。后来学会了唱反调。我唱：“小兔乖乖，把门开开，妈妈回来了。”她就创作了一首：“小兔不乖，门儿不开，妈妈进不来。”

我教袅袅认识颜色，了解各种颜色的调和和搭配，奇怪的是，她居然会

许多我没教过的东西，比如能指出自己哪件衣服颜色漂亮，会把玩具按颜色的深浅一样样排好。

从此，我时常提醒自己想着不能变脸，不能忘掉当妈妈的初衷：不做统治者，让孩子幸福成长。这么一清醒，便将妈妈做得甚得人心；别的小孩在英语班死记ABC时，我们的小孩刚看完《花仙子》，并给自己起了个比主角更诗意的英文名叫艾丽丝；别的小孩在父母叫骂声中学这学那时，我在同袅袅的钢琴教师商量：为了不使袅袅厌烦，曲子好听点，每次少教些行不行？

但是做这样的妈妈是要承受心理压力的，因为进一流的小学当时都要有“面试”，然而出的入学考试题却深得只适合受过训练，或是那个小学直属的幼儿实验班之类的幼儿，并非那种自然成长的聪明小孩所能问津。虽然袅袅很早就能把账算得分毫不差，可公认的有本事的孩子都会背的乘法口诀她还不会；她偏爱舒伯特的曲子，很会欣赏，但大声唱歌的小朋友才会在音乐课上得红星。有的孩子很早就认识很多字了，但是袅袅是用自然的方式来识字的，阅读中认识一些就认识一些，猜出一些就猜出一些。我觉得字早晚都会认识的，学前懂一些常见的字，出门或者读书时能增加趣味，好玩，自我感觉也会好一点，但刻意学很多没有必要，还不如学一点永久性的东西，在记忆力和注意力、理解力方面开发。

记得当时两个有小孩正在读书的朋友看我这样散漫，马上跑来现身说法。有个朋友一向脱俗醒世，不料也沦为陪读父亲，一周数次领着儿子拜师补课。听说补课的小孩多得挤满了教师的斗室，家长们只能蹲于那狭窄走廊的水泥地上苦苦等待，朋友在那儿想必没少喝西北风，但却是一脸的在所不惜，仿佛正走在潮流里。

另一个文友更是坦率，点着我说，千万别相信让小孩自然发展，谁不



抓，谁吃亏。我与他辩，说小学这点课程，脑子没问题的小孩都能轻轻松松学下来，何必要灌上许多，弄得像一台考试机器。死记硬背，不仅扼杀创造力，更可怕的是，小孩读书读厌了，在你管不了他时他没有求知兴趣了，这样岂不是吃了赔账？他不和我辩，只说什么头脑奥林匹克，什么新概念不学，进重点中学难。我说不一定吧，再说即便是从重点大学出来的人中，也有无能之辈。他听火了，就像当年智叟笑愚公一样笑了笑。

好在，袅袅入学后很顺畅，入学前她认识的字不算多，但是通过绘画，她拿笔自如，手指灵活，入学后写字很流利，她的记忆力从学琴、背琴谱上锻炼过一番，理解力在阅读中提升了，所以对各项学业能轻松驾驭，对数学方面，因为存有兴趣，所以看见难一点的智力题也饶有兴致，到小学毕业的时候，她已经是全年级总分第二的学生了。在小学，背古诗好像不是她的特长，幼小时候的底子只是杯水车薪，不抵什么。到了中学，她的阅历和体验突飞猛进，理解了古诗的美丽意境后，开始对古诗喜欢非凡，把吟诵古诗看为一大乐趣。后来多次在区里和市里的古诗文大赛中获奖，还觉得不够尽兴，又和同学一起办起了诗社。她不仅喜欢王维、李贺、李白的诗作，对诗人的生平熟得不行，后来还对口口相传的汉乐府很是陶醉，觉得那民间的机智与学院派的诗有着相当不同的美感。



4. 三个“动”激活孩子的能量

首先是参与活动，孩子一到二十岁是这样，也许一生都需要活动。袅袅是我的孩子，更是那一群人中的一个，让她参加各种活动，能和同年龄或不同年龄的人接触，共享很多经验，学会合作，体会成长是何等关键，特别同

龄人之间有很在意的规则，活动中常常有令人惊喜的收获。

袅袅和小朋友一起到动物园去玩鬼屋，结果轨道车中途停电了，小伙伴们只能怪叫着从恐怖黑暗的地方冲出来，但她们有了一段历险记。事后，她们还一同去和动物园的管理方交涉，很能维权的。另一次袅袅参加万科广场想象画比赛，成为那广场上成百上千的参赛者之一，把大画纸铺在地上，一连数小时地完成她的杰作，浑身都是油彩，但是带回一个三等奖。还有一次袅袅去参加吹竖笛表演，吹的是德沃夏克的《自新大陆交响曲》，我和袅袅爸爸都前去助兴，我没想到孩子那么珍视集体的荣誉，表演时一丝不苟，甚至我和她打手势，希望她能朝我们看看，她都按照演出要求，凝视着正前方。

还有一次，袅袅要做一个演讲，很紧张，后来一个同学援引了她妈妈的经验，说：“你初次演讲，会感到手脚没地方搁，说话哆嗦，胆怯害怕，可以把下面的人暂且看成是很多土豆和萝卜，那样可以缓解紧张感。”

袅袅小学时快乐的活动，还有跟几个小男孩和小女孩去同桌家做客，他们简直玩疯了，当场结为各种亲戚，成为一个家族的人。为了逼真，袅袅和另一个女孩把同学妈妈花哨的衣裙套上，把胸用棉织品隆一下，然后就像模像样地成了管理家族的大人。虽然这活动只是“办家家”类型的，但是孩子在担任模拟的重要角色中很放松自如，在一起谋划未来的时候充满热情，把模拟家族的事情安排得井井有条。

至于和学习有关的活动也很多，袅袅班里的外籍教师来上英语课，特别喜欢用英语设置场景故事，让大家参与。有几次，那外教设置的是他本人被谋杀了，希望学生们来“破案”，结果袅袅他们设置了惨案发生在一家拉面店，凶器只是一只烟灰缸，里面有妙趣横生的推理和机智的英语对白。在学校外语活动中，袅袅参与演白雪公主与七个小矮人，虽然只演了一个小矮人，但是整台节目的台词都是他们一起编的，她把那些朗朗上口的台词都记住了。

孩子参加的活动，可以是袅袅小时候，下雨天我和她一起躲在饭桌下“野炊”，想象正在一个树墩旁边。也可以是袅袅为过节日，烘托节日气氛，精心准备家庭布置。也可以是全家一起去看画展，听话剧，参观博物馆，出门拜访有意思的人，去医院探望病人，还有，参与各种帮助他人的志



愿者的活动。

谈到劳动，在孩子成长的过程中也是特别重要的，特别是一些聪明的孩子，如果没有事情干，就会觉得非常无聊。安排孩子学会一些拿手的劳动，会增加信心和成就感。另外，这正是他们走向独立的好出口，他们的动手能力以及干练风格会在孩子群体中得到重视，而勤劳的品质最能铸造一个人的根基。在袅袅很小的时候起，大约三岁，我就派她每天早上去弄堂口为自己取牛奶，给她一个小篮子，用于装牛奶，起初她很紧张，每天奔跑着来回，后来从容了，拿牛奶回来的时候会在小篮子里装些青草、植物的果实回家，来探究那些东西的学名。她甚至还认识许多我们不认识的人，比如保姆的同乡，或者弄堂口卖茶叶蛋的打工妹……我尊重她的交际圈，她的劳动热情，因为在我的心里出现个模模糊糊的声音：她是我的女儿，但她更是她自己。她正在自立，并且逐步学会生活技巧。后来，我和袅袅一起去超市购物，我会准备两个袋子，一大一小，起初是我拿大的，重的袋子，她长大后，大的重的袋子就由她包揽，有的时候走到半路，我想和她对换，可是她笑着摇头，很有成就感。所有的孩子都想早日确立自我，劳动也能使孩子明事理，找到成长的动力，劳动的成果更能使人感觉到安慰、快乐，甚至荣耀和希望。

至于运动，每个人都知道那有多重要。刚开始的时候，袅袅是个早产儿，长得小小的，很聪明，属于智力发达，体育平平的女孩。我期望她通过运动让身体强壮些，性格开朗坚强，所以陪她去爬山坡，然后冲下来。开始的时候她有些不适应，为了培养勇气，我咨询了体育老师，让她先跳楼梯玩，然后才去山坡上冲锋。后来我们还一起去爬铁壁山，登黄山。她练习跳远的时候，刚开始看见沙坑就发憊，好像那里有陷阱似的。我觉得可以先放弃，我们不是在和什么较劲，非要如何，只要爱运动就可以，所以就让她只管跳绳，仰卧起坐，后来发现她喜欢水，干脆动员她上游泳班学游泳，然后我又买了实心球，常常在家门口的平台上摆上投实心球的阵势。运动加强后的袅袅有一个显著的变化，晚上睡得很实，打雷是打不醒的。也不知道从哪一天起，她不害怕在沙坑上跳远了，看来各种运动之间是有相通的地方。运动是一种积极的生活态度，能强健身体，增强自信，也是孩子宣泄情感和负面情绪的方式之一。

有一次，一个家长来找我咨询，说他的儿子太内向，问怎么改变性格。我觉得可以先从体育运动着手，特别是男孩子不能“圈养”，要多一些户外运动，其实从孩子们校服上的污渍也能看出，男孩与女孩是不同的。男孩如果在体育方面没有一技之长，没有好的体魄和勇气，那是有点沮丧的事情。

袅袅进了大学以后，我还是关注她的运动生涯，比如早起跑步锻炼的事情，欣赏她打木兰拳的姿态。觉得运动量不够，我陪她一起上瑜伽课，打乒乓球，去跑步，走路兜风。运动永远是一种生活的姿态，其中有克服惰性的勇气，保持活力和克服不良情绪。



每个孩子都会有最喜欢做的事情，可以在那种醉心和沉浸中享受到很多满足感，同时学到很多东西，培养兴趣，要鼓励孩子以自己喜欢的方式来了解世界万物，满足好奇心。有一次受朋友邀请，我带着袅袅去一个高级的旋转餐厅吃饭，在美味佳肴端上桌的时候，小家伙不见了。她正蹲在餐厅外的露台上，在花草堆里观察蚂蚁的忙碌。她目光炯炯，高度沉醉，那种发自内心的执着让我感动。她为了能找到小蚂蚁的家，把点心弄成碎屑撒下去，撅着屁股，跟着背着食物匆匆前行的蚂蚁走，都没心思吃饭。我并没有拉她去饭桌，只是为她准备一些干点，等到她饿的时候能充饥就行了，难得的一次，对身体无碍就可以。真的，少吃一顿美味大餐对于孩子来说没什么，当然，找到小蚂蚁的家也没什么，但是我觉得孩子能够长时间连贯地、专注地做一件事情却是很不容易的，我注重的是这一点。在她幼小的时候不论是在玩耍，还是在做事情，在她特别专注的时候我都由着她。因为，虽然废寝忘