

# 再忙也要做个 好妈妈

不论我们是谁，不论我们从事什么职业，地位怎样，成就如何，收入多少，不论我们生在何处，长在何方，我们每个人都是他人的子女，也都会成为他人的父母。天下所有有孩子的人都有一个共同的称号——父母，也都有一个共同的责任——教育孩子成人、成才。

葛红明◎编著

中国商业出版社

ZAIMANG YEYAO  
ZUOGE HAO MAMA



# 再忙也要做个 好妈妈

不论我们是谁，不论我们从事什么职业，地位怎样，成就如何，收入多少，不论我们生在何处，长在何方，我们每个人都是他人的子女，也都会成为他人的父母。天下所有有孩子的人都有一个共同的称号——父母，也都有一个共同的责任——教育孩子成人、成才。

葛红明◎编著

ZAIMANG YEYAO  
ZUOGE HAO MAMA

中国商业出版社

图书在版编目 ( CIP ) 数据

再忙也要做个好妈妈 / 葛红明编著. —北京: 中国商业出版社, 2011.12

ISBN 978-7-5044-7505-3

I. ①再… II. ①葛… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 ( 2011 ) 第238951号

责任编辑: 武文胜

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-book.com

( 100053 北京广安门内报国寺1号 )

新华书店总店北京发行所经销

三河市灵山装订厂印刷

\* \* \* \* \*

787 × 1092 毫米 16 开 18.3 印张 240 千字

2013 年 4 月第 1 版 2013 年 4 月第 1 次印刷

定价: 32.80 元

\* \* \* \* \*

( 如有印装质量问题可更换 )

# 前言

## 让船儿在家的港湾扬帆起航

陷入爱河的青年男女不可能永远只有两个人在一起徜徉，他们早晚有一天必然要进入家庭的港湾，用满含着爱的责任和义务承载起抚育新生命的重担。这一个个崭新的生命就如同一只只船儿，他们不可能一辈子停泊在父母的港湾享受平静，作为父母，由于新陈代谢的必然，也不可能守候孩子一生，永远让他们免受风吹雨打的摧残。

孩子，作为父母生命的延续、未来的希望、理想的寄托，来到这个世界上，从头到脚每个毛孔都浸满了父母的挚诚情感和关爱。虽然每个孩子的成长由于先天遗传、社会环境、后天教育的不同而千差万别，但是所有父母的良苦用心却没有任何差异。望子成龙、盼女成凤成为每个家庭、所有父母生命的重要组成部分。

俗话说：十年树木，百年树人。哪个父母都希望自己的孩子有出息，有能力。但是，对于许多初为人父人母的人来说：摆在面前的又是一个现实的难题。家庭是孩子的第一所学校，父母自然成了孩子的第一任教师，而且是常任教师，甚至是终生的教师，因为教育下一代是父母神圣的天职。家庭教育寓于日常生活中。家长毫无掩饰的言谈举止时时刻刻被孩子模仿，这种模仿对孩子的品格影响是潜移默化的，是在漫长的时间里不知不觉地完成的。



## 再忙也要做个好妈妈

Zai Mang Ye Yao Zuo Ge Hao Ma Ma

家长好的教育导向，往往能够造就一个孩子美好的未来。

家庭是社会的细胞，孩子接受教育和影响是从家庭开始的。每个孩子都生活在不同的家庭环境中，他们的生活习惯都打上了不同的家庭烙印。家庭教育对孩子的成长起着先导和基础作用。家庭是人类成长的“摇篮”，一个人自出生到走向社会约有三分之一的时间，是在家庭中度过的。家庭的风气、习惯、道德等方面对其子女的影响，比其他社会群体对其成员的影响都早得多，深刻得多。耳濡目染，潜移默化，每个人都不可能不受到家庭影响的。

马克思曾经说过：“家庭的行业，是教育子女。”古人也曾说过：“养不教，父之过”。这就是说，父母对子女的成长，负有直接的重大责任。家长是最了解孩子的。俗语说得好：“知子莫若父，知女莫若母”；父母对孩子的身心特点和个性差异了如指掌，是当之无愧的因材施教的天然教师。

身为父母，你是否曾为孩子有各种毛病又屡教不改头疼？是否曾为孩子言而无信而失望？是否曾为孩子技不如人而不安？是否曾为孩子不听话而大动干戈？

家长们发现：自从有了孩子便有了操不完的心，孩子们有足够的力量将家长们的努力和辛苦顷刻间“葬送”得一干二净。

“瞧这孩子，刚洗干净的衣服，又弄这么脏！”

“新买的书包，没用几天竟然有了个大口子！”

“昨天刚说好早点起床，今天又睡懒觉！”

“写作业总是马虎了事，说了多少遍了‘写完反复检查’就是做不到！”

在教育孩子的过程中，我们经历了数不清的挫败，很难有成就感。我们灰心丧气，忍不住想：“真不知道这孩子怎么了！处处叫人操心！”“别人的孩子怎么就没这么多事？”……想着想着，我们不禁伤心起来，为自己



付出那么多却没有什么收效而伤心、失望。

我们越想弄清孩子到底怎么了，就越是糊涂；越想使出浑身解数教育孩子，越觉得自己无能为力，仿佛孩子是个小怪物，根本无法应付。

时代在不断发展，社会对人的要求越来越高，对为人父母的要求也在不断提高。想要将我们的孩子培养成新时代所需人才，父母必须更新观念，改变心态，不断学习。

我们必须以科学的态度对待孩子，用先进的教育方法培养孩子，只有这样才能成为新时代合格的父母！

家庭教育对孩子的健康成长至关重要，既为孩子的一生打基础，又深刻影响孩子的整个人生。

不论我们是谁，不论我们从事什么职业，地位怎样，成就如何，收入多少，不论我们生在何处，长在何方，我们每个人都是他人的子女，也都会成为他人的父母。天下所有有孩子的人都有一个共同的称号——父母，也都有一个共同的责任——教育孩子成人、成才。

“孩子的心灵是一块神奇的土地，播上思想的种子，就会获得行为；播上行为的种子，就会获得习惯；播上习惯的种子，就会获得品德；播上品德的种子，就会获得命运。”

美国最有名的年轻教育家卡尔·威特说过：“不要强调服从，因为那样只会造成反抗；不要打算做警察，而要学会做教练”。

自从中国新一代“小皇帝”的诞生，中国的家庭教育就面临新的挑战。其实，再追溯到上一代，中国的家庭启蒙教育也是失败的。我们说“垮掉的一代”，不仅指过去，也指现在，如果不再采取切实可行的措施，也将在未来出现。出现如此的局面，是因为我们老一辈家庭教育流于形式化、政治化、概念化，新一代则根本没有树立家教的正确观念。中国号称礼仪之邦，



## 再忙也要做个好妈妈

Zai Mang Ye Yao Zuo Ge Hao Ma Ma

中华民族的优良美德应当代代相传。在世纪之交，我们需要复兴中国文化，用民族精神去培养孩子健康的心理与优美的人格。让我们的孩子从小接受民族文化的熏陶，这是提高民族自信心的必要条件，也是使炎黄子孙立于世界民族之林的必要条件。

既然无法用一生一世去守候呵护，我们就应该在家的港湾中给孩子打造一对臂膀和一片风帆，让他们扬帆起航，去经历风雨，去劈波斩浪，去拼搏出属于自己的海阔天空！



# 目 录

## CONTENTS

### 一、德行篇

一个人的幸福、成功是要以道德、品行作为根基的。在人的一生中，教育作用的真实有效性往往体现在人的行为结果上。有效果往往比有道理更重要，教育的根本是植根于人的精神领域，外显在人的行为举止上。家长要通过自己的言传身教来引导和教育孩子，让孩子从小养成尊老爱幼、有同情心和博爱之心等良好的行为习惯和道德品质，使孩子长大后能够成为在家孝敬父母老人、在社会上有所作为，对社会有贡献的德才兼备的人才。

- |                        |     |
|------------------------|-----|
| 01. 出海——引导孩子把握航向 ····· | 003 |
| 02. 谎言——明辨之中融入智慧 ····· | 006 |
| 03. 表率——身教比言教更重要 ····· | 009 |
| 04. 宽容——给孩子改过的机会 ····· | 012 |
| 05. 好人——培植孩子向善的根 ····· | 015 |
| 06. 低调——培养孩子做人谦虚 ····· | 018 |
| 07. 三省——教导孩子经常反思 ····· | 020 |
| 08. 美育——培养提高审美情趣 ····· | 023 |





## 再忙也要做个好妈妈

Zai Mang Ye Yao Zuo Ge Hao Ma Ma

09. 法律——主动根植法制观念	026
10. 十全——莫对孩子苛求完美	028
11. 德才——正确认清德才关系	030
12. 分享——让独生子女不再独	033
13. 原则——教育孩子不能随意	035
14. 恶习——告诫孩子不可沾染	038
15. 家规——只惩戒违规者	041
16. 差异——父母教育因人而异	044
17. 知足——不要纵容攀比心理	047
18. 反哺——必须播种感恩种子	050
19. 逆境——培养孩子坚韧的意志	052
20. 诚信——传统美德的重要性	056
21. 欲望——从小培养自制能力	059
22. 照亮——孩子肯为别人着想	062
23. 灰尘——把心灵之窗擦干净	065
24. 礼貌——莫以不拘小节为乐	068
25. 判断——明辨是非善恶能力	071

## 二、学习篇

想要学习好，就要让学习者爱学习和会学习。孩子对学习有积极的情绪，在学习过程中讲究有效的方法，这是每个家长都希望的结果。那么究竟该如何实现这样的目标？解决的策略就是要找对学习兴趣和学习方法。提高了学习兴趣，而一旦帮助孩子恢复主动学习的能力，使他们体味到学习内容的价值，学习对于他们来说将不再成为“负担”。在这



一过程中同样还会有困难和艰辛，但更多的是获得知识，开启心智的欣慰与惊喜！

01. 游戏——保证孩子娱乐的时间	077
02. 伯乐——睁大眼睛发现潜能	080
03. 分数——莫作唯一衡量标准	083
04. 差生——善于挖掘闪光之处	086
05. 平和——尽量不做横向比较	088
06. 绝境——总有窗户为他打开	091
07. 学海——树立终身学习观念	093
08. 灯塔——不断强化人生理想	096
09. 木偶——别把孩子当作机器	098
10. 压力——教导孩子学会如何转化	101
11. 工具——父母实现未混理想的工具	104
12. 家长——应该注重自我学习	106
13. 师表——莫要议论老师不足	109
14. 问题——鼓励提问，走向成功	112
15. 目的——明确孩子为己学习	115
16. 鼓励——不要总是强调物质	117
17. 表现——平常心看孩子的优秀	121
18. 成龙——莫对孩子期望过高	123
19. 希望——只有家长不能失望	126
20. 知道——不要强不知以为知	129
21. 求助——主动与老师保持联系	132
22. 能力——考大学非惟一出路	135



23. 快乐——培养孩子的创造力	137
24. 规律——孩子不能揠苗助长	140
25. 兴趣——有效激发形成动力	143

### 三、生活篇

不以规矩，不能方圆。在社会生活中，每一个人来到世界上都不是孤立存在的，都要跟别人打交道。为了保证人们井然有序地生活、工作、学习，形成了许多社会行为规范或约定俗成的规则。法律、纪律、日常活动中定的规矩都是这样的规则。生活中处处有规则，个人的任何行为都必须遵守相应的规则，受一定的约束，否则社会就不能正常运行，这是孩子从小就要懂的道理。儿童时期是培养孩子行为规范的重要阶段，孩子养成守规矩的好习惯是遵纪守法的基础，也是步入社会建立良好人际关系的开端。

01. 拒绝——学会面对孩子说不	149
02. 挫折——创造情境充分体会	151
03. 点滴——关注成长中的细节	154
04. 空间——必须尊重孩子隐私	156
05. 听话——不要强迫盲目服从	159
06. 衣食——教育孩子勤俭节约	162
07. 说话——养成三思后言的习惯	164
08. 惜时——强化时间就是生命	166
09. 科学——性健康教育不能缺失	169
10. 团结——教育孩子学会合作	172
11. 体质——必须保证锻炼时间	174



12. 花钱——学会合理支配钱财	176
13. 自立——力所能及须自己做	179
14. 溺爱——莫视孩子为心肝宝贝	181
15. 健康——心理和生理都重要	184
16. 价值——明确人生的意义	187
17. 天性——守护好孩子的好奇心	190
18. 社会——适度理清人际关系	192
19. 减负——还给孩子快乐童年	195
20. 真味——体会人生，淡化物欲	197
21. 选择——引导孩子学会甄别、放弃	199
22. 朋友——不断积累交往经验	202
23. 安全——只有活着才有希望	205
24. 距离——远离各种不良嗜好	208
25. 养成——创造条件长期积累	210

#### 四、策略篇

在家庭教育中，有一个问题特别使家长们困惑，就是感到对待孩子的办法、招数太少。作为家长要明白：在孩子的教育上，有时候批评是空洞的，说教是苍白的，只有优异的成绩也是不够的。家庭教育，其实是一个与孩子心理沟通的过程，是一场心理战。所以，家庭教育是要讲究策略的。为此，家长要研究孩子的个性心理特征，制定自己的策略。要取得家庭教育的成功，必须了解和掌握家庭教育的特点，采取适用家庭教育的方式方法，进行有针对性的教育。

01. 桥梁——要主动与孩子沟通	215
------------------	-----



## 再忙也要做个好妈妈

Zai Mang Ye Yao Zuo Ge Hao Ma Ma

02. 平台——建立平等的朋友关系 ····· 218
03. 辩解——要给孩子申辩机会 ····· 221
04. 鼓掌——平时经常欣赏孩子 ····· 224
05. 灵活——必要时可说点谎话 ····· 226
06. 倾诉——给予必要理解开导 ····· 229
07. 改变——教子切忌威胁收买 ····· 232
08. 信任——注入人生前进动力 ····· 235
09. 财富——再富不要富孩子 ····· 238
10. 包办——关爱不能面面俱到 ····· 241
11. 实践——实际经历亲身感受 ····· 244
12. 机会——牢牢抓住教育时机 ····· 247
13. 嘲讽——父母切不可有的态度 ····· 250
14. 圈养——让孩子回归自然 ····· 252
15. 粗暴——孩子不敢敞开心扉 ····· 255
16. 勇气——敢于承认自己的错误 ····· 257
17. 面子——批评孩子注意场合与时机 ····· 260
18. 缺点——别人指出不要护短 ····· 262
19. 机遇——引导孩子如何把握 ····· 265
20. 自由——还孩子自己的时空 ····· 267
21. 奖惩——教育过程的必要手段 ····· 270
22. 矛盾——教育孩子要口径一致 ····· 273
23. 角色——请孩子作自己的老师 ····· 275
24. 评价——适时作出客观评价 ····· 278
25. 诺言——父母首先说话算数 ····· 280



# 一 德行篇

一个人的幸福、成功是要以道德、品行作为根基的。在人的一生中，教育作用的真实有效性往往体现在人的行为结果上。有效果往往比有道理更重要，教育的根本是植根于人的精神领域，外显在人的行为举止上。家长要通过自己的言传身教来引导和教育孩子，让孩子从小养成尊老爱幼、有同情心和博爱之心等良好的行为习惯和道德品质，使孩子长大后能够成为在家孝敬父母老人、在社会上有所作为，对社会有贡献的德才兼备的人才。





## 01. 出海——引导孩子把握航向

“引导”这个合成词，内涵十分丰富。其中“引”字，《说文解字》译为“拉开弓”。《辞海》中列出 20 条含义，主要有：开弓、牵挽、导引、拉车的绳子等。“导”字，《说文解字》注为“导引也”，《辞海》列出 5 条含义，即：引导、疏通、传导、开导和选择。对“引导”一词的解释是：“带领；向导”等。

父母之道用“引导”一词，来表述为人父母者在教孩子学会生存和发展本领的过程中所要做的工作，意在明确外因和内因的关系，使为人父母者选择好角度，把握好尺度，既努力把自己该做的事情做好，又不包办代替，束缚和干扰孩子的发展与进步。好的父母，应当对孩子放得开，抓得住，看得清，引导得当。

引导的内容，应该包括两项基本责任中“教”的全部内容，和“养”的过程中所要“教”的内容。对此，父母之道将其归纳为五个方面，即：引导孩子学会做人、引导孩子学会生存、引导孩子学会健体、引导孩子学会健心、引导孩子学会学习。

南京某小学有一位二年级学生在课堂上回答问题牛头不对马嘴，遭同学嘲笑。他哭丧着脸告知其父亲后，这位父亲到学校恼羞成怒地吼道：“谁笑你，你就打谁！打成重伤，老子付医药费！”一叠人民币重重地砸在教室里。





## 再忙也要做个好妈妈

Zai Mang Ye Yao Zuo Ge Hao Ma Ma

家教之道贯之以德，这位家长是要孩子向哪个方向去发展呢？

家庭教育的任务很多，但首要的就是做人教育。家庭教育要把做人教育作为根本，采取得当措施是关键。要让孩子明确做人的观念，启迪孩子自我教育的意识，创设情境促发人生体验，顺应时代发展潮流教育孩子，家长应成为孩子做人的楷模。

从孩子人生发展的方向来看，存在着多种可能性。孩子对人生的追求和体验，是他们生活与活动的力量源泉。只有做人教育抓好了，他们的各方面发展才能获得最基本的保障。否则，再聪明的孩子也难以走向成功，相反，如果发展方向上出了问题，可能越聪明的孩子越危险。

人格是先天自然素质和后天的社会环境相互作用、相互选择、相互渗透的产物。在人的整个一生中，少年儿童阶段是人格发展的聚变期，这个时段的孩子无论是模仿能力、认同能力，还是内化能力都特别强，是人格培养的关键时期。家长要用科学的教育观念，对孩子进行正确合理的引导，教会孩子学会宽容、真诚待人，做一个豁达、开朗的人；教会孩子自我保护和正当防卫；面对复杂的社会，教会孩子正确的交往策略；面对激烈的竞争，教会孩子用知识和能力竞争获胜，而不用暴力或非法的手段竞争等，让孩子在正确的引导下形成健全的人格。

一次，小女儿对妈妈说：“我要吃饼干！”妈妈本来听见了，但却故意不理。女儿叫了几声，见妈妈不理，就跑过来说：“妈妈，你有没有听见我要吃饼干哪？”妈妈说：“我听见了，可我不知道你在叫谁呀，你又没有叫‘妈妈’。”女儿笑着说：“妈妈我要吃饼干。”“说得还不对。”“怎么又不对了？”你要说：“妈妈，我想吃饼干，请您帮我拿，好吗？”女儿重复了一遍这句话后，她才去拿饼干。等女儿吃完饼干，转身去玩时，却被她一把拉住说：“还没完呢！”女儿瞪着大眼说：“完了，吃完了！”她说：