

FUMU SHI HAIZI
ZUIHAODE WANJU

父母是孩子 最好的玩具

高山 ● 编著



深度了解孩子内心世界的必读书

帮助父母详细解读孩子的成长期

孩子的成长不能重来，正确的教育不能缺位。

改变教养方式，“熊孩子”变乖宝宝。

圖書(第3)分類號: B712.5

書名: 父母是孩子最好的玩具

著者: 高山

ISBN 7-5313-3727-7

PARENTS ARE THE BEST TOYS FOR CHILDREN

父母是孩子最好的玩具

高山 编著

ISBN 7-5313-3727-7

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社

吉林文史出版社



吉林文史出版社
JILINWENSHICHUBANSHE

图书在版编目(CIP)数据

父母是孩子最好的玩具 / 高山编著. -- 长春: 吉林文史出版社, 2019.6

ISBN 978-7-5472-6131-6

I. ①父… II. ①高… III. ①儿童教育—家庭教育
IV. ①G782

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第078527号

书 名 FUMU SHI HAIZI ZUIHAODE WANJU
父母是孩子最好的玩具

编 著 高 山

责任编辑 高冰若

封面设计 尚世视觉

出版发行 吉林文史出版社

地 址 长春市福祉大路出版集团A座 邮编: 130117

网 址 www.jlws.com.cn

印 刷 北京德富泰印务有限公司

开 本 880mm × 1230mm 1/32

印 张 7.5

字 数 150千

版 次 2019年6月第1版 2019年6月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5472-6131-6

定 价 35.00元

PREFACE

前 言

世上唯有“父母”这个职业不需要考取上岗证书，然而养育孩子却是天下最难的事情，如果不学习，不知道做父母的会在孩子成长的过程中做出多少“错误”的事情。孩子是上天赐予父母的礼物，也是上天给父母的重大考验。在这个过程中，父母看到了孩子的成长，也见证了自己的第二次人生。

随着孩子的长大，你养育孩子的方法会积累得越来越多，你会看着孩子一天天健康成长。与此同时，你在心里不断地告诉自己：“必须马不停蹄地学习，才能跟得上孩子成长的步伐，才能少做不利于孩子成长的错事，才不会成为孩子成长过程中的‘天花板’。”

教育孩子本就是一件困难的事情，在这个过程中，父母必须不断学习。教养孩子，需要父母深度陪伴。深度陪伴更多的要求是来自内心的陪伴，花费时间不过是为了让你的陪伴更有意义，但最重要的以及能够打开孩子心门的，是你花费了多少心思。父母有时候会发现，自己明明陪着孩子玩耍，但孩子似乎并不愿意，不是因为父母

不够好，而是因为父母忽略了孩子的内心世界。所以要学会走进孩子的内心世界，和他们交朋友，和他们成为同龄人，这样你就能站在他们的角度去看问题，从而懂得理解。

很多家庭都很注重家教，这是没错的。父母作为孩子的第一任老师，对孩子的成长有着至关重要的影响，好的家教可以在孩子的身上看出来。家教是家庭教育，是需要父母参与的一场对孩子成长十分重要的教育。在家庭中，父母对教育孩子一定会有自己的心得。先不管过程和方法如何，但是父母的目的是是一样的，都是为了让孩子们拥有更为美好的人生，也想让孩子们成为更为优秀的人。父母认为自己的方法是有效的，但是只有等到孩子长大之后，你才能在孩子的身上看到成效。那一刻你也许会发现，曾经以为正确的方式也许有着很多问题。但是时间不能倒流，孩子不能重新成长，所以父母要做的是尽量减少犯错。

教育孩子是父母必经的人生历程，也是孩子的成长历程，孩子在这个过程中长大，父母也在这个过程中不断成长。教育好孩子，绝对不是靠粗暴的行为，不是靠吼叫，这些强硬的手段也许能够暂时看见效果，但是对孩子的长远成长是不利的。等到孩子长大，他们甚至不会感激你，对你只有批判。孩子是父母带来世界上的，但是他们是独立的个体，父母可以帮助他们走一段路，可是未来的路还是要靠他们自己走下去。父母要学会管教孩子，而不是打骂孩子。

直到今天，很多父母依旧觉得孩子是自己的，所以一定要听从自己的话。这种模式教育出来的孩子，他们的身上会有很强的自卑感，因为他们的意见得不到尊重，他们的想法不被理解。他们身上缺乏自立、自信等宝贵品质。好的教育一定是在平等沟通的基础上进

行的，父母要学会尊重孩子的想法，感受孩子的心情。父母要把自己放在孩子的角度上来说话，这样才能做到真正的沟通。要知道，沟通才是教育孩子的正确途径，只有有效的沟通才能教育出好孩子。

爱孩子，不能打骂，要学会沟通，但是也要让孩子懂得规则。父母要学会的是教育孩子，而不是一味地宠爱孩子。现实和社会都是要孩子自己摸索的，在这个过程中，父母一定要让孩子学会遵守社会法则。无规矩不成方圆，家里要有规矩，孩子需要遵守，这样才能让孩子更健康地成长。遵守规则，孩子才能有序成长，不会陷入深渊。爱和规则同行，才能让孩子成为一个受欢迎的、优秀的人。

陪伴孩子成长的道路是漫长的，但也是短暂的，因为父母能够陪着孩子成长的时间是有限的。孩子会长大，他们会见识到更为广阔的世界，他们要独立成人，他们会读书、工作、成家、立业……抓住孩子成长的关键期，给孩子最合适的教育，是所有父母的必修课。但是孩子各有不同，家庭情况各有千秋，很多父母在这方面都感到十分头疼。本书收集了大量真实的教育案例，结合通俗易懂的理论知识，旨在帮助父母了解教育孩子的准则和规律。翻开本书，相信各位父母都会受益匪浅。

CONTENTS

目 录

第一章

教养孩子，父母要做到深度陪伴 // 1

深度陪伴，能治愈一切的亲子问题 // 3

父母再忙，也要抽出时间陪孩子 // 6

陪伴的安全感，其实是在相互给予 // 10

用心去经营亲情 // 14

无论去哪里谋生，都一定要带着孩子 // 17

家就是“我们始终在一起” // 21

第二章

读懂孩子，打开孩子内心世界的大门 // 25

读懂孩子的心，让管教更有效 // 27

男孩女孩的世界，需要正确的打开 // 31

不要忽视孩子的情绪 // 35

尊重，让孩子的内心更加强大 // 39

越是禁止，孩子越要去做 // 43

孩子越是失望，自控越是差劲 // 47

孩子磨蹭，因为你一直催催催 // 50

有安全感的孩子，一生都有幸福感 // 54

第三章

最好的家教，是把家庭变成一所“游乐场” // 59

为人父母，本就是一场有趣的玩耍 // 61

自由发展的孩子才能更“自觉” // 64

用心呵护孩子的提问能力 // 67

懂玩耍的孩子才是真学霸 // 70

学习是对这世界感兴趣 // 73

千万不要小看了动画片 // 77

陪伴孩子进行有趣的晚上生活 // 80

阅读本该随意 // 84

第四章

拒绝粗暴，“狼爸虎妈”不等于好父母 // 89

教育孩子只能说服，不能“压服” // 91

总吼孩子是一种病，得治 // 95

讽刺挖苦要比打骂后果更严重 // 99

“爆炸”边缘，不如转移视线 // 102

不用命令孩子 // 105

孩子不需要成为你心中的样子 // 108

“我是你爸妈”，并不是圣旨 // 112

第五章

沟通有道，站在孩子的角度来说话 // 115

每个孩子都需要“非暴力沟通” // 117

批评之前，提醒自己冲动是魔鬼 // 121

就事论事，千万不能借题发挥 // 124

不明说，巧暗示 // 127

告诉孩子可以有情绪低落的时候 // 131

大人说话，孩子也有权利发表意见 // 134

第六章

巧花心思，利用一切时间提升幸福感 // 139

珍惜早晨的“黄金半小时” // 141

下班之后“水晶一小时”的利用 // 144

晚饭后的“钻石两小时” // 148

重视碎片的“珍珠时间” // 151

周末节假日的深度陪伴 // 154

让孩子慢慢成长 // 158

放低期望，降低要求 // 161

给足空间，让孩子自由独立地成长 // 165

第七章

爱与规矩，让孩子成为受欢迎的人 // 169

要学会教育你的孩子 // 171

孩子太懂事，并非是好事 // 175

不要让孩子成为讨厌鬼 // 179

爱没有规矩，就会变成一把伤人的刀 // 182

讲道理，不如论实际 // 186

爱发脾气孩子，从父母身上找原因 // 189

孩子不合作，要努力去搞定 // 192

第八章

一起成长，孩子的成长即父母的修行 // 195

陪孩子成长，进入第二次人生 // 197

父母优秀，孩子自会精彩 // 200

父母的眼光与勇气影响孩子的一生 // 204

母亲的素养，影响孩子一生的成长 // 208

做父母的黄金期，只有10年 // 211

伤害孩子的面子，其实是在伤害孩子 // 214

一个叫作父亲的“奢侈品” // 217


真正的教育就是“拼爹拼妈” // 220

PARENTS ARE THE BEST TOYS FOR CHILDREN

第一章



教养孩子，父母要做到
深度陪伴

A silhouette of a person standing on a dark, triangular peak, with arms raised in a gesture of triumph or joy. The background is a light, textured surface with faint, abstract lines.

教育孩子需要深度陪伴，深度陪伴更多要求的是内心的陪伴，而不仅仅是和孩子待在一个空间里，只有真正的交心才是亲子之间的陪伴。父母有时候会发现，自己明明陪着孩子玩耍，但孩子似乎并不愿意，这不是因为孩子不喜欢父母、排斥父母，而是因为父母忽略了一件最为重要的事情，那就是孩子的内心世界。

深度陪伴，能治愈一切的亲子问题

深度陪伴是父母对孩子的时间花费和精力花费，是父母在日常生活中所付出的心血。深度陪伴在今天看来能够很好地解决亲子问题，因为在这样的陪伴中，父母和孩子之间的问题都可以显露出来，父母可以学会改变自己的态度，孩子也可以在陪伴期间学会成长。

父母和孩子的交流，能够让孩子更加健康地成长，也能让孩子在生活中变得更加积极向上。因为在父母和孩子的共同活动中，孩子能更多地从父母身上看到优点，在孩子的世界中，父母就是自己的榜样，而这份榜样的力量在生活中尤为明显。我们会发现，学校中那些各方面都很优秀或者均衡发展的孩子，他们的家庭大多都是幸福的。他们的父母也许赚得不多，但从来不会缺席孩子的成长阶段，他们会鼓励孩子接触新事物，帮助孩子克服困难，并且经常和孩子交流心得。

悠悠上幼儿园的时候，妈妈有一次去参加她的家长会，在和老师单独交流的环节，老师对悠悠妈妈说：“悠悠有点胆小，上课发言也不主动，不容易融入集体中。”然后老师略带审视地看着悠悠妈妈说：“是不是您的工作太忙了，没有很多时间陪她？”老师说前面那些话时，悠悠妈妈还有点习惯性地在老师面前附和，不断地给老师赔笑，然后请求老师多多照顾悠悠。等到老师说出后面那些话时，悠悠妈妈就没法认同了。由于悠悠妈妈的工作时间比较自由，加上本来性格就比较宅，社交活动极少，所以反驳道：“除了全职妈妈，

我算得上是陪娃比较多的那一类了。”

老师似乎看出了什么，她温和地笑了一下，说：“陪伴是个复杂的概念，并不是您在她身边就是陪伴，更重要的是，您要懂得她在想什么，需要什么，参与到她的成长中去，才是有效陪伴。”老师这么一说，悠悠妈妈就想起了自己和孩子相处的时光：许多个夜晚，悠悠在自己身边翻滚，或是看电视，或是玩游戏，妈妈则永远将手机握在手里，刷微博、刷朋友圈。有些时候最多和悠悠说一句：“你最好看看书，别看那么多电视哦！”用老师刚才说的标准来看，真的不算是有效陪伴。

这样的事情在生活中很常见，许多父母认为自己和孩子相处的时间很长，甚至有的妈妈是全职妈妈，一天到晚就是在家里照顾家庭和孩子，但是这样的陪伴真的是深度陪伴吗？深度陪伴需要的不仅仅是时间，更多需要的是沟通，这种沟通不是孩子写作业时你的指责，不是孩子顽皮时你跟在他后面不断唠叨，不是孩子无聊的时候你随口一句“去找同学玩”，而是你要花心思和孩子相处，和孩子多进行一些“走心”的对话。

孩子会闹情绪，很多时候是可以预见的。当孩子闹情绪的时候，考验的是父母的处理方式。处理好了，孩子会更加亲近父母，处理不好，他们心中就会和父母产生隔阂。

有一次，张阿姨带着自己上幼儿园的女儿妞妞来同事王阿姨家里做客，王阿姨家里有一个和妞妞年龄差不多大的男孩，名叫建强。因为是同龄人，所以两个小朋友玩得还算开心，两个妈妈则在客厅里讨论着孩子的问题，有说有笑。等到张阿姨要走的时候，建强和妞妞那边突然闹了起来。原来，妞妞想要建强的一个恐龙玩偶，但

是建强死活不撒手。建强抬起头，看着妈妈，眼睛里噙着泪水。王阿姨知道这个玩偶对孩子很重要，因为孩子每天晚上都要抱着这个玩偶睡觉，即便回奶奶家，也要抱着回去。于是王阿姨蹲下来，对妞妞说：“这个玩偶对建强来说很重要，明天阿姨送你一个新的好不好？”可是王阿姨的话刚说完，张阿姨就上前大力地把妞妞的手掰开，拉着孩子走了。

王阿姨有些无奈，但还是先安抚了一下建强。建强说：“我不是小气，可是这个娃娃对我真的很重要。”王阿姨笑着对建强说：“妈妈知道建强的意思，妈妈会保护建强每一个重要的东西。”建强笑着抱住了妈妈。后来，王阿姨向张阿姨要地址，准备送一只玩偶过去，结果发现自己的微信被对方拉黑了，虽然有些生气，但是她不后悔。

案例中王阿姨对建强的维护，更多的是对孩子的理解，不想因为其他人让孩子和自己产生隔阂。由此可见，王阿姨平时一定重视对孩子的深度陪伴，否则她就可能无法理解建强“小气”的行为。真正的陪伴是需要一点儿代入感的，设身处地地把自己当成一个和孩子同龄甚至更小的孩子，感受孩子的喜怒哀乐。有些时候还需要动用一点儿记忆力，回想当初自己那些不能言说的想法。除此之外更需要的还有耐心，耐心地等待孩子讲述，从容地走进孩子的内心，不急不躁。

父母都不想让自己孩子的人生有所遗憾，所以在孩子成长过程中一定要深度陪伴。通过自己的方式和孩子交朋友，让自己变成孩子的同龄人、朋友和同盟，成为他翻越人生路途上各种高山大河的伙伴。父母不妨把自己再次当成一个孩子，把自己“变小”的陪伴，才是诚恳和有效的陪伴。

父母再忙，也要抽出时间陪孩子

现代社会，陪伴已经成为一个难题。因为父母的工作基本都很忙，很少能抽出大量的时间来陪伴孩子。在缺少陪伴的日子里，孩子一样在迅速成长，等孩子长大了，你开始觉得孩子和你的话变少了，你甚至很少能够见到孩子了，这个时候你才发现原来自己已经和孩子有这么多的隔阂了。

调查显示，50%的爸爸每周陪孩子平均不足5小时，每天跟孩子有效的沟通时间不超过6分钟。研究表明：在学龄前、童年期、青春期等孩子成长的不同阶段，需要不同的沟通与陪伴，父亲母亲都不能缺位，否则将不利于其人格的形成与完善。“我很忙”这三个字经常出现在一些父母的口中，每当孩子说：“陪我玩儿一会儿好吗？”父母总是回答：“我哪有工夫陪你玩儿。”由于工作压力大或者生活观念不同，一些父母将抚养、陪伴孩子的责任移交给爷爷奶奶等第三方。还常有父母说：“我不懂怎么教孩子。”于是把孩子送到社会办学机构，以为“投钱”就可以弥补自己的缺位。当然还有一些父母有时间陪孩子，但他们的陪伴只是“陪”在孩子身边，并没有用心去关注和参与孩子的活动。事实上，亲子陪伴的价值远远超过任何教育培训。对待孩子，仅有物质关怀是不够的，父母再忙，也应该抽出时间和孩子交流，理解孩子、关心孩子。

社会压力大，每个家庭成员都在为了未来奋斗，但并不是所有父母都忙得脚不沾地。很多时候你认为你在忙，实际上不过是懒得

抽出时间陪伴孩子。你认为陪伴孩子是一种负担，你开始想要把陪伴孩子的“任务”交给另一半或者学校。没有父母是一天二十四小时都在工作的，你下班回家后，大多数时间都在玩手机，或者做些别的什么自己感兴趣的事情。这些时间，你也称之为“忙”。

陪伴孩子的关键词包括互动、尊重、对话和理解。亲子陪伴是世界上最重要的事，而大多数父母却说没时间。《穷爸爸富爸爸》一书里有这样一句话：“所谓成功，就是有时间照顾自己的孩子。”

第一次当选总统时，奥巴马说竞选中有的一件事让他很自豪，在长达 21 个月的选战中，他没有错过一次孩子的家长会。他的夫人米歇尔在一次演讲中谈到她做总统的丈夫，说他至今仍然每晚和女儿一起吃晚餐，并耐心地解答她们的问题，为她们在学校交朋友的事出谋划策。

在一次与哈佛大学心理学系教授吉尔伯特聊天时，杨澜问他手里需要处理的事情太多，经常分不清主次该怎么办？吉尔伯特回答道：“十年以后，你不会因为今天少做一个项目而感到遗憾，但你却会因为没能多陪伴孩子一小时而感到后悔。”

对比这些大人物，普通的父母似乎没有借口说自己很忙、责任很大、没有时间陪伴孩子。因为总有人比你忙，但是他们也会抽出时间来陪伴孩子。陪伴孩子是一件大事，因为你的工作可以再来一次，但是你没有任何机会去选择时间，一旦你错过了陪伴孩子的时机，就再也没有机会去做这件事了。即便你抽出时间来陪孩子，也不一定是真正的陪伴，你在孩子身上花费的时间是和你所用的心思成正比的。许多父母觉得我花费了很多的时间来陪伴孩子，但是孩子依旧不想和我沟通，其实这只是你的自以为是。你花费的时间和