博雅广华

杨雪扬 著



陪孩子走过幼儿园三年

构筑最坚实的安全感

吃饭、穿衣、如厕
独立生活的每一件小事，都那么艰难

交往、表达、相处
走进人群的每一个瞬间，都那么烦恼

和孩子一起面对天大的小事

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

陪孩子走过幼儿园三年

构筑最坚实的安全感

杨雪扬 著

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

图书在版编目（CIP）数据

陪孩子走过幼儿园三年 / 杨雪扬著. —北京：北京联合出版公司，2015.1

ISBN 978-7-5502-4278-4

Ⅰ. ①陪… Ⅱ. ①杨… Ⅲ. ①学前儿童—家庭教育 Ⅳ. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第290779号

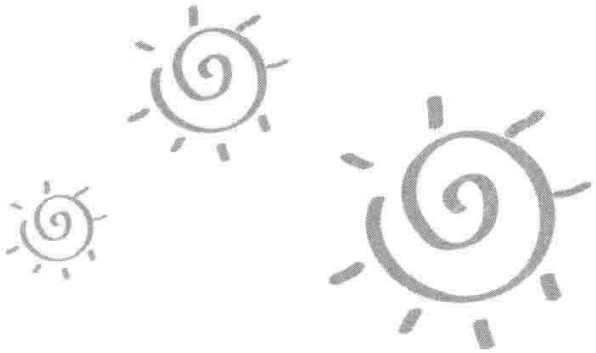
陪孩子走过幼儿园三年
作　　者：杨雪扬
选题策划：北京博雅广华文化传媒有限公司
责任编辑：管　文
特约编辑：梅秋慧
封面设计：郝薇薇

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）
北京嘉业印刷厂印刷　　新华书店经销
字数167千字　　787毫米×1092毫米　　1/16　　14印张
2015年1月第1版　　2015年1月第1次印刷
ISBN 978-7-5502-4278-4
定价：32.00元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容

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：010－82894445



前言

由于工作的原因，我经常有机会和家长就幼儿教育的相关问题深入交流和沟通，我了解家长们所关心的、所焦虑的、所希望的……

每一次沟通之后，绝大部分家长都会放下来时的担心和紧张，换一份释然离开，我呢，也有一点点小小的满足。这种情况很多年一直重复着。

忽然有一天，记忆中是2011年，一位家长在和我沟通之后，非常认真地建议："杨老师，您有这么丰富的经验，为什么不写一本书呢？要知道能找您沟通的家长对于众多家长来讲毕竟是极少数！"当时我想都没想就摇头道："写书？我可不行。"

之后，这位热心的家长又与我交流过几次，甚至连书名都替我想好了："就叫《陪孩子走过幼儿园三年》吧，因为刘老师（刘称莲老师，我的朋友，也是我曾经所带孩子的家长）已经写过《陪孩子走过小学六年》《陪孩子走过初中三年》《陪孩子走过高中三年》，现在您何不将幼儿园这部分写了，让'陪孩子走过……'系列更加完整呢！"

尽管如此，我仍没有认真想过要写这本书，因为写书对我来说似





乎是一件遥远的事情。

直到有一天，年轻的爸爸妈妈找到我，咨询孩子入园以及成长中遇到的其他一些问题。虽然他们的孩子还有一年才到入园年龄，虽然爸爸经常看看远处以尽量显出男人的镇定，但我仍能够从他们的表情、语气，尤其是妈妈不时闪现的泪光中，感到他们的紧张和迷茫，特别是对一年后孩子入园的不安和焦虑。

那次谈话后，我忽然有一种冲动，也许我真的应该写一本书，也许这本书真的可以帮助到一些家长。又或许它可以让家长更好地了解孩子，了解幼儿园。如果这本书可以让更多的家长放松心情，享受陪伴孩子成长的快乐，如果它可以使社会与教师之间的信任度有那么一点点的增强，也算是我作为幼儿教育工作者为社会所尽的一份责任吧。

2013年的暑假和2014年的寒假，我开始付诸行动。现在想来，我庆幸自己最终做出这个决定。因为幼儿教育是我所钟爱的事业，在这片热土上，我辛勤耕耘了近30年。我爱孩子们，我爱我的事业，我应该为更多的孩子和家长再做一些事情。

我是幸运的，有数不清的孩子们陪伴，让我生活在纯真的世界中；我是幸运的，有众多家长的陪伴，让我感到自己存在的价值；我是幸运的，有爱我的家人、朋友和老师的陪伴，让我感到自己无比幸福！

感恩我爱的、爱我的以及帮助过我的所有人！

目　录



前言...V

第1章

选择幼儿园，适合孩子的才是合适的

家近是个宝...003

画中看理念...005

老师的笑容是最好的名片...009

实地考察最重要...011

第2章

了解幼儿园

幼儿园里学什么...019

晚一年入园又何妨...024

寻找教育的契机...026

一日生活皆教育...028

第3章
帮孩子做好充分的入园准备

培养孩子的生活自理能力...035
调整作息时间...039
教会孩子使用大众化的语言...042
给孩子哭泣的权利...044

第4章
帮助孩子减少分离焦虑

带着“宠物”来入园...051
家长离园也要讲技巧...054
家长和孩子都需要“断奶”...058
分阶段适应入园生活...062
离园后，家长与孩子谈话有讲究...065

第5章
亲子交流

保持家庭教育的一致性...071
让孩子爱上故事...074
让孩子在试误中学习...078

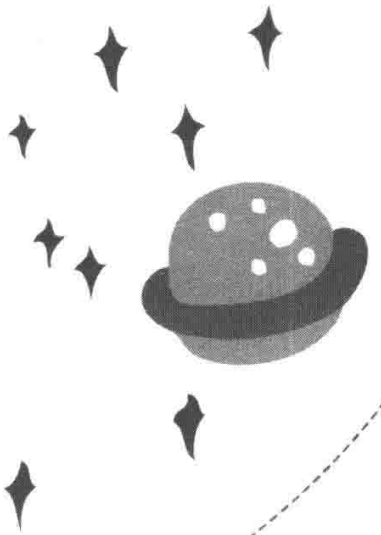
好习惯让孩子受益终生...084
了解孩子的想法最重要...092
引导孩子学会自我保护...095
令人纠结的兴趣班...101
让孩子从小输得起...107
让孩子拥有分配时间的权利...112
让孩子自己做事...117
我的妈妈去哪儿了...125
欣赏孩子...129
游戏的力量...132
做一个理智的家长...137

第6章 引导孩子学会与小朋友沟通

孩子打架之后...145
当孩子的身边有位“特殊”的朋友...148
老实的孩子不一定吃亏...153

第7章 家长与老师之间的智慧沟通

罚站...161
感谢家长的宽容和信任...163

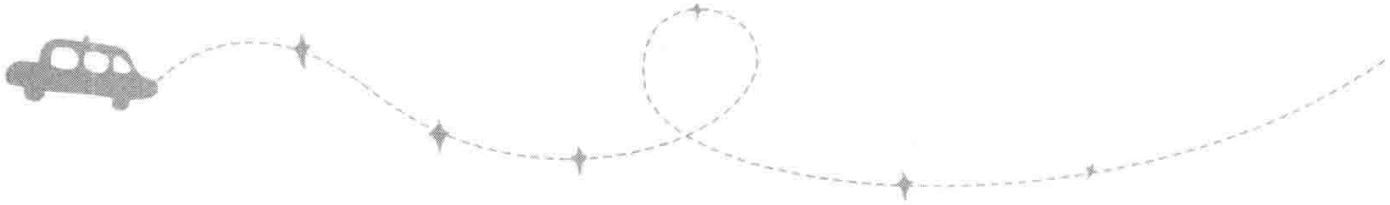


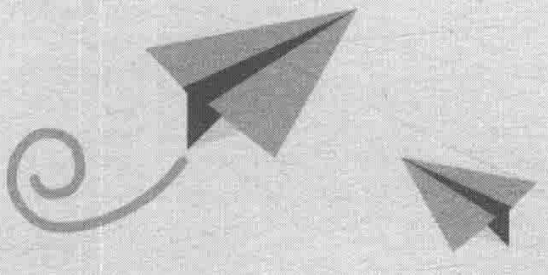
孩子受伤之后...167
孩子要升班了...171
家园合力力更大...175
信任是沟通的基础...181

第8章

幼小衔接

家有小孩初成长...187
生活中的数学...195
识字与阅读...199
做作文...206





第1章

选择幼儿园，适合孩子的才是合适的



陪孩子走过幼儿园三年

家近是个宝

“家近是个宝”，这句话在选择幼儿园时同样适用。

学龄前儿童身体发育较快，充足的睡眠是幼儿生长发育必不可少的重要条件。幼儿园离家较近，为幼儿享受充足的睡眠提供了保障。而婴幼儿时期也是人一生的基础阶段，健康的身体是幼儿今后成长发育、学习和参与社会建设的前提条件。

充足的睡眠对于婴幼儿大脑的发育具有重要意义。婴儿刚出生时，已经拥有与成人数量相差无几的脑细胞。之后，大脑体积与质量开始增长，形成神经连接的突触，逐步完成神经纤维髓鞘化的过程。其中 6 岁之前是大脑发育最迅速的阶段，被称作“黄金阶段”。脑细胞髓鞘化主要在睡眠中进行，这个过程需要蛋白质参与，高质量且长时间的睡眠可以促进脑蛋白质的合成，是婴幼儿大脑发育和智力发展的基础和保障。

充足的睡眠有助于婴幼儿身体的生长发育。老人们常说，孩子睡觉时腿一蹬一蹬的，那是在长个儿。这话不一定正确，却也有一定的道理。孩子熟睡时，脑垂体会分泌生长激素，这是促进骨骼、肌肉和内脏

组织生长发育的必要条件。

充足的睡眠有助于幼儿和家长保持良好情绪。很多孩子在上幼儿园时哭闹，实际上是因为他没有睡醒。如果是冬天，这一点就表现得更为明显。我们都有被迫起床的经历，非常痛苦，孩子也是一样。只不过成人的意志品质比孩子更坚强，而孩子表现得更为直接。孩子的情绪直接影响着家长，面对蹦蹦跳跳上幼儿园的孩子，家长也一定面带微笑，情绪愉悦。

充足的睡眠有助于幼儿具备充沛的精力和体力。这一点对于孩子在幼儿园精神饱满地参与各项活动非常重要，特别是年龄小的孩子，神经易兴奋也易疲劳，我们经常看到两三岁的孩子在户外活动时趴在老师腿上睡着了，还有的孩子吃午饭时手里拿着勺子就趴在桌上睡着了。只有保证晚上充足的睡眠，孩子才能快速恢复体力，有足够的精力参与第二天的活动。

家长要重视孩子的睡眠时间和质量，做到生活有规律，按时睡觉，按时起床。睡前不要给孩子喝太多水，吃太多东西，也不要进行过度兴奋的活动。若家长有睡前给孩子讲故事的习惯，需注意故事中不要有惊险刺激的情节。卧室的光线不宜太亮，睡觉时把灯关上，不要让孩子养成开灯睡觉的习惯。如果条件允许，家长可以给孩子提供独立的小床，让孩子单独睡觉。

家近还能节省出更多可供自由支配的时间。比如，放学后和同伴玩耍，发展小伙伴间的友谊；到小区里运动，强身健体；和爸爸妈妈一起读书，增进亲子感情……这段时间孩子可以自由选择活动内容，自主制订活动规则，这对培养幼儿主动性以及解决问题的能力非常有益。同时，丰富的生活还有助于培养幼儿广泛的兴趣爱好，激发幼儿

的求知欲。

家近对于培养幼儿良好的生活习惯和自理能力也十分有利。比如按时睡觉按时起床，自己的事情自己做，帮助爸爸妈妈做些自己力所能及的事情，等等。很多家长为孩子长大后不能自理而头疼，但追溯起来，往往都是家长包办太多造成的。给孩子穿脱衣服、整理书包，喂孩子吃饭，抱着上中班的孩子送到班上……问起家长为何要这样做，很多家长总是说："没办法，他动作太慢，再磨蹭我们上班就迟到了。"如果家距离幼儿园较近，就会有更多时间让孩子来做自己该做的事情。

由此可见，很多问题并不是距离远近造成的，但家近的确是个"宝"，可以为家长和幼儿节省出大量宝贵的时间。

画中看理念

孩子的绘画作品可以体现幼儿园的教育理念。

我教过一个男孩，他非常喜欢画画。有一次，他画了几个德国兵、一张地图、一艘军舰、几只大鸟。就在我以为他已经画完的时候，他拿起一支黑色的笔，在纸上旋转着涂开，直到将整张纸都涂成黑色。我虽然没有看懂他为什么这么做，但还是和原来一样，拿出一张卡片纸，静静地听他讲述他的画，并将所讲内容一字不漏地记录下来。原来，他最后那几笔，是"刮起龙卷风，风把德国兵、地图、军舰和大鸟都卷到天上，天变得很黑很黑……"我将他的作品连同记录卡一起放到展示栏

中。晚上家长们来接孩子，刚看到这张涂满了黑色的画纸时都会不解地愣一下，但看到卡片上的注解后，又都感叹孩子的想象力和大胆的表达方式。

试想，如果老师在认为孩子已经画完的时候坚持收回作品，如果老师在看到孩子画黑圈圈时严厉制止了他，如果老师不认真倾听孩子的讲述，如果老师没有认真记录下他说的“画”，孩子的作品能完成吗？能自主表达他心里的想法吗？老师能了解他吗？家长们能理解他的画吗？如果老师经常因为自己没有理解孩子的画而批评孩子，孩子还会大胆地表达内心的真实想法和感受吗？如果老师因为自己的主观臆断不展出孩子的作品，孩子还会有自信吗？还能感受到被尊重吗？

几乎所有的孩子在最初抓起笔随意“乱画”的时候，都表现出极高的兴趣和大胆。



几乎所有的孩子在最初抓起笔随意“乱画”的时候，都表现出极高的兴趣和大胆。不用成人教，在发现笔可以在纸上画出道道时，他们就开始了创作。他们在纸上、墙上、地上或戳、或点、或画，虽然没有一个具体形象的东西出现，情绪却很愉悦。每一张作品都是独特的。即使是同一个内容，或者是同一个孩子的作品，每一张和另一张也都不一样。这样的绘画对于孩子来讲就是游戏，笔就是一种可以留下痕迹的玩具，玩玩具是不会让孩子感到紧张和害怕的。会说话的孩子能对着那张画讲出很丰富的内容，这正是孩子学习运用语言表达自己感受的时候，成人的认真倾听有助于培养孩子的想象力和语言表达能力，为孩子今后写作文奠定良好基础。

可见绘画是孩子原本就会的，但你是不是听过很多孩子说“我不会画”这句话？孩子是从什么时候开始说这句话的？他们从什么时候开始

变得不自信了？是谁让孩子不自信？

实际上，孩子的不自信、不会画，都是成人“教”出来的。当我们教孩子先画一个圆形，周围再画上一圈半圆形就是小花的时候；当我们要求孩子必须在轮廓线内涂色，绝对不能涂到外面去的时候；当我们把着孩子的手告诉他怎么画画的时候，孩子不敢下笔了。他们在成人耐心的引导下开始“学习”绘画：笔下的小草都是整齐地排着队，伸展着方向相同的两片叶子；小鸡都是朝同一个方向同样高度地抬着头；太阳都是在纸的左上角露出四分之一的脸；云彩都长着弯弯的眼睛和胖胖的脸……这时，孩子们画的已经不再是他们自己的画，画中所表达的也不再是他们心中想要表达的内容，而是在画成人心中的“画”，所以他们永远都没有成人画得像、画得好，于是他们不再充满自信。此时，孩子们的作品已不再独具个性，更谈不上富有想象力和创造力。

成人之所以会教孩子画画，是因为他们认为孩子画得不像，因为他们看不懂孩子的画。成人为什么看不懂孩子的画呢？

因为孩子的画抽象，可以只用螺旋形的线条表现跳舞的小人儿；孩子的画夸张，为了表示自己力量大，可以把手臂画得很粗很长；孩子的画概括，可以用一条折线代表一把靠背椅；孩子的画透视，他们画一个房间，既可以画出房间的外观，也可以画出里面的各种物品和人物动作。成人画他看见的，而孩子画他知道的。所以，孩子可以画出妈妈被桌子遮挡住的腿，可以画出小人肚子里有个西瓜，可以画出包包里放着的水杯……

成人画他看见的，而孩子画他知道的。



成人看不懂孩子的画是孩子的错吗？显然不是！成人已没有童心，

更没有大胆表达内心感受的勇气，他们早就被“画得像不像”和“别人会不会笑话我”束缚住。

那么，绘画的价值是“像不像”吗？或者说“像不像”是唯一的价值吗？特别是在学龄前期，孩子绘画的最大价值是什么呢？

绘画是一种艺术表现形式，艺术的核心价值是个性化的感受与表达。只要是孩子真实的感受和自主的表达，对孩子来说都是最有价值的。

只要是孩子真实的感受和自主的表达，对孩子来说都是最有价值的。



让我们来看看毕加索画的牛，寥寥几笔，勾勒出牛的典型特征；再看看米罗的画，如果不解释，你能看懂多少？毕加索说：“我能用很短的时间就画得像一位大师，但我却要用一生去学习画得像一个儿童。”相反，一个孩子却说：“我10岁之前画得像毕加索。”

孩子的绘画作品反映了成人的教育理念，同样，一个幼儿园孩子的画也可以反映出这家幼儿园的教育理念。富有个性的作品越多，越说明老师尊重孩子，懂得孩子。懂得尊重孩子的老师，他对孩子的尊重绝不会仅仅体现在绘画这一件事上。有这样的老师相伴，孩子一定受益良多。

一幅小小的作品，反映了老师的儿童观，反映出幼儿园的教育理念。要做到让孩子的绘画作品富有个性极其不易，幼儿园和老师不仅要有先进、正确的理念，更要具备挑战传统观念的勇气。做孩子的教育工作并不难，难的是做家长的工作，这是很多幼儿园和老师的共识。为什么很多幼儿园和老师，明明知道“教”孩子画画会束缚孩子的想象力和创造力，却仍然在“教”？因为他们要迎合家长的需要，满足家长急于

看到孩子“学习成果”的要求，满足家长“我的孩子学会了很多东西”的虚荣心，当然也是为了稳定幼儿园生源这一现实需要。要做到坚持正确的做法，幼儿园和老师必须对自己的专业素质和能力非常自信，由此寻求坚强的心理支持，才可能坚定正确的儿童观和教育理念，自信地对家长做宣传和引导，而非顺从和屈服于传统观念。

因此，家长在为孩子选择幼儿园的时候，在用挑剔的眼光审视幼儿园和老师的时候，不妨也思考一下自己的思想和观念，看是有助于孩子的发展还是阻碍了孩子的进步，是推动幼儿教育前进还是成为将教育推向畸形的“帮手”。

老师的笑容是最好的名片

在为孩子选择幼儿园时，如果有机会，家长可以留意这家幼儿园的老师是否面带笑容。

如果老师的脸上经常带有笑容，说明老师喜欢孩子，喜欢孩子的老师才会对孩子有爱心和耐心。在和孩子游戏的时候，如果老师会像孩子一样，情不自禁发出爽朗的笑声，说明这位老师还保持着一颗童心，有童心的老师才能更好地理解孩子。在孩子遇到困难准备放弃的时候，如果老师会对他微笑，说明这位老师善于观察孩子，善于用鼓励的方式引导孩子。孩子尿了裤子，如果老师能够微笑着安慰他，说明老师尊重孩子。如果老师对来参观和访问的客人微笑，说明老师有礼貌、懂礼节，

孩子跟着这样的老师才能学得彬彬有礼。

笑容是最好的名片。孩子可以从老师的笑容中感受到被喜爱、被尊重，增强自信和自尊；可以从老师的笑容中受到鼓励，学习用友好的方式与别人相处。

笑容是最好的名片。如果老师的脸上经常带有笑容，说明她喜欢自己的工作，享受这份工作，这样才能更好地工作。

笑容是最好的名片。如果绝大多数老师脸上都洋溢着笑容，说明这家幼儿园的人文环境好，领导更平易近人，氛围更宽松，人际关系更融洽，师资队伍也更稳定。

为孩子选择幼儿园，硬件要考虑，软件更重要。孩子每天都要长时间和老师待在一起，老师的态度、理念、个人素质、品德、行为、专业能力等，每时每刻都决定着其教育行为，并且潜移默化地影响孩子。

我国幅员辽阔，在很多偏远山区或生活艰苦的地方，幼儿园和学校的条件相对也非常艰苦。不过，那里的孩子虽然没有玩具，但只要有充满爱心和责任心的老师，孩子们同样可以享受童年的幸福，身心健康地成长。

相反，即使条件非常优越，如果老师缺乏爱心和责任感，缺乏良好的职业道德，同样可以发生虐童事件。孩子在这样的幼儿园里生活，不仅无法享受到童年的温暖和快乐，反而会造成心理伤害，严重者甚至影响终生。

软件环境至关重要，却也是家长最不容易了解的。在这种情况下，老师的微笑就是一个最外显的参考。家长虽然不能直接进入幼儿园，却可以在老师带孩子户外活动时，观察师生互动的场景。

除了老师脸上的笑容，家长还可以感受到的是老师与孩子之间的关

系。老师与孩子一起嬉戏、拥抱，会为孩子的行为发出惊讶的叫声、喜悦的笑声，流露出担心、紧张的表情，孩子们也愿意围绕在老师身边，甚至拉扯老师的衣服、揪老师的长发，愿意与老师分享自己发现小虫时的惊喜，愿意邀请老师参与小伙伴们自发的游戏……相信这样的场景也一定会感染在一旁观察的你。这是一种平等、融洽的师生关系，老师和孩子都乐享其中。

让孩子拥有健康的心态，起决定性作用的不是优越的物质条件，而是人与人之间的关系和氛围。孩子们每天和老师在一起的时间，几乎比和爸爸妈妈在一起的时间还要多，师生之间的关系，就成了孩子们最重要的人际关系之一。

实地考察最重要

很多家长都问过我："到底应该给孩子选择什么样的幼儿园？"其实，幼儿园是孩子将来要生活的地方，我们为什么不听听孩子的意见？

"爸爸，我喜欢这个有大树的幼儿园！"这是一位家长在孩子的"成长日记"里记录的一句话。这个孩子中班时转到我们幼儿园。爸爸带她来办入园手续的时候，小女孩高兴地跑到草地上，躺在飘落金黄色叶子的银杏树下，对爸爸说了这句话。因为这句话，爸爸特意带着她数清了幼儿园里所有的树，一共76棵，其中包括可供幼儿在不同季节采摘或品尝果实的树木，如杏树、樱桃树、石榴树、山楂树、核桃树、柿子

树、黑枣树，以及在北京市有卫星定位的古树，等等。

相比家长在选择幼儿园时的思考——幼儿园有什么特色课程，孩子能不能学会几项技能，有没有双语教学，是不是小班制……孩子选择幼儿园的标准是多么简单、直观。然而，正是这种简单直观的标准，却反映了孩子的真实需求。

玩是孩子的天性，大自然是孩子的课堂，孩子们需要游戏的场所和奔跑的空间，需要亲近大自然。春天在土里埋下一粒种子，然后每天挖开土看看它发芽没有；雨后在墙角捉蜗牛，放在手心里为它唱歌，“水牛儿，水牛儿，先出犄角后出头喽喂”；落叶的时候捡各种不同的叶子，小心地洗干净，夹在书本里；下雪的时候堆雪人、打雪仗，盯着袖子上的雪花认真地数着“花瓣”，直到它们变成一颗颗晶莹的水珠……就盼着下雨，可以穿上一直放在床下的小雨鞋到水坑里踩水；就喜欢捡树籽、小石头甚至碎玻璃，那可都是“宝贝”；就喜欢收集各种糖纸，虽然经常拿出来看，却还是觉得它们很漂亮，每次都有不一样的发现；就喜欢走不平的路，一会儿上坡、一会儿下坡……这些是不是每个家长心中对儿时生活的记忆？我们在这样的游戏中学会持续的观察，学习分类，感受事物的美，学习与人交往的技能，在自然中锻炼身体，增强对环境的适应能力……这不正是一个人一生所需要的最基本的生存和学习能力吗？

本该属于孩子的这一切为什么离现在的孩子越来越远？看看那些在水泥林立的高楼里整齐背诵古诗的孩子们，那些趴在落地窗上羡慕地望着楼下打太极拳的老年人的孩子们，他们的时间被练琴、练舞、学英语、学游泳、学滑冰、学数学等课程占据着，仅有的放松时间就是在从幼儿园出来后被送到下一个兴趣班之间的路上。在这个本该在玩中学习

的年龄，他们得到了什么，又失去了什么？

抛开客观因素，幼儿园为孩子提供的自然环境，反映了这家幼儿园的办园理念。好的教育应该顺应孩子的天性和个性，很难想象在一个没有大树、没有花草、没有院子的幼儿园，老师如何组织活动才能“管住”那些天性活泼好动的孩子，又能有多少时间和机会让孩子们自由自主地选择活动内容和伙伴。

大自然为老师提供了取之不尽的教育资源。我国著名幼儿教育家陈鹤琴先生就曾提出大自然、大社会是活的教材，强调儿童在自然、社会中获得直接经验的重要性。在不同季节欣赏不同美景，感受季节变化，在大自然的怀抱中尽情放飞想象的翅膀，不仅孩子需要和喜欢，就是老师和家长，不也同样可以从中得到愉悦和熏陶吗？

除了自然环境，家长面对幼儿园，最容易看到的就是硬件条件，院子大不大，玩具多不多，质量怎么样，房子外观如何，幼儿园是否美观，是否富有童趣，等等。幼儿园的硬件设施非常重要，是幼儿在园生活、学习、活动的基本保障，对此，《北京市托幼园所分级分类验收标准及细则（试行草案）》对幼儿人均室内面积、人均户外活动场地面积、树荫面积、玩具的数量和种类等均有明确要求。

出于安全和防控传染病的需要，幼儿园基本上不随便接待社会人士参观。在家长能够进入幼儿园里之前，最有可能看到的就是户外的场地和设施，虽然十分有限，但足以让家长从侧面了解到幼儿园的一些办园理念和管理情况。

如果幼儿园的活动场地都是平坦的塑胶地面，说明这家幼儿园非常重视幼儿的安全。如果活动场地既有塑胶地面，又有土地、砖地、沙地、石子地、柏油路面、自然草坪和人造草坪，既有平坦的地面，也有

坡地，既有笔直的大路，也有弯曲的、不同造型的小路，那说明这家幼儿园在设计之初，不仅重视幼儿的安全，而且考虑到各年龄段幼儿的需要，让幼儿有机会获得不同的体验和感受，同时也考虑到不同的运动需要不同场地，希望为孩子们营造一个尽量接近自然的环境。孩子既需要安全保障，也要适应不同的环境和条件，学习和获得自我保护的方法，通过提高自身的运动能力和自我保护能力而获得安全保障。

如果幼儿园既有宽敞的大院子，也有曲径通幽、柳暗花明的小院，那就更好了。这样的场地既可以为孩子们提供众多人在一起嬉戏玩耍的空间，便于结识新朋友，促进同伴间的交往，也能提供相对安静、隔离的小空间。大小不同的场地可以组织不同的活动，不同的场景和玩具可以带给孩子不同的心情。在传染病高发季节，这种场地优势就更加明显，大家相对隔离，减少交叉感染的机会。即使自己的班级中出现传染病，孩子也可以到户外享受阳光和清新的空气，继续参加体育锻炼和游戏。

如果这家幼儿园的院子里既有自然景观，也有人造景观，则反映出幼儿园的管理者在关注满足幼儿运动和游戏需要的同时，还关注园所文化建设，注重营造良好氛围，同时这样的环境也为孩子提供了感受美、欣赏美的机会。环境本就是教育的重要途径，是无时无刻不在影响人的教育因素，人在干净整洁、井然有序、优美舒适的环境中，更容易表现出文明的举止和高雅大方的气质，也更容易保持愉快轻松的情绪状态。小桥、流水、雕塑、碑刻……像公园一样的幼儿园，哪个孩子、老师和家长不喜欢呢！

幼儿园的户外大型玩具同样可以反映幼儿园的理念和管理情况。如果幼儿园选择的玩具功能齐全，没有尖锐边角，上面有安全提示说明，

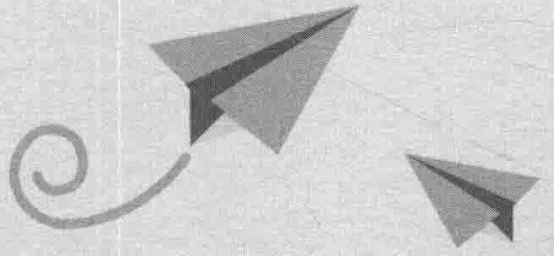
那么不论材质有何不同，都说明幼儿园非常关注安全。大型玩具也需要适宜不同年龄和不同人数的幼儿使用，所以幼儿园里应既有高大、功能较多的组合玩具，也有矮小、功能较少或单一的玩具。如果户外玩具干净而且没有损坏，或者损坏了来不及修理，但有提示，说明幼儿园有专人负责对户外玩具检查维修，能够及时发现和解决问题。这样的幼儿园在管理上一定比较严谨。

环境是教育的重要途径，是无时无刻不在影响人的教育因素。



家长还可以注意幼儿园里是否有孩子们的种植园区，这可是一般家庭无法给孩子提供的。种植园区可以为孩子提供参与劳动的机会，满足孩子们喜欢挖土、玩水的兴趣，观察鲜活多变的植物，体验种植的辛苦与收获的快乐。这里是孩子们最喜欢的区域，来到种植园地，每个人脸上都洋溢着笑容。他们挖土种植的时候精神集中，培土浇水的时候小心翼翼，观察植物变化的时候仔细认真，发现有小虫、有新开的花、新结的果实时是那么兴奋，采摘的时候是那么自豪，品尝的时候就更不用说了，不论平时是否挑食，吃到从种植园里摘回来的玉米、南瓜、毛豆、丝瓜、黄瓜……都是那么津津有味，就连稍稍带点辣味的蒜苗和小葱，孩子们也都啧啧称道，仿佛品尝的是顶尖的人间美食！

环境是教育的重要元素，它给孩子带来的是潜移默化且持久的影响，有润物细无声的效果。在为孩子选择幼儿园时，以上几点值得家长好好考量。



第2章

了解幼儿园



陪孩子走过幼儿园三年

幼儿园里学什么

小区里经常有很多带孩子的家长聚在一起，议论哪家幼儿园好。有的家长说，“我们孩子的幼儿园还不错，老师经常教儿歌、唱歌什么的”；有的家长说，“我们孩子的幼儿园也还行，有外教，教英语”；也有家长说，“我们孩子回来怎么什么也不说呢？好像他们幼儿园不怎么教东西”。

看来家长最关心的还是孩子在幼儿园学到什么。那么，是不是像家长说的那样，教儿歌和英语的幼儿园就是好幼儿园？

要回答这个问题，有必要先思考孩子们到底应该学些什么。

我有很多同行朋友，她们之中也有一些在国外的幼儿园工作。长期的国外生活让她们有一个非常深刻的感受：中国的孩子智商非常高，学习知识的能力很强，我们对学龄前儿童的教育，特别是社会和家长对学龄前儿童的关注，更多地集中体现在对孩子的智力开发上；而许多北欧、北美国家，甚至我们身边的日本、韩国等亚洲国家，则更为重视对学龄前儿童非智力因素的培养。在这种不同的关注下，国内外的孩子在

习惯、礼仪、同情心、合作能力、互助精神、克服困难等方面存在明显差距。

我园有一个4岁的日籍小朋友。来幼儿园的第一天，爸爸妈妈和他分手时说了一些话，孩子的眼睛中闪现着晶莹的泪花。但他没有让眼泪流下来，而是坚强地和爸爸妈妈摇了摇手说“再见”，转身坚定地走进教室。老师只带他认识了一遍环境以及毛巾、水杯、小床的位置，这一整天他都没有再用老师提醒。吃饭的时候，他既不挑食，也不东摸西看，把碗里的饭吃得干干净净之后自己整理餐桌。睡觉前他会把衣服整齐地叠好，起床后他会非常有序地穿上衣服并整理自己的着装。游戏的时候，虽然他还不认识其他小朋友，但会主动参与到同伴的游戏中，在别人需要时递上一块积木，有小朋友排队落在后面时停下来等对方一会儿。

一天下来，老师感慨颇多，在教育笔记中大呼：“在对孩子的教育上看，我们输给了日本。虽然我并不喜欢日本，虽然我也不想承认！”

也许你会说这只是一个孩子的特例，但我知道这并不是偶然。

我有一个非常好的朋友，每年几乎有一半的时间是在日本工作。她曾经对我讲起她的两个儿子在日本幼儿园的经历。

她的孩子是一岁左右上的幼儿园，孩子刚刚会走，需要戴尿不湿。从上幼儿园开始，孩子的尿不湿就是“自己”换的。班级中有个单独的小房间，那是专门给婴儿换尿不湿的地方。孩子尿过之后，要自己去取干净的尿不湿，拿着走到这个房间，脱下裤子，在老师的协助下换上新的尿不湿，再独立穿上裤子，将用过的尿不湿放到指定的垃

圾桶里，然后去洗手。老师会要求每个孩子的家长亲手制作很多布制书包，孩子每天都要背着妈妈亲手做的书包，里面装着自己的几套衣服和鞋子。到了幼儿园，孩子要在大厅脱下路上穿的衣服和鞋子，换上一套服装。到了班级中，在教室的不同游戏区、卧室、盥洗室、厕所都会有不同的鞋子，孩子每到一个地方就要脱鞋、换鞋，再脱鞋、换鞋。去户外有户外穿的服装，回到教室又要换回在教室的服装。孩子们在幼儿园里一天要换上十多次服装，而且每换一次，就要洗一次手，再加上如厕前后、吃饭前后、喝水前后的洗手，一天要洗好几十遍。每次换下的服装，都要叠整齐放在妈妈做的书包里。

朋友说，日本人从不把孩子当成能力比大人低的小孩去照顾，而是要把他们培养成能吃苦、能克服困难的坚强的人。孩子上了幼儿园之后，她一开始也担心孩子不适应，会感冒，会怕疼怕苦，会哭，担心孩子以后再回国上学，知识方面跟不上国内学校的进度。但是后来她不再担心，她明白了对于孩子来讲什么是最重要的。

她不再担心在发生地震等突发性灾难时孩子的动作速度和应变能力，不再担心如果有一天孩子离开父母能不能独立生存，她相信儿子可以凭自己的能力处理好遇到的困难，还有什么比这些更重要呢？至于知识，什么时候都可以学，而且知识更新很快，很多原来我们认为正确的知识，随着社会的发展和科学的进步，也有可能被推翻和重新建构。在她儿子的成长手册上，记录着幼儿园老师对孩子的评价，基本也都是从非智力因素方面进行的考量。如孩子见到师长是否会鞠躬问好，脸上是否经常带着微笑，是否会耐心排队等候，是否能够自己整理自己的东西，是否能够不打扰别人，等等。

日本的幼儿园为什么要让孩子每天不停地更换服装、洗手？孩子们在这样的活动中究竟学到了什么？自我服务与自我照顾的能力，独立性的增长，讲卫生的好习惯，保持环境整洁的意识，尊重他人劳动，秩序感的建立，耐性的锻炼，克服困难……还有很多很多。

我曾经看过一段关于芬兰一所幼儿园的录影，那是一所没有围墙的幼儿园，没有教室，没有课桌，孩子们拥有的是一片森林。他们穿着厚厚的大衣，自己在森林里寻找枯树，用它来自制一张圆桌（其实就是一个树墩）。孩子吃的是自己从家里带来的饭；想休息一下，就倚在树上打个盹儿。他们的游戏就是用树枝在地上画棋盘，用石子当棋子；或者爬树，用倒下的树干当独木桥；或者在森林里追逐奔跑，时而数一数大树的年轮，时而对比大树的树皮和树枝；有时用树枝在地上作画，有时丈量大树有多粗，倒下的树干有多长，自己的脚印有几厘米。当孩子们发现了一个土洞或者树洞，就会兴奋地又唱又跳，然后一探究竟……

开始我以为这只是幼儿园某一天的生活，比如郊游活动，但听了介绍才知道，这就是孩子们每天的生活！孩子们每天要徒步走很远，有时可能要凭借地图和指南针，有时也要自己在走过的地方留下痕迹……他们每天都会有新的发现，也会有新的期待！

这在我们的认识中是何等的难以想象啊——竟然会有这样的幼儿园，这是真的吗？在我们不断追求幼儿园条件和设备越来越完善的今天，芬兰的孩子们却回归了自然。录影中孩子们的脸上是笑容；游戏中孩子们展现出来的是乐在其中，是以物代物解决问题的能力；困难面前他们相互团结合作，胜利面前他们拥抱在一起，体会着集体的智慧和力量；发现自己感兴趣的内容，学习中又是那么聚精会神。

在北欧一所幼儿园工作的同学介绍她女儿在升学考试中遇到的考题，听来与我们的也有很大不同。比如，老师会问：在你排队等待的时候，一位老人要站在你前一个人的前面，此时你会怎么做？这种问题没有统一的或者所谓正确的答案，但老师却可以从孩子的回答中了解孩子的思想，看待问题的角度，有无社会责任感、同情心，有无介入问题的勇气和处理问题的能力，能否明确表达自己的观点或说服别人，等等。老师也会让三四个考生一起玩搭积木，在这个过程中观察他们的合作意识、领袖才能、处理问题的方式方法。也会要求考生给校长写一封500字以内的信，目的只有一个：让校长看了这封信后就希望接收你成为这所学校的学生。信既没有固定的内容，也没有其他任何要求，完全看考生如何利用这有限的500个字将自己“推荐”出去。所有这些考试或者面试内容，都没有唯一正确的答案。

如果说有关知识的考核，就是学生要呈交之前几年的学习情况和成绩的综合考评，再有就是在面试的时候，可能会问到一些关于时事的问题，包括“下届奥运会将在哪个国家举办”“某个标志是什么国家生产的什么牌子的汽车”等等。

看到这里可能有人会感叹：我们的教育、家长的期待，都是我国的教育体制和社会的用人机制造成的，是人口太多造成的，是众多社会问题的连锁反应。的确，一个国家的教育问题所反映出的绝不仅仅是教育本身的问题，也绝不是依靠教育系统本身就能解决的。但至少，我们的思想观念和认识要先行一步，否则，看到差距还抱着所谓的“民族自尊”故步自封，那最后被人类的文明进步所淘汰，就将是一个必然的结果。

晚一年入园又何妨

9月份，一个普通的月份，却因为学年的划定而变得不再普通。

我国现行的学年制度是从上一年的9月1日起，到下一年的8月31日止。这样按规定，同一年里8月份出生的孩子可以比9月份出生的孩子早一年上学。

很多家长认为自己9月份出生的孩子吃亏了，邻家8月31日出生的孩子只比自己的孩子大几天，却能早一年上学，自己的孩子岂不是被耽误了一年吗？于是许多准妈妈在8月份急着打催产针、做剖腹产手术。

孩子自然分娩出生，要经过产道挤压，这对孩子而言不仅是一次难得的触觉和本体感觉的体验过程，而且对孩子心肺功能的发展也十分有益；剖腹产的孩子则失去了这个人生第一次“相连”与“分离”、“痛苦”与“挣扎”、“挤压”与“抗衡”的宝贵过程。很多研究也表明，剖腹产的孩子将来更容易出现感统失调、协调性不够好或者注意力易分散等问题。有句老话说得好：“瓜熟蒂落。”胎儿没到出生的时间却被强行剖出，想来也不会像成熟后自然分娩的孩子那样做好了一切准备。

每年幼儿园报名的时候，都会遇到孩子9月份出生，没到报名年龄，却非要让孩子入园的家长；也有9月份出生本应上小班的，家长非要求让孩子上中班；或者虽然报名入园时被安排到小班，但到了9月份孩子过完生日，家长就要求把孩子调到高一年龄班。他们认为自己的孩

子到生日了，就应该升班。实际上，幼儿园的编班（混龄班除外）和小学一样，按照学年划分，并不是哪个孩子过了生日就会升班。还有一些9月份出生的孩子家长，在孩子入幼儿园之前，就已经开始联系小学，希望为孩子争取到提前一年上小学的机会，这在女孩的家长身上表现得更为明显。他们甚至担心如果不能提前上学，将来孩子上了大学，同年级的学生都比她小，找对象、交朋友都会受影响。

孩子年龄越小，因年龄造成的差距就越明显。通常来说，大部分孩子“三翻七坐八会爬”，差一个月，各方面就会差很多。

这些家长往往只把自己的孩子和同年8月份出生的孩子做对比，他们会说：“我的孩子个子长得高，看不出他比别人小，他很聪明，学什么都很快……”可是这些家长忽视了一个问题，自己的孩子和上一个学年段中9月份出生的孩子相差一年甚至更多，而这一年的差距非常明显。老师们都有同样的感受，无论是大运动能力还是精细动作的发展，无论是心智的成熟程度还是生活自理能力，班级中偏大的孩子和偏小的孩子之间存在明显差距。对于老师讲的同一个问题，年龄偏小的孩子需要更长的时间来理解；操场上的跑跳运动，年龄偏大的孩子更为灵活，协调方面更有力量；生活自理能力上，年龄偏大的孩子表现得更有优势；自由游戏时，往往也是年龄偏大的孩子更有主动性，有机会领导和组织其他同伴游戏，成为规则的制定者。正是因为不同年龄的孩子之间存在差距，幼儿园不同年龄班一日三餐的主副食量、体能测试达标标准、幼儿发展评价指标各不相同。

俗话说，宁当鸡头，不做凤尾。9月份出生的孩子家长大可不必只关注比同年8月份出生的孩子晚一年上学，而应该关注自己的孩子在年龄上的优势。正如刚才说到的，他们在本年龄段里是偏大的孩子，在

身体发育和心智发展上有优势，从而有更多锻炼和发展的机会。他们更有可能成为同伴群体中的小领袖，更有可能被激发出自尊感和自信心，这些对于孩子的成长和发展都是非常宝贵的有利因素。

无论孩子在几月份出生，他们都是父母爱的结晶，都是每个家庭的希望，如果家长真的爱孩子，就请怀着一颗平常心，迎接这个可爱的小生命，顺应孩子的自然发展规律，不要做拔苗助长的事情。

寻找教育的契机

这是一个真实的故事，一个爱的故事。

在我们幼儿园的大树上，有许多喜鹊窝。有一天，一只小喜鹊从窝里掉下来，脚骨摔折了。小喜鹊痛苦地蜷缩在墙角，想飞却飞不起来。从这一刻起，喜鹊爸爸和喜鹊妈妈就不停地在小喜鹊上方盘旋着，焦急地叫个不停，好像在安慰自己的孩子，又好像在警告我们不要伤害小喜鹊。

我们把小喜鹊捧起来，它摔折的一只脚已经扭转了方向，爪子无力地蜷拢着。校医拿来纱布和小木板，准备给它包扎。两只大喜鹊飞得更低了，似乎想用翅膀拍打我们。见这样做并没有使我们离开，大喜鹊又飞到树上，不停地用嘴啄树枝和树皮向下扔，有好几次都打到我们头上和身上。校医给小喜鹊包扎后，小喜鹊的叫声止住了，也许它不那么疼了吧。喜鹊爸爸和妈妈似乎也看出我们是在帮助它们的孩子，也就不

再向下扔树枝或树皮。

我们把小喜鹊喂养在羊圈里。小喜鹊非常可爱，每当我们给它喂食或喂水的时候，总是把嘴张得大大的。而喜鹊爸爸和妈妈，总是在树上遥望着小喜鹊，每当有人接近小喜鹊，它们就飞下来发出警告。

我们都在猜测，喜鹊爸爸和妈妈会不会来救自己的孩子呢？喜鹊窝那么高，如果要救，又怎么救呢？

正在我们疑惑的时候，奇迹发生了！喜鹊爸爸和妈妈双双飞落下来。它们先是围着小喜鹊边走边看边叫，似乎在说着什么。然后，它们张开各自的翅膀，把相邻的两个翅膀重叠着搭在一起，小喜鹊慢慢地走过去，站在爸爸妈妈的翅膀上！令人难以想象的一幕发生了：喜鹊爸爸和妈妈同时平稳地飞起来，驾着小喜鹊，飞回窝里！

我们所有人都惊呆了！

它们是怎么商量这每一步细节的？它们要多么默契，才能同时起飞，并用同样的速度飞向同一个目标！为了支撑小喜鹊，它们的翅膀也许会很疼，甚至会因此受伤，但是为了自己的孩子，它们全然不顾，做出如此惊人的举动！想来这全是因为爸爸妈妈对孩子的爱！

如果不是亲眼看到这一幕，恐怕谁都难以想象。当我把这个故事讲给全园小朋友听的时候，孩子们也深深地被故事吸引，他们担心小喜鹊的伤能不能好，他们惊叹喜鹊爸爸和妈妈的聪明，他们为喜鹊爸爸和妈妈成功救起小喜鹊而高兴，他们也被喜鹊爸爸和妈妈深深地感动……

只要家长做个有心人，就可以随时随处发现教育的契机，让教育生活化、自然化、常态化。



我相信，这个故事带给孩子们

的感受和启迪一定会深深地影响他们。对鸟的兴趣、好奇和喜爱，对弱者的同情与关心，对亲情的体验，对爱的理解……

学习来源于生活，体验与感受是他们重要的学习方式，情感、态度、习惯的发展与养成是这个阶段儿童的重要发展任务。只要家长做个有心人，就可以随时随处发现教育的契机，让教育生活化、自然化、常态化。

一日生活皆教育

孩子在幼儿园里将会度过怎样的一天呢？他们的生活、游戏和学习都是怎样安排的呢？

以全日制幼儿园为例，从早上入园到晚上离园，孩子们在幼儿园大概要生活10个小时（南方和北方的幼儿园有所不同）。在这10个小时之中，家长眼中的“上课”最多也就1个小时。那么剩下的大部分时间，孩子们都在做些什么呢？

首先是室内游戏活动，每天大约1～2个小时。在这段时间里，孩子们可以根据自己的兴趣自由选择区域，包括画画、做各种手工、编织、缝纫等的美工区；唱唱跳跳，做主持人和小演员的表演区或者戏剧区；搭建各种建筑物或者不同造型的建构区；可以选择各种不同类型图书的阅读区；可以几个人一起玩的棋类区；涉及数学、思维等学习内容的益智区；观察动植物生长变化的自然角；模仿爸爸、妈妈、

爷爷、奶奶或者哥哥、姐姐、弟弟、妹妹在家庭中如何生活的娃娃家，以及其他可以模仿真实社会，如理发店、医院、超市、花店、照相馆等的角色区……区域活动是孩子们最喜欢的活动形式之一，他们可以自由选择活动内容、游戏伙伴，可以自己制订游戏规则，可以自己决定游戏进程和学习速度，充分体现了自主性。所有区域都是老师根据孩子们的兴趣与孩子们一起创设的，所有的游戏材料也是老师和孩子们一起准备的，孩子们在活动之后要自己整理物品，大家可以相互欣赏作品，也可以交流各个区域的活动情况。

区域活动既是孩子们自由游戏的时间，也可以为老师组织集体教学做铺垫和延伸。同时，由于区域活动是老师根据孩子的发展目标和实际发展水平设置的，这也使得区域活动成为老师组织开展教学活动的形式之一，特别是对于4岁左右的孩子而言，小组学习是此年龄阶段最适宜的学习方式。由于区域活动中孩子拥有高度自主权，因此，区域活动也最大程度地满足了孩子个性化的需要，为不同发展水平的孩子提供了游戏、学习和发展的均等机会。

幼儿园每天还有2个小时的户外游戏活动和体育锻炼时间，这可是孩子们最喜欢的一个环节。在阳光下做集体操、跳集体舞，大家一起做游戏和各种体能锻炼，还可以玩大型玩具或者自由活动。老师每天会组织小朋友做不同的游戏，发展孩子们走、跑、跳跃、投掷、攀登、钻、爬等各种运动能力，提高孩子们身体的协调性、灵活性和机体的反应能力。

此外，幼儿园里还要有一日三餐、上下午各一次加餐、午睡、喝水、洗手、如厕、梳头、整理服装等生活活动以及过渡环节。

从时间的分配可以看出，孩子们在幼儿园里一半以上的时间都是在

从事生活活动。

为什么幼儿园要这样安排呢？能不能缩短生活活动和游戏活动的时间，加大教学时间？

这还是要从幼儿的年龄特点说起：

第一，幼儿正处在身体快速发育的时期，水、营养和睡眠是幼儿生存和身体生长发育的基本需要。幼儿新陈代谢旺盛，活动量较大，需要丰富的营养，同时胃的容积又小，各脏器还处于发育完善阶段，需要定时进餐，并在三餐之间安排加餐。充足的睡眠是幼儿身体生长发育良好的重要保障，幼儿的神经系统发育尚不完善，既容易兴奋，也容易疲倦，午睡可以帮助他们稳定和平衡情绪。另外，幼儿好动，可肌肉力量和运动能力都有限，容易疲劳，午睡还可以帮助他们恢复体力，进行下午半日的活动。

第二，幼儿的生活自理能力较弱，而独立进餐、如厕、睡觉、穿衣、整理仪容仪表等是人生存所需的基本能力。养成教育是幼儿园教育的一大特点，幼儿每天都需要通过大量的学习和练习提高自我服务能力，以逐渐养成良好的生活习惯，保证长大后能够独立学习、生活和工作。

第三，由于肌肉、骨骼发育尚不完善，幼儿的运动能力较弱，动作灵活性和协调性不够，加上牙齿也处在生长发育阶段，咀嚼食物时比较慢，每次吞咽的量较少，因此，幼儿吃饭、喝水、穿衣、整理物品等生活活动所需要的时间就会比成人长。幼儿园在作息安排上会留出比较充裕的时间，以保证幼儿有足够的时间练习独立完成这些工作，同时这也是保障身心安全的需要。如果时间不够充裕，不仅需要老师代替完成，而且也存在一定危险。比如吃饭时间不够，老师自然会急着喂孩子吃或

者催孩子快吃，这样不仅不利于幼儿练习咀嚼食物，细嚼慢咽，更有呛噎的危险。

第四，幼儿的心理发展特点表明，幼儿是通过多种感官学习的，以无意注意和具体形象思维为主，注意持续时间较短，这些特点决定了游戏是幼儿的主要学习方式，他们不适宜进行长时间、持续、系统的知识性学习。在幼儿园，从小班到大班，幼儿的集体教学时间每次只有15～30分钟，大量的学习来源于各种游戏活动。游戏就是幼儿的工作和学习。

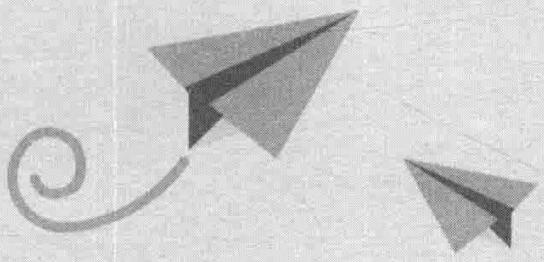
游戏是幼儿的主要学习方式，他们不适宜进行长时间、持续、系统的知识性学习。



第五，幼儿成长需要阳光，户外体育活动对幼儿身心发展具有重要意义。每天两个小时的阳光体育锻炼，保证了幼儿享受充足的日照，有利于幼儿对钙的吸收和骨骼发育。幼儿园的户外活动有针对幼儿走、跑、跳、爬、钻、投掷和攀登等各种基本动作的锻炼，以做操、体育教学活动、游戏活动以及散步等形式为主，可以满足幼儿对运动和游戏的需要，促进幼儿基本动作和身体机能的发展，增强幼儿肌肉的运动能力和控制能力，提高幼儿身体运动的协调性与灵活性，以及对外界环境的适应能力和抵抗疾病的能力。

由此不难看出，幼儿在园一日生活的全部内容都是在学习，正如我国著名教育家陶行知先生所说，“一日生活即教育”。在这些学习内容中，有些即刻容易显现，比如知识性、技能性的内容，而更多的则需要幼儿日积月累逐渐显现，比如广泛的兴趣爱好与科学态度的培养、品质的培养、习惯的养成、各种能力的提高等。相比较而言，非智力因素的培养对学龄前儿童来讲更重要。

教育和受教育是一个持续的过程，从人一出生直至最后走到生命的终点，只是随着年龄变化，适宜的形式有所不同。幼儿教育只有顺应本阶段的特点，才能够为将来可持续性发展奠定坚实基础。



第3章

帮孩子做好充分的入园准备



陪孩子走过幼儿园三年

培养孩子的生活自理能力

幼儿生活自理能力高低与入园分离焦虑的强度有一定关系，生活自理能力弱的孩子在适应幼儿园生活上相对比较困难。

这不难理解，有出差或者野外宿营经历的人都会有同样的感受，独立生活能力较弱的人对于这类事情焦虑比较多。孩子也是一样，如果吃饭、喝水、睡觉、上厕所这类事情自己不会料理，他肯定要依赖于家长，因此在适应幼儿园生活方面肯定存在较大困难。

要培养孩子的生活自理能力并不难。人自出生之日起，所有的生理现象和身体发展都是在为独立生活做准备，换一个角度说，人与生俱来就有独立的意识和需要。

孩子出生后几个月，就表现出对自己能力的主动认识和探索。反复将妈妈捡起的玩具扔出去，或者一次又一次重复摇动手里的响铃，这是他们在体验自己的存在和能力，在改变物体的位置或让它们发出声音的同时得到极大满足，在过程中感受和体验自己的动作与物体运动之间的关系。

一岁多的时候，孩子进入人生第一个“反抗期”。很多家长都有这样的体会，原本听话的孩子开始变得似乎不那么听话了。你要喂他吃饭，他偏要自己抓着勺子吃，结果弄得身上地上都是；你帮他拿来玩具，他不干，偏要把玩具放回原位再重新自己拿来；你给他选好了衣服他不穿，非要穿自己选择的衣服。他们喜欢甩开爸爸的双手自己跑，即使跑不稳经常摔倒也乐此不疲。

此时，孩子们在自己做事的过程中感受乐趣，开始形成对自我的认识，小小的自信心也开始萌芽，这正是家长培养孩子生活自理能力的好时机。

把孩子的小手洗干净，给孩子带上围嘴，让孩子自己吃饭。孩子边用勺边用手也好，洒得满身满地也罢，你不要认为“让孩子自己吃，还不如喂他，吃得干净而且快”，也不要因为孩子摔了一两只汤勺而批评他，更不要亲自上阵代替孩子包办一切。孩子自己吃饭需要学习和练习，这个阶段会很快过去。不要以为孩子做这些事会感到很困难，其实他们是把学习当成游戏，乐在其中。你此时要做的，就是解放自己的双手，用鼓励和赞赏来激励孩子。

解放自己的双手，其背后是解放自己的思想，可惜许多家长都对孩子“放不下”。我曾经在美国的一所幼儿园“见习”过一个星期。幼儿园里最小的孩子不到一岁，最大的五岁左右。幼儿园里没有吃午饭的环节，但上午和下午都会有让孩子自己制作点心和吃点心的环节。从洗手、准备食材到放入烤箱里烘焙、分餐、洗餐具等，完全是孩子自己完成。年龄大的孩子做，然后和弟弟妹妹及老师们一起吃。老师很少亲自动手帮助孩子。作为幼儿园老师，我知道，孩子们这样独立，一定是家长和老师具有同样的教育理念才能实现的，那就是相信孩子，放手让孩

子做自己想做、能做的事情，最终将孩子培养成独立的人。

有一次，我在俄罗斯一个边陲小镇旅行，看到一家人开着车在河边休闲。爸爸、妈妈带着一个金发碧眼的孩子，旁边有一只比孩子大得多的狗。这一家人坐在草地上听着音乐，几米开外有一块毯子，毯子上散放着几块饼干和巧克力。那孩子向毯子爬过去，他时而调整自己爬行的方向，时而趴在草地上休息一下，可以看出他的年龄还太小，支撑身体的力量还不够，方向把握得也不是太好。终于，他爬到了毯子上。他伸手抓起饼干，可是还没等把饼干送到嘴里，那只比他大很多的狗就走过来，趴卧在他身边，用爪子按住他手中的饼干。孩子又抓起另一块，狗又用嘴把饼干从他手里叼出来。如此反复几次。有时孩子几乎快把饼干放到嘴里了，却依然被狗叼出来。这个过程被爸爸、妈妈看在眼里，他们没有马上跑过去抱起孩子，用湿纸巾给孩子双手消毒，喂孩子吃干净的饼干，或是大呼小叫地把狗赶走，只是面带微笑地看着孩子和狗玩游戏。

当时我非常震惊，真真切切感受到中西方在育儿观念方面的差异。我们几乎为孩子考虑和安排好了一切。为了让孩子吃得有营养，我们会研究每种食物所含的各种微量元素，会选择多种不同的烹饪方法，会追着哄着孩子，想尽一切办法喂孩子多吃一些；为了让孩子讲卫生，我们每天都会对孩子的东西特别是餐具进行消毒；为了要孩子，有的爸爸妈妈会遗弃心爱的宠物；为了养孩子，有的人家里雇用带孩子的阿姨、做饭的阿姨，还有开车的司机……

可以说中国的爸爸妈妈是世界上最疼爱孩子的家长，他们不仅为没有出生的孩子着想，更为孩子的一生着想，也为孩子的孩子着想。按说，现在的孩子身体素质应该比较好才对，可事实是，现在的孩子过敏

体质的越来越多，体弱、视力低下、患有高血压、糖尿病的儿童越来越多，适应环境、抵抗疾病的能力越来越弱。孩子独立生活的能力越来越差，相反，他们的依赖性却越来越强。

对比西方的教育，我们是不是“放不下”的东西太多了？为孩子想的、做的、包办代替的太多了？给孩子锻炼的机会太少了？也许有人会说，这是因为我们一家只有一个孩子。这也许是一个重要和主要的原因。且不说如果政策变化，我们可以有两个或者更多孩子，单说面对一个孩子，当他是家庭中唯一的希望时，不是更应该将他培养好吗？让孩子具备好的身体素质，有坚强的意志品质，有独立生活的能力，不是更应该成为我们的目标吗？

孩子的潜力巨大且惊人，家长只要给孩子提供机会学习和锻炼，孩子一定会不断有惊喜回报给家长。

我有一位朋友，她女儿一岁半就会自己剥鸡蛋，两岁就会使用筷子夹菜，而且非常灵活精准。这位朋友很注重培养孩子的独立性，从自己吃饭、穿衣这些生活中的小事，到独立看书、思考和解决问题，凡是孩子力所能及的，都放手让孩子自己去做、去想。所以她的女儿一直非常独立，自小学到大学，从来没有因为学习或者与同学、老师交往等事情让父母操过心。

孩子都有一段要求独立的心理发展过程，但遗憾的是，许多家长因为怕孩子弄脏衣服或地面、动作太慢等原因，抹杀了孩子自己做事的积极性。孩子在家长的保护和代替下形成依赖性，进而逐渐适应这种依赖，离不开这种依赖，而家长也从孩子对自己的依赖中得到心理上的满足。

我们遇到过很多由于家长包办代替过多而变得非常缺乏生活自理

能力的孩子。有个孩子上了幼儿园以后，看着老师给的带皮鸡蛋感到莫名其妙：这是什么？样子和在家里吃过的鸡蛋很像，但在家里吃的那个是白白的、软软的，幼儿园里的这个怎么硬硬的，也不白？有很多孩子到了吃饭的时候，就坐在那里一动不动，老师不喂就一口都不吃。有的孩子穿衣服时，老师帮着穿，他都不会配合着抬起胳膊。有的孩子每次大小便都是家长提醒并手把手地帮助，孩子根本没有主动意识和相关能力，在幼儿园里，他们甚至一边走着一边就拉了尿了，自己却完全意识不到。

对于新入园的孩子，老师一定会给予更多照顾，但什么都等着老师帮助，总不如孩子自己会做。有些家长担心，如果自己的孩子生活能力强，老师会不会就不关注他了。其实对于生活能力强的孩子，老师不仅不会忽视他，反而会更加鼓励和支持他，留给孩子的是更多的游戏、探索、与人交往的时间和机会。

培养孩子的生活自理能力，可以有效减轻孩子入园的分离焦虑。而且在培养生活自理能力的过程中，孩子乐观、坚强、自立、自尊、积极、主动的个性，以及善于观察和学习、做事不怕困难、有持久性、乐于助人等优秀品质都会得到培养和锻炼，这将是一生的财富。

调整作息时间

入园前，家长要了解幼儿园的作息时间，尽量把孩子的作息时间调

整得与幼儿园的作息时间相吻合，特别是与睡觉、起床、吃饭相关的几个重点环节。

一是早晨起床的时间。起床时间要根据幼儿园入园时间和去幼儿园的路程时间决定。按时起床能够使家长和孩子有个好心情，这对孩子入园保持良好的情绪很有帮助。按时入园在幼儿园吃早饭，不仅减轻了家长的负担，而且可以保证孩子摄取适当而充足的营养。幼儿园的食谱经过营养计算和精心设计而成，比如几岁的孩子每天应摄入多少克主食、副食、水果、乳品，从什么食物中摄取多大量的微量元素。幼儿园每个月都要进行营养计算，如果某一种微量元素没有达到幼儿成长所需，在制订下一个月食谱的时候，就要补充和调整。另外，幼儿园制订食谱时，还会考虑时令和节气，让孩子吃到最新鲜的食品。

二是午睡和起床时间。很多孩子在家午睡时间较晚，一般要下午一两点才睡，三四点才起，这使得孩子在幼儿园很不适应，到了睡觉的时间不睡，该起床的时候不起。幼儿园不同年龄班的幼儿午睡时间长度也有所不同，一般小班的午睡时间会稍长。在新生入园初期，老师也会允许没有睡醒的孩子多睡一会儿。但如果经常这样，就会影响孩子下午半日的活动。因此，家长要了解幼儿园午睡的时间，尽量在入园前将孩子的午睡时间调整到位。

三是晚上睡觉的时间。晚上要按时睡觉，才能保证第二天按时起床，否则将会进入晚上不睡早上不起的恶性循环，家长要尽量让孩子的作息时间有一定规律。有些孩子晚上很晚还不睡，早上九十点才起床，到了幼儿园既不想吃午饭，也不愿睡午觉，可等小朋友下午起床，他却睡着了。这样既影响孩子参加幼儿园的各项活动，又失去了与小朋友们交往的机会，同时也影响孩子自己的情绪。如果早上孩子还没睡醒就被

家长抱着入园，孩子会焦躁不安，哭闹现象也会更加严重。晚上安稳睡觉，对于正在生长发育的幼儿来说非常重要。在入园初期，由于孩子有分离焦虑，个别孩子夜里会有睡不安稳的现象。家长要尽量为孩子入睡营造轻松的氛围，讲讲孩子喜欢的故事，说说孩子感兴趣的话题，听听舒缓的音乐等。不要跟孩子说“快睡吧，明天早上还要上幼儿园，起晚就要迟到了”之类的话，这会让孩子感到压力，会更不想睡觉，因为睡醒就要去幼儿园。

在幼儿园，孩子的三餐时间一般会间隔4个小时左右，上午和下午分别有喝牛奶、吃水果或者小点心的加餐。家长在送孩子入园前，最好向老师了解幼儿园每顿饭在什么时间吃，每次进餐时间有多长等，根据幼儿园的情况调整孩子在家的进餐时间，让孩子的肠胃“习惯”新的作息时间表。

孩子在刚入园的一段时间里，因为情绪问题和饮食习惯不同，在幼儿园进餐的食量可能不如在家里吃得多，家长不必过于担心，或者回家后给孩子“补餐”。这样会让孩子形成对回家后“补餐”的依赖，在幼儿园时反而更加不愿意吃饭。而且晚上吃得过多、过饱，或者时间太晚，都对健康不利。回家后，适当地补充一些水果、酸奶等即可。

既然谈到调整孩子的进餐时间，也就顺便说一说孩子的饮食习惯。

很多孩子非常挑食，或者有一些特殊的饮食习惯。有的孩子不吃蔬菜，只吃肉；不吃水果，只喝果汁；吃包子只吃皮，不吃馅；只吃白米饭，不吃任何菜；喝汤的时候，碗里只能有汤水，不能有一点菜叶或者其他东西……有的孩子不吃枣，因为枣有皮；有的孩子不吃橘子，因为橘子酸；有的孩子不会拿着水果吃，因为在家都是家长把水果切成小块儿用牙签扎着吃……

孩子的饮食习惯不仅影响他上幼儿园后的生活，而且会影响孩子的身体健康。

在孩子六个月左右开始添加辅食的时候，家长就要尽量让孩子品尝到各种食物的味道。对于此时品尝过味道的食物，孩子以后一般都不会拒绝；相反，如果孩子的进食种类十分有限和相对集中，他将来挑食的可能性就会增大，对孩子全面摄取营养十分不利。家长可以给孩子喝各种蔬菜汁，吃各种水果泥，让孩子接触不同味道、种类丰富的食物。孩子成长需要均衡的营养，家长要为孩子选择多种食材进行烹饪，尽量避免因大人的喜好而让孩子的饮食结构变得单一。挑食不仅会让孩子很难适应幼儿园的伙食，更会影响孩子的生长发育。

睡眠、起床和进餐的时间，是幼儿园一天中的几个重要时间点，家长要尽量在入园前将其调整得与幼儿园的作息时间相吻合，这对宝宝入园后适应幼儿园的生活十分有利。

教会孩子使用大众化的语言

很多家长习惯用“嘘嘘”“哗哗”“咝咝”“啦啦”“湿湿”等词提示孩子小便；用“拉臭”“屁屁”“捂鼻鼻”“蹲蹲”“嗯嗯”“咕咚”等语言提示孩子大便；用“啊呜”“香香”等语言提示孩子吃饭……

家长可能觉得这些叠词更贴近孩子能理解的语言，于是孩子在入园

前已经习惯用这些词表达“我要撒尿”或者“我要大便”的意思。有的孩子因为家长包办代替过多，每次小便都是家长到时间就把尿，根本不需要孩子自己说，所以孩子没有养成主动用语言表达的习惯，而是用夹紧双腿、扭动身体等动作示意，有的孩子甚至边玩边走边大小便。

这对于家庭中的一个孩子来讲没有什么问题，但到了幼儿园集体生活中，问题就出现了。

老师在组织幼儿小便时，一般都会说：“宝宝，来，撒尿了。”或者问：“宝宝，去撒尿好不好？”很多孩子因为听不懂老师的话，或者当时确实不想小便，又或者刚到幼儿园，抵触老师，所以对于老师说的话，他们一律都用“不要——不要——”来回应。但事实上，有的孩子回答完不到一分钟就会尿裤子。这种情况的出现令孩子更为焦虑，哭得更厉害。次数多了，有的孩子甚至会出现过度紧张、害怕上幼儿园、小便次数增多等问题。

在孩子入园前，家长应有意识地调整自己的语言，把“个性化”的语言调整为“大众化”的语言，让孩子逐渐理解和适应。如果到了入园的时候孩子还是没有适应“大众化”的语言，家长一定要提前与老师沟通，告诉老师在家里遇到同样的情况一般都怎么说，请老师一起帮助孩子过渡。

不过，请老师用“个性化”的语言提示孩子的做法有时也会有麻烦，因为不同的家庭可能会用同一个词来表示相反的意思。

老师在新生入园时了解到，有一位小朋友刚从外地回北京，还没有适应普通话，她家一直用“咝咝”表示让孩子喝水。于是在组织孩子喝水时，老师用了“大众化”语言与“个性化”语言相结合的方法，结果导致另外两个孩子尿了裤子。

在集体生活中，当老师面对十几个甚至更多孩子的时候，不可能对每一个孩子都使用个性化的“专用语言”。孩子进入幼儿园，就开始了社会化的第一步，他们要在一起生活，老师就要使用大家都能理解的语言，否则孩子之间、孩子和老师之间就很难沟通。所以家长一定要在孩子入园前做好相关准备，引导孩子逐渐适应。大小便、喝水、吃饭、睡觉等看上去似乎不是大事，但对于孩子来讲，这些都是最基本的生理需求，关系着他们的身体健康，以及是否能够尽快适应新的集体生活。如果孩子在这些生活活动上出现困难，不仅会焦虑不安，而且往往会出现吃不下、睡不安、排便不畅等生理现象，同时自尊心和自信心也会受到伤害。

给孩子哭泣的权利

孩子从家庭走入幼儿园，从一个熟悉的小环境进入一个陌生的大环境，离开朝夕相处的家人，和一群不认识的人在一起，暂停了原来熟悉的生活程序，开始重新建立新的生活规律。面对这一切，孩子或多或少都会出现一些心理焦虑，快快乐乐、毫无焦虑情绪就能适应幼儿园生活的孩子很少。不要说孩子，就是大人面对一个陌生的环境时，也会多多少少出现一点儿紧张情绪。所以，孩子上幼儿园会有分离焦虑，这是正常现象，家长要给予理解。

成人可以有很多方法面对和缓解因环境变化产生的紧张情绪，比

如提前对将要发生的事情做好充分的预期和心理准备，用自言自语、唱歌、转移注意力、结交新朋友、给家人打电话等方式寻求心理支持。而刚上幼儿园的孩子尚不具备解决这种心理问题的能力，他们所能够使用的最简单、最直接、最有效的方式就是哭，用哭来表达他们对所有未知的不安甚至恐惧，用哭来缓解心里所承受的巨大压力，这是一种本能的、正常的情感宣泄与表达。

拒绝陌生的环境，这也是孩子心理发展的正常表现。孩子在婴儿期时，任何人抱他逗他都可以，但到了6个月左右，孩子开始认识妈妈、爸爸等常和他在一起的家人，能够区分陌生人和熟人，便开始出现陌生人焦虑，也就是我们常说的“认生”。和亲人在一起的时候，他安静而愉快；亲人走开后，或者有陌生人抱他的时候，就会出现不安和紧张，会哭闹。

了解孩子心理发展的特点，是为了更好地理解孩子。家长要允许孩子哭，不能用“好孩子上幼儿园是不哭的”“你看小雨姐姐多乖啊，上幼儿园都不哭，你是不是也很乖？上幼儿园也不哭”“妈妈最喜欢上幼儿园不哭的乖孩子”等语言来引导孩子。这样会让孩子觉得似乎自己哭了就不是乖孩子，妈妈就不喜欢自己，从而处于矛盾之中。

对于刚上幼儿园这件事，不允许孩子哭，应该说是一种有悖孩子身心发展规律的做法，既不利于孩子的身体健康和心理健康，也会使孩子形成不正确的认知。

孩子刚上幼儿园时会哭，除了对新环境缺乏安全感以外，还有一个原因是孩子的独立能力比较弱，吃饭、睡觉、穿衣、如厕等很多基本的生活技能还有待发展，这些最基本的生活琐事都需要成人帮助。原来在家的时候有家人帮助他，现在没有家人陪伴，他们不知道面临这些事情

时该怎样办，这些看上去很小的事情，对于3岁的孩子来讲就是天大的事情。所以，在入园之前，家长要尽可能地培养孩子的生活自理能力，这可以有效减轻孩子因此而产生的无能感和无助感，从而减少分离焦虑。

一般来说，入园适应期的长短与孩子的家庭环境、家庭教育、性格特征、生活自理能力、家长入园前的准备、老师对待孩子的态度、家长与老师之间的相互配合等众多因素有关。适应快的孩子两三天就不再哭了，适应较慢的孩子可能半个月、一个月，甚至一个学期、一学年都在哭。

话说回来，大部分孩子还是禁不住食物和玩具的诱惑，看到老师拿来各种好吃、好玩的东西，他们会暂时停止哭闹，或者吃一会儿、玩一会儿，再哭一会儿。如果老师带他们到教室外面去玩儿，大部分孩子也会逐渐稳定情绪，很少会哭。有些孩子还会劝身边正在哭的小朋友："别哭了，哭也没用，妈妈不在。"年轻的家长尽可以相信自己的孩子，孩子的潜力和适应能力可能超过你的想象，他们完全有能力调整自己的行为和心理，适应变化的新环境。

年轻的家长们尽可以相信自己的孩子，孩子的潜力和适应能力可能超过你的想象，他们完全有能力调整自己的行为和心理，适应变化的新环境。

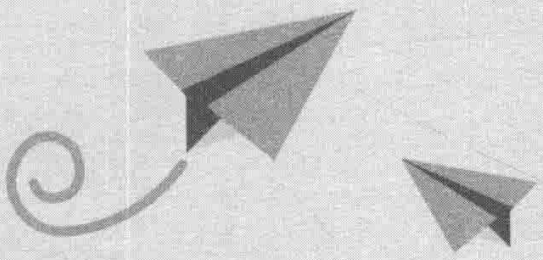


还有一些孩子是哭给家长看的。家长没走的时候他们哭得撕心裂肺，可家长一走，他们就不再哭了，而且会很快找到自己喜欢的玩具。这些孩子很聪明，他们是在用哭声试探家长，如果家长心软，妥协，带他们回家，他们就胜利了，下次就会用更强烈的哭闹来软化家长的心。其实这种做法并不是孩子上幼儿园时才会使用的。你可以回忆一下，当孩子还躺在婴儿车里的时候，是不是就已经会用哭来表达自己的

需要？那时，孩子就已经知道哭可以帮助他实现自己的愿望。长大一点儿，你让孩子自己走而孩子非要你抱的时候，他也会用哭来坚持，如果你没有挺到最后，抱了他，下一次遇到同样的情况时，孩子就会坚持用更长时间的哭泣再次达到目的。在一次次面对非要买的玩具或者冰激凌时，如果孩子也用哭实现了自己的愿望，那么这种试探就成了他的一件“法宝”。现在孩子上了幼儿园，他同样会使用这件“法宝”来试探家长的承受能力。经常有家长担心孩子，自己在幼儿园门外哭得眼睛都肿了，可孩子早已经玩得很开心，吃得饱，睡得香。

刚上幼儿园时大哭大闹的孩子，不一定比其他孩子需要更长时间适应幼儿园的生活。相反，常常是那些不声不响，眼泪在眼眶里打转却忍着不哭的孩子，往往更容易首先在生理上出现问题。他们虽然不大哭大闹，但拒绝老师，拒绝小朋友，拒绝食物，拒绝喝水，拒绝睡觉……他们可以一天不吃不喝不睡，用无声来抗拒新的环境，这样的孩子才真正让人心疼、令人担心。

不要认为孩子来到幼儿园见到老师哭，就是老师对孩子不好。如果孩子想哭都不敢放声大哭，可想而知这个班级的氛围有多么紧张，这里的老师有多么专制和高控。孩子刚上幼儿园时哭闹也不一定就表示他不喜欢幼儿园，这只是孩子还不太适应离开家庭的一个特定时期的特殊表现。只要家长对此有充分的理解和思想准备，用积极的心态去面对和影响孩子，同时保持与老师的密切联系和相互配合，相信每个孩子都会顺利度过这个阶段。



第4章

帮助孩子减少分离焦虑



陪孩子走过幼儿园三年

带着“宠物”来入园

孩子往往都有一件自己非常喜欢、常常拿在手里的东西，有的是玩具，有的是小时候用过的枕头、小被子等，孩子视为珍宝，是他们心中的“宠物”。孩子抱着它，或是将其放在身边，情绪就表现得平稳、愉快，一旦你拿走这个“宠物”，他们就会不安，甚至大哭大闹。

我外甥就有一个小时候盖过的被子，每次睡觉时，就会把它拉扯在脸边，一直到被子小到已经不能覆盖他的全身，他依然要盖。后来他妈妈只能将小被子拆了缝在大被子的被头上。问他为什么，他说“好闻”；问他有什么味儿，他说“有茄子味、香蕉味、冰激凌味……”

为此，很多即将入园的孩子家长非常担心，来咨询时常常会问，可不可以让孩子带着“宠物”入园。

这种“宠物”实际上是孩子的依赖物，孩子之所以喜欢它，与它形影不离，是因为它可以给孩子带来安全感。特别是当孩子在一个陌生的环境中，没有了熟悉的人和物，如果这时能有一个曾经陪伴过他、形

影不离的“好朋友”，孩子会得到一定的心理慰藉，有效减少入园初期的分离焦虑。因此，大多数幼儿园在入园初期都允许孩子带着“宠物”入园。

至于带什么样的“宠物”入园，家长要有所选择：

第一，“宠物”应该是安全的，没有坚硬、尖锐的突起，没有损坏，不会伤及孩子。

第二，“宠物”应干净卫生，因为孩子经常会把“宠物”放在嘴边或用嘴咬着，或者用抱“宠物”的手揉眼睛。

第三，“宠物”不可过大或过小。过大，孩子拿着不方便，容易挡住视线或者绊脚；过小，孩子容易放进嘴里。孩子哭闹或者睡觉的时候，如果嘴里有东西，极易发生危险。

最后，家长还应在“宠物”上写下孩子的名字做标记。因为很有可能其他的小朋友也有同样的“宠物”。而且，有时孩子可能将“宠物”遗忘在院子里，如果上面有名字，无论谁捡到，都可以还给孩子。要知道，如果孩子的“宠物”在幼儿园丢失了，会使孩子对幼儿园产生更深的不安全感和不信任感，这无疑会增加孩子适应幼儿园生活的难度。

带“宠物”入园之前，家长最好提前与老师沟通，听一听老师对此有什么建议或者幼儿园有什么相关要求。比如，在传染病高发期，或者班级中出现传染病期间，很多幼儿园从卫生消毒的角度，不建议家长给孩子带不易消毒的物品入园。

带“宠物”来幼儿园，是为了在入园初期减轻孩子的分离焦虑，减少孩子的不安全感、不信任感，保护孩子的心理；最终则是为了让孩子脱离“宠物”的陪伴，快快乐乐地在幼儿园生活。所以，在最初来幼儿

园时，家长也要向孩子讲明，什么时候可以抱“宠物”，什么时候应该把它放在身边，从而让孩子有一个逐渐脱离“宠物”的过程。

比如，有的孩子抱着一个绒毛玩具，无论什么时候都不离手，洗手的时候不仅自己没法洗手，还把玩具弄得湿湿的；有的孩子背着一个小书包，即使睡觉也不肯放下，于是躺不下睡不着，即使躺下了也很不舒服。家长在入园前，可以对孩子讲明：“你躺在小床上的时候，小书包也累了，你可以把它放在枕头边，让小书包陪着你一起睡。”

“宠物”可以陪伴孩子多长时间，要根据孩子的适应情况和幼儿园的相关要求而定。家长和老师要帮助孩子逐渐从时间和距离上脱离“宠物”。比如，孩子带“宠物”来幼儿园后，可以让它“坐”在窗台上，“看着”孩子活动；可以放在卧室的小床上，等孩子睡觉时再在一起；可以把它放在孩子的小衣橱里，让它“等着”孩子放学。这样孩子脱离“宠物”的时间和距离都是灵活的，老师可以根据孩子当天的情绪状况灵活把握。家长也可以视情况和孩子约定一个期限，比如，“等宝宝过完生日，又长大一岁了，宝宝就不带熊熊一起上幼儿园了，好不好？”，让孩子提前有一个心理准备，等到与“宠物”分离时，就不会有太多不适应。

“宠物”可以陪伴孩子多长时间，要根据孩子的适应情况和幼儿园的相关要求而定。



家长在这段时期要主动与老师多沟通，了解孩子在幼儿园的情况，及时肯定和鼓励孩子的点滴进步，及时与老师达成同步的教育引导，以帮助孩子尽快适应幼儿园的生活。

家长离园也要讲技巧

幼儿园里有很多小朋友和好玩的玩具，如果再有家长的陪伴，宝宝在这里的每一天都会很开心。可是，当爸爸妈妈要离开了，宝宝一个人面对这陌生的环境、陌生的老师、陌生的小朋友时，怎么办呢？

很多家长不知道怎样面对和孩子的分离，不知道怎样和孩子说“再见”。在新生入园阶段，哭声最大的不是早上来幼儿园的路上，也不是家长把孩子送到班上的时候，而是当家长把孩子托付给老师，自己要离开的时候。

家长离开时，采取的方式不同，孩子哭闹的情况也会有所不同。通过观察，我发现大致有以下几类：

· 哄骗型

这类家长在自己要走的时候，就告诉孩子：“妈妈要去上厕所，你在这里等着妈妈，妈妈上完厕所就来啊。”或者对孩子说：“妈妈就在教室外面等你，你一叫妈妈，妈妈就能听见，妈妈就来了啊！”这种哄骗的语言或许在第一天妈妈刚离开的几分钟之内管用，但很快，孩子就会发现这不是真的，因为妈妈并不是一会儿就回来了，厕所里也没有妈妈，自己哭的声音已经很大，喊妈妈喊得嗓子都疼了，可妈妈还是没有来。这样的哄骗不仅不能让孩子减少分离焦虑，反而会让孩子对家长失去信任感，增加孩子对幼儿园的不安和恐惧。

·悄溜型

这类家长看到孩子情绪稳定地玩玩具，会趁孩子不注意悄悄溜走。孩子一旦发现爸爸妈妈不在身边，就会到处寻找，找不到就开始哭闹。这样的离开方式同样会使孩子降低对家长的信任，下次再上幼儿园的时候，孩子就会紧紧拉着妈妈的手，不敢一个人去玩，生怕妈妈又会在什么时候不见了。要知道，缺乏安全感会影响孩子将来的心理发展。

·依顺型

这类家长对孩子百依百顺，孩子让抱着，家长就抱着；孩子说不在教室里，家长就带着孩子去院子里；孩子搂着家长的脖子不肯撒手，家长就躲开想要接孩子的老师的双手，继续搂着孩子哄着。这类家长总是对老师说“我来哄他，我来哄他，一会儿他就不哭了”，但每次要放下时，孩子又会大哭，于是家长再重复以上的做法，直到教室里的家长基本都走了，才不得不把孩子交给老师抱过去。这种离开方式无疑延长了孩子痛苦的时间，虽然家长抱着时孩子会好一些，但他们其实一直都在为与家长分离那一时刻的到来而紧张，到最后家长离开的时候，还是要经历和其他小朋友同样的过程。

·反复型

这类家长中祖辈或者全职妈妈比较多，他们似乎非常不放心，走了又回来，再走再回来，或是躲在幼儿园的某个角落，远远地看着孩子，或是在幼儿园大门外，向里面张望，流着眼泪想象孩子在班级里会哭成什么样子。显而易见这同样不是一种好的方式。

第一，每次与家长分离对刚入园的孩子来讲都是一次考验，老师是专业人士，有能力和经验解决这个问题，稳定孩子的情绪。可是孩子的情绪刚刚稳定下来，接受家长离开的现实，家长又回来了，孩子又将要

面临再一次的分离。家长返回的次数越多，孩子的情绪波动越大。

第二，家长一会儿来一会儿走，聪明的孩子会知道，家长还在周围，于是他会用更大声音的哭闹“告诉”家长：“妈妈，奶奶，你们在哪里？我要回家！”

第三，一旦有一天孩子发现家长在某个角落看着他，不仅情绪会马上产生波动，而且会经常自己跑出教室，甚至要跑出幼儿园，去寻找家长。这样做非常危险，也给老师的看护造成很大困难。

第四，家长这样做会给老师造成极大的心理压力。试想，在专心带班的过程中，不知道什么时候、在哪里，就有一双或者几双眼睛盯着自己，这会严重干扰老师工作的专注性。

第五，这种做法会干扰幼儿园正常的工作秩序和活动组织。比如，孩子在院子里玩的时候情绪会更愉快和稳定，这时幼儿园为了防止孩子因情绪不稳跑出去，会关闭大门。但如果院子里有家长，或者家长频繁进出幼儿园大门，不仅会影响孩子的情绪，还有可能对孩子的安全造成隐患。

在这种类型的家长中，其中一些人返回来的原因竟然是孩子没哭。很奇怪，是吗？对，就是因为孩子没哭。家长觉得别人的孩子都哭，为什么自己的孩子不哭呢？是不是对自己不够依赖？感情不深？家长返回后，反复对孩子说：“妈妈走了啊，你自己在幼儿园，妈妈真的走了啊……”直到把孩子“招惹”哭了，才算“放心”。这样的家长每年新生入园时都会见到，他们实际上是在满足自己被孩子需要的感觉。

·承诺型

这类家长往往会给孩子各种许诺：“你在幼儿园不要哭，妈妈就给你买玩具汽车。”“你乖乖的不闹，妈妈就第一个来接你。”“宝宝听

话，你要是不哭了，回家奶奶给你买冰激凌。”“你要是听话，明天咱就不来幼儿园，爸爸带你去游乐场。”……这样做无疑是在教孩子如何讲条件，无论家长事后是否兑现自己的承诺，从教育的角度讲，都不妥。

·吓唬型

这类家长会以“不许哭，再哭奶奶就不来接你了”“别哭了，再哭眼睛哭瞎了，就再也看不见妈妈了”“别哭了啊，再哭妈妈生气了”等语言吓唬孩子。这样做同样会给孩子造成很大心理压力，带来不安全感和内疚感。

与以上这六种不适宜的行为相比，下面这种做法是我们比较赞成的。

·讲理型

这类家长通常会比较理性又不乏温柔和耐心，他们会时常给孩子讲“宝宝长大了，要上幼儿园，妈妈要上班，宝宝在幼儿园有很多玩具可以玩”等道理。一般情况下，这类家长走的时候孩子也会有一定的分离焦虑，但不会反应很强烈，情绪平复比较顺利。

细致地说，家长可以这样做：

第一步，送孩子来幼儿园之前，以轻松地聊天或者游戏的方式让孩子知道，上幼儿园的时候家长会离开，他要和很多小朋友还有老师一起玩，过会儿家长就会来接他回家，让孩子心理上有所准备。

第二步，带上孩子喜欢的一个“宠物”，让它陪着孩子在幼儿园一起“玩”。

第三步，在送孩子到幼儿园以后，家长要先陪伴孩子一会儿，帮孩子找到一个喜欢的玩具，或者喜欢的事情，比如画画、玩小汽车等，让宝宝情绪保持愉快并被喜欢的事吸引。

第四步，家长要离开的时候，告诉孩子，妈妈要离开一会儿，宝宝可以和小朋友一起玩，有什么事可以找老师，老师会像妈妈一样照顾他、喜爱他，妈妈会在宝宝吃完午饭或者下午睡醒后来接宝宝。

第五步，和孩子正常地说“再见，玩得开心哦”。

第六步，离开的时候，表情要轻松正常，既不要表现得难舍难分，也不要表现出担心，更不要在离开后反复折返。

最后，就是按照自己承诺的时间来接孩子回家。

需要提醒家长的是，在和孩子说“再见”的时候，尽量说“你会在幼儿园玩得很开心”“祝你玩得开心”“今天你可以再认识一个新朋友，等妈妈来接你的时候介绍给妈妈”“今天你又发现了什么好玩的玩具，等妈妈来接你的时候介绍给妈妈”等话语，不仅会使孩子听了更放松，也对孩子应该怎么做有具体的引导。不要说“乖啊，不哭”“妈妈相信宝宝一定不会哭的”“听老师话啊”“不要和小朋友抢玩具”等，这类语句会给孩子造成心理压力，使孩子的情绪更不易稳定。

家长和孩子都需要“断奶”

在孩子入园前几个月，很多家长自己就开始焦虑起来。我接触过很多前来咨询的家长，每每说到孩子再过几个月就要上幼儿园，妈妈的眼泪就直打转。看来，入园的分离焦虑不只孩子有，家长同样也需要调试。

从十月怀胎到喂养婴儿，从蹒跚学步到咿呀学语，很多家长和孩子

基本上每时每刻都生活在一起，双方之间的相互依赖和依恋，很难说谁对谁更强烈些。从某个角度来讲，孩子将要入园所带来的分离焦虑在家长身上表现得更为明显。因为家长想的事情太多，担心也就太多，随之产生的不安和焦虑也就更多，而且比宝宝的焦虑来得更早，持续的时间也更长。“不是孩子离不开家长，而是家长离不开孩子”，这样说一点儿也不过分。

家长焦虑的原因主要来源于对幼儿园、对老师的未知，对孩子将要独立面对一切时会怎样的未知，也不否认个别缺乏师德的老师，其所作所为对社会产生的负面影响，使得家长对幼儿园和老师缺乏信任。

家长要消除焦虑，首先要了解幼儿园的情况。现在的信息来源渠道很多，家长可以通过多种途径，对幼儿园进行全面的了解，如幼儿园的体制、教育理念、社会认知度、发展历程、师资情况、硬件条件、一日活动安排等。家长对幼儿园了解得越多越深入，对幼儿园的信任度会随之增长，由于未知产生的焦虑也就会减弱。

其次，从孩子的角度入手做足准备。入园准备做得越充分，家长就越可以放心地送孩子上幼儿园。

一般来讲，如果入园前的看护者单一，接触的人很少，这样的孩子在入园时会有比较强的分离焦虑。因此，在条件允许的情况下，家庭中的每个成员最好都尽量分配时间陪伴孩子，这样既可以增进孩子与每个家庭成员之间的亲情，又可以减少孩子对某一个人的过度依恋。

入园前与家长经常有肌体接触、关系非常亲密的孩子，入园时也会有较强的分离焦虑。因此，家长在孩子入园前的几个月，可以有意识地减少与孩子过多的肌体接触，同时也要有意识地克制自己与孩子肌体接触的欲望。例如，原来孩子做完一件事，家长是用搂抱、亲吻来表示喜

欢和鼓励，现在可以变成鼓掌、竖起大拇指、夸奖赞美等。原来孩子总要妈妈抱，现在妈妈可以让孩子抱个娃娃，告诉孩子，“你长大了，你来照顾娃娃吧”，以此转移孩子对妈妈的依恋，唤起孩子保护弱小的愿望，接受自己长大了的心理暗示。

在生活上过度依赖家长的孩子，入园时的分离焦虑也会比较强烈。针对这一点，家长可以从鼓励孩子自己喝水、吃饭、睡觉、学会表达大小便等细微的生活环节入手，培养孩子的生活自理能力。在这方面，家长要根据幼儿园的情况有意识地培养。比如，孩子在幼儿园大小便是蹲便还是坐便？是否与孩子在家里的习惯不一样？在幼儿园喝水是用水杯还是用水瓶？是喝白开水还是蜂蜜水或其他果汁？有没有需要孩子提前调整和适应的？孩子在幼儿园睡觉时，老师也许不能保证抱着每一个孩子入睡，或者轻拍每个孩子的后背，那么孩子在家这几个月，家长是否也要提前帮助孩子改变原来的入睡习惯？此外，如前所说，家长也要有意识地根据幼儿园的作息时间调整孩子在家的作息时间。

入园后没有家长的陪伴，又没有新的可以信赖和依恋的对象，也是导致孩子产生不安全感、不信任感和分离焦虑的原因。在孩子入园前，家长可以有意识地让孩子对某个物品产生依恋，从而逐渐替代对妈妈的依恋，比如孩子非常喜欢的娃娃、布袋熊、软球，或者妈妈使用过的手绢，等等。在孩子刚入园的时候，这个物品可以暂时成为他新的感情寄托，陪伴孩子度过入园适应期。

孩子的个性也会对入园情绪产生影响。一般来说，个性活泼、喜欢和别人交往的孩子，入园适应比较快，尽管他们可能在入园前几天哭闹的声音比较大，但很快就会被新的玩具和玩伴所吸引。所以家长可以多

带孩子出去玩，扩大孩子的生活范围，鼓励孩子和小伙伴交往，放手让孩子与人多接触。家长要有意识地逐步拉开自己与孩子之间的距离，从手把手带着孩子玩，逐渐过渡为站在一边看着孩子玩。孩子和小伙伴之间发生小摩擦的时候，只要不存在危险，家长就最好以观察为主，少直接参与，也不要过分担心孩子是不是会被小伙伴欺负。让孩子自己去和小伙伴交往，这是孩子学习与人交往的必修课。逐渐拉大距离对孩子和家长都有必要。

对幼儿园感到陌生也是导致孩子产生分离焦虑的重要原因，家长可以多带孩子到幼儿园周围去玩，让孩子看到幼儿园里小朋友们快乐地嬉戏，听幼儿园里的歌声，看老师带小朋友们做操、做游戏，有条件的还可以在幼儿园开放日带孩子进到幼儿园里面。家长可以用“宝宝会自己拿勺子吃饭了，以后老师一定会喜欢你”等类似的话鼓励孩子，让孩子对幼儿园不再感到陌生，对上幼儿园产生一种期待。千万不要用“你不听妈妈的话是吧？等将来上了幼儿园让老师管你”之类的话管教孩子，这样会让孩子对幼儿园、对老师产生恐惧，加重日后的分离焦虑。

孩子入园的准备过程和妈妈给孩子断奶的过程一样：妈妈要逐步减少孩子喝母乳的次数和总量，增加其他替代食物的喂养次数和总量，让孩子慢慢适应新的食物结构。在断奶的过程中，妈妈在生理和心理上也会随之发生各种变化。孩子入园的准备工作要提早进行，这既是为孩子顺利入园奠定基础，同时也是为家长适应没有孩子陪伴的日子做准备。这是家长和孩子双方逐渐“断奶”的过程，是双方逐渐脱离对方、渐渐相互独立的过程。

分阶段适应入园生活

大部分孩子在刚入幼儿园时，都会表现出分离焦虑。据我多年的观察和粗略统计，90%左右的孩子都会表现出对新环境的不适应。其中约有1/3的孩子表现得较为强烈，如不停地哭闹、饮食减少、梦中惊醒等；大部分孩子则能在老师和家长的引导下，保持正常游戏、饮食和睡眠，这些孩子入园后3～5天左右就能明显减少哭闹现象；完全没有分离焦虑，对新环境适应愉快的孩子，只占不到10%的比例。

在这里我们来了解一下幼儿园是如何迎接新学生的。

通常来讲，为了减少新生入园时的分离焦虑，幼儿园会在一段时间内安排一些适应性活动，并对孩子的在园时间有所调整，以帮助他们逐渐适应幼儿园的生活。

以我们幼儿园为例，在新生入园之前，老师首先要通过家访对家长和孩子有一个初步的认识。但是，随着现在很多家庭的居住地距离幼儿园越来越远，且比较分散，出于对时间、效率以及有些家长不方便在家中接待老师等现实问题的考虑，除距离幼儿园比较近或明确表示愿意接待家访的家庭以外，我们逐渐用电访替代了家访。或者相约几个家庭，请家长带着孩子到幼儿园或幼儿园所属的小区里来，这样老师既可以和家长、小朋友见面，又可以让孩子熟悉一下幼儿园或者周边环境。在这次接触中，家长可以向老师全面介绍孩子的情况，包括乳名、身体发育情况、兴趣爱好、脾气个性、日常照顾者、生活习惯和自理能力等。特

别要注意，如果孩子有过敏史、高热惊厥史、习惯性脱臼，或者家庭中有遗传性疾病等，家长一定要主动向老师如实介绍。因为孩子将来上了幼儿园，白天十几个小时都要和老师在一起，如果老师对他的一些特殊情况缺乏了解，有可能造成不良甚至十分严重的后果。

我园就曾有过这样的经历：

一个中班的女孩在玩攀登架，当她攀爬到最高处时，突然全身瘫软，从架子上坠落下来。幸好当时老师就在她下面看着她，女孩跌落在老师怀里。后来老师了解到，这个女孩患有癫痫，即使在没有高热的情况下，也会突然发作。而家长担心把实情告诉幼儿园，幼儿园会拒绝让孩子入园，就隐瞒了下来，没想到发生了这样危险的一幕。如果不是当时老师正好在女孩的下面，如果不是老师反应快接住了孩子，后果真是不堪设想。

第一阶段，在新生最初入园的三天内，我们通常采用亲子入园的形式，早上可以有一位家长陪同孩子入园。孩子在家长的陪伴下吃早饭、玩玩具、做游戏、参加户外活动，直到活动结束，再由家长陪伴离园。整个活动持续到午饭前，这可以让孩子在有亲人陪护的状态下快速熟悉幼儿园的环境和老师，找到自己喜欢的玩具。家长也可以通过这三个半日的活动，初步了解幼儿园和班级情况，观察孩子在集体生活中的表现，这对缓解家长因不了解幼儿园而产生的焦虑和担心有明显作用。老师也可以通过这三天的活动，近距离接触和了解孩子与家长，特别是了解孩子的个性特征以及家长的教养方式。

第二阶段，缩短家长的陪伴时间。通常在陪伴孩子吃过早饭之后，

家长就要离园。孩子要在老师的陪伴下独立在幼儿园生活半天，吃过午饭后，家长才可以来接孩子。如此安排的意义在于，让孩子和家长都尝试彼此暂时分离的感觉，因为分离焦虑不仅仅在孩子身上存在，在家长的身上同样也有，有的家长甚至表现得比孩子更为焦虑。

第三阶段，延长孩子独立在园的时间。我们通常会让孩子在幼儿园睡午觉，下午起床吃过加餐之后，家长再来接。在这个阶段的入园环节，是否需要家长陪伴孩子吃完早饭，可以根据班级总体情况和孩子适应的个体差异灵活把握。如果孩子入园时情绪比较稳定，家长可以把孩子交给老师后便独自离开。独立午睡通常是孩子适应幼儿园生活的一个难点，很多孩子在幼儿园一上午都可以玩得很好，但到了午睡的时候就开始哭闹。所以幼儿园安排家长在孩子起床后就来接，使孩子把睡午觉和吃水果、妈妈接等高兴的事情联系在一起，减少因午睡产生的不良情绪和抵触心理。这样安排也是为了个别情绪反应激烈的孩子着想，上午在幼儿园吃不了太多东西，下午回家还可以补充一些食物，以免出现因进食量减少而造成暂时的营养摄入不足。

到了第四个阶段，孩子就可以正常入园了。他们可以独自在幼儿园待上一天，等吃完晚饭家长再来接。有了前面这一系列入园适应的铺垫，绝大部分孩子都可以适应幼儿园的生活。虽然早上可能还会有个别孩子哭，但一般家长走后，他们很快就不哭了，转而正常参与各种活动。

各个幼儿园的情况不同，在入园适应活动安排上也会各有特点。由于入园适应问题涉及孩子、家长以及幼儿园和老师等方方面面，因此，各个幼儿园都会尽自己所能做好一切相关准备。比如，把新入园的孩子安排在进出方便的位置，便于老师经常带孩子到院子里玩；在孩子入园

前就准备好适宜的玩具，并且每一样玩具都会准备很多的数量，因为这个年龄的孩子看到其他小朋友手中的玩具，通常也会想要玩同样的玩具；每天给新生班孩子多准备一些独立包装的鲜奶、酸奶以及其他小食品，避免孩子因不爱吃饭而饿着；幼儿园大班的老师还会组织大班的小朋友开展迎接弟弟、妹妹的主题活动，让新入园的孩子体会到被关爱的感觉，等等。

让家长了解幼儿园为迎接新生所做的准备工作，是为了减少家长的顾虑，因为家长的情绪会直接影响孩子。不要以为孩子小，不懂事，其实他们可以非常敏感地察觉到家长的情绪变化。只有家长首先打消顾虑，对幼儿园和孩子充满信心，孩子才能快速、顺利度过入园适应期。

离园后，家长与孩子谈话有讲究

每天把孩子从幼儿园接回家后，与孩子谈论什么话题，是家长特别需要注意的问题。话题适宜，可以帮助孩子尽快适应幼儿园生活；反之，不仅会对孩子入园适应造成困难，甚至会影响到孩子将来几年的幼儿园生活。

有的家长在接孩子时，一见到孩子，就一把抱起来，端详着："哎哟，宝贝，快让妈妈看看……想妈妈了没有？哭了没有？"孩子一听，马上撇撇嘴，似乎受了很大委屈，大哭起来："想妈妈……哇……"

还有的家长接到孩子后，一路问着："今天吃饭的时候有没有哭

啊？睡觉的时候呢？你哭的时候老师抱你了没有？有小朋友打你了吗？今天尿裤子了吗？尿裤子的时候老师说你什么了？……”

可以理解，这都是多数家长非常想知道的问题，他们希望从中了解老师是不是关爱孩子，孩子会不会在幼儿园受欺负，会不会受委屈，等等。

但是，应该说，这样的问法是有些不妥的。

首先，对于三岁的孩子来讲，这些问题带有一定的诱导性。三岁左右的孩子经常会出现这样的现象：同一个问题，你如果问他“有吗”，他会说“有”；换种问法，如果问他“有没有”，他可能又会说“没有”。所以对于这些问题孩子即使做了肯定或者否定的回答，事实也不一定真的是这样，反而可能会造成家长与老师之间的误会。

其次，三岁的孩子还没有建立时间概念，你问他“今天”，这个概念对于他来讲是模糊的，他也许会把以前的事情和今天的事情搞混。

再者，这些问题都有些负面，容易引起孩子不愉快的回忆，引发孩子的负面情绪。而且这么大的孩子常常会将想象和事实混淆，他们会把动画片里看到的、其他小朋友讲述的或者故事里面的情节与自己的经历联系在一起，即使在幼儿园里并没有发生这样的事情，他们也会像真的发生过一样讲出来。和学习知识或者技能相比，小孩子内心对于情绪的体验更为深刻。如果家长经常和孩子聊这样的问题，孩子会将不良的情绪体验和上幼儿园联系在一起，如此下去，就会“谈幼儿园而色变”。

那么家长和孩子谈论哪些话题、怎样谈，才适宜呢？

第一，家长和孩子的谈话可以围绕孩子最容易记住、最感兴趣的话题进行。

什么是大部分孩子最感兴趣、最容易记住的话题呢？这可能与

“吃”和“玩”有关。

我认识一位家长，她会把幼儿园的食谱记下来，每天接到孩子后，就耸起鼻子、眯起眼睛、表情夸张地“闻闻”孩子，说：“啊，真香啊，我闻到西红柿炒鸡蛋的味道了……嗯，还有……炖肉的味儿。让我闻闻小肚子，啊，还有水果的味道，是什么水果？快告诉我，我也要吃……”孩子马上和妈妈进入游戏的状态，咯咯地笑着让妈妈猜。这位妈妈很聪明，在孩子刚入园的时候，她经常能“猜对”答案，孩子觉得很奇怪，妈妈就说：“是因为伙房老师做的饭太香了，妈妈闻到了。伙房老师真棒，妈妈都不会做这样的菜！”几天后，孩子渐渐适应了幼儿园的生活，这位妈妈开始“猜不对”了。她总是“猜错”，“不得不让”孩子告诉她答案。

这样的话题和游戏化的形式，不仅让孩子感到有趣、放松，而且帮助孩子建立了对幼儿园和老师的好感甚至崇拜，同时，又培养了孩子的观察力、记忆力和语言表达能力，因为孩子会认真观察和记住每道饭菜，希望能在和妈妈玩游戏的时候告诉妈妈。

第二，家长和孩子的谈话要力争引起孩子愉快的情绪体验。

家长要明白，我们和孩子谈话的目的，是通过谈话帮助孩子尽快度过入园适应期，而不是抱着怀疑的态度，证实孩子有没有被小朋友欺负、被老师批评。这种想法首先就将自己、孩子和幼儿园及老师放到了对立面上，非常不利于家长与老师之间的沟通。因此，我们在与孩子谈话时，要尽可能地让孩子体会到上幼儿园的快乐。

快乐的家长才能培养出快乐的孩子。



轩轩的妈妈经常和轩轩谈论这样的话题：“老师又带你们玩什么游

戏了？你高兴吗？”“看到你高兴，妈妈也很开心！”“你都和谁一起玩游戏了？”“你又认识了哪个新朋友？”“老师又带你们玩了什么新玩具？”“你最喜欢幼儿园里的什么玩具？”“上幼儿园真好，有这么多小朋友，你明天还想来幼儿园玩好玩的游戏和玩具吗？”等等。这样的问题引导孩子回忆和期盼的无疑都是好玩有趣的事情。家长经常讲这样的话题，容易帮助孩子在快乐和上幼儿园之间建立联系。

离园后家长与孩子谈论的话题，不仅关系到孩子的入园适应问题，更传递着家长的人生观和价值观。

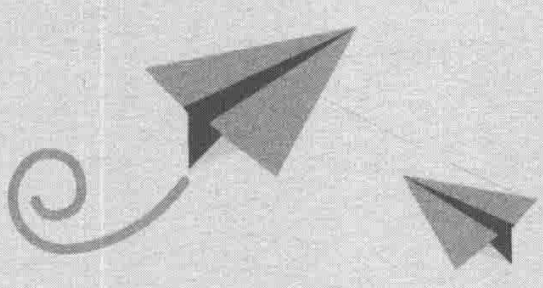
我曾经见过一位奶奶，接到胖胖的小孙子之后说：“早上吃鸡蛋，你吃了几个？一个？奶奶不是跟你说过，让你吃两个吗？都是交那么多钱，你得多吃点，吃得越多，咱越赚。”这无疑会引导孩子养成占小便宜的习惯。

那么，对于前面提到的家长不放心的那些问题，是不是就不能问了呢？

在我看来，有两种做法：第一是完全忽视这些问题。即使孩子说了一些类似的“不好”事情，家长也要用不在意的态度去引导孩子忽视它，这样做可以培养孩子开阔的心胸，学会包容和善待别人。家长可以引导孩子将注意力放在正向的事情上，不必过于纠结是是非非。更何况，小孩子之间本就没有真正的矛盾，一会儿打打闹闹，一会儿又搂搂抱抱。

另一种做法是，在有必要的情况下，家长可以通过与老师的沟通，全面了解孩子在幼儿园的情况。

家长关注的事情孩子就会关注，家长忽视的事情孩子也会忽视。快乐的家长才能培养出快乐的孩子。



第5章

亲子交流



陪孩子走过幼儿园三年

保持家庭教育的一致性

钦钦和爸爸妈妈、爷爷奶奶住在一起，是家里三代单传的男孩，备受爷爷奶奶宠爱。姥爷姥姥虽然不和钦钦住在一起，但也非常疼爱钦钦，钦钦会每隔一周去姥爷姥姥家过一次周末。

两家老人似乎都想表示比对方更疼爱这个孩子，如果这天爷爷给钦钦买了一套衣服，第二周姥爷一定会给钦钦买一个玩具；如果奶奶给钦钦做了最喜欢吃的红烧肉，姥姥就给钦钦买最喜欢吃的水果。爷爷奶奶问钦钦“爷爷奶奶好，还是姥爷姥姥好”，钦钦就说“爷爷奶奶好”。到了姥爷姥姥家遇到同样的问题，钦钦就说“姥爷姥姥好”。5岁的钦钦跟着爷爷奶奶出去从来用不着自己走路，因为有爷爷奶奶换着背；跟着姥爷姥姥出去也同样不用自己走路，因为姥爷姥姥会用小车推着他走。

要说孩子有人疼应该是件好事，可这却把钦钦的爸爸妈妈急坏了。

钦钦在幼儿园会自己吃饭、穿衣、睡觉、上厕所，可是一回到家，这些就都不会了，吃饭要人喂，穿衣要人帮，睡觉要人哄，如厕要人陪。钦钦在幼儿园也很懂事，可以一个人玩，一个人看书、折纸、画

画，还会帮助老师擦桌子，给小朋友发碗筷，可是一回到家就把玩具扔得满地都是，还经常和爷爷奶奶发脾气。钦钦在幼儿园和在家里的表现完全判若两人。爸爸妈妈管不了，因为一管爷爷奶奶就拦着，说“谁敢批评我孙子！”；一打姥爷姥姥就挡着，说“你们要管孩子别在这儿管啊，是打给我们看的吗？要打他，先打我！”爸爸妈妈眼见钦钦越来越难管教了，经常和两家老人因为孩子的教育问题发生矛盾。钦钦也完全明白自己有“保护伞”，爷爷奶奶不在的情况下，非常听爸爸妈妈的话；爷爷奶奶或者姥爷姥姥在身边的时候，就为所欲为，一看爸爸妈妈生气了，马上就去寻求老人的保护。

家庭成员教育孩子不一致，对孩子的成长非常不利。孩子很聪明，知道在什么时候谁可以护着自己。他们面对不同的家长，会表现出不同的行为，这样的家庭环境会让孩子成为“两面派”。在他们的心里，没有规则意识，因为当他们违反规则的时候，总会有人为他们开脱；无论他们做错了什么事，都会有人保护他们免受责罚。

两家老人对钦钦是典型的溺爱，是为了满足自己能够成为孩子口中“最好”的人的虚荣心，这种缺乏理智、不负责任的爱只会放纵孩子，终将害了孩子。

家庭成员教育孩子方法不一致，对孩子的成长非常不利。



钦钦的爸爸妈妈意识到问题的严重性，把两家老人集中到一起，非常严肃地开了一次家庭会议。从爷爷奶奶、姥爷姥姥行为的对比，到钦钦身上的各种变化，再到新闻上类似的案例，他们晓之以理，动之以情，在充分肯定四位老人对钦钦疼爱的基础上，十分严肃地分析了问题的严重性。开始两家老人还相互埋

怨，怪对方宠坏了孩子，后来就都不再说话了，或许他们认识到了自己这样做的错误所在。

最后，钦钦的爸爸妈妈说，以后钦钦的教育问题主要由爸爸妈妈负责，当他们管教孩子的时候，希望老人们不要护着孩子。即使大家的意见不统一，也不能当着孩子的面发生争执，等孩子不在场时再相互沟通。如果四位老人不同意，他们就要带着孩子出去租房子住。

老人当然不希望孩子们搬出去住，于是，大家达成了统一意见。

从那以后，尽管四位老人有些不习惯，有时也很想再像原来一样宠爱、娇惯一下钦钦，但他们想起钦钦父母的话，也只好作罢。

如果家长们的教育观念和行为不一致，就会让孩子钻空子，不利于孩子的心理发展。



钦钦开始的一段时间也很不习惯，因为自己做错事后再也得不到保护，为此，他向爷爷、奶奶、姥爷、姥姥发过脾气，也赌气不吃奶奶做的红烧肉，但后来发现这一招不灵，每到这个时候，爷爷奶奶或者姥爷姥姥就会回到自己房间关上门，或者借口出去买菜就走了。钦钦失去了“靠山”，只好在爸爸妈妈管教他的时候安静地听着，像在幼儿园里一样，自己吃饭、洗手、上厕所，自己睡觉、穿衣、收拾玩具。

不过，钦钦很快又高兴起来，因为他发现这样做之后，爸爸妈妈、爷爷奶奶、姥爷姥姥更喜欢他了，小区里的叔叔阿姨、爷爷奶奶也都夸他懂事了。

钦钦的爸爸妈妈脸上的笑容也比原来多了。他们找到我说，幸好当时我与他们谈了话，让他们意识到问题的严重性。本来他们认为孩子还小，宠一些惯一些问题不大，自从我找他们谈过话之后，他们想了两个

晚上，越想越后怕，最终决定按照我说的，开一次家庭会议。由于担心四位老人坚持不下来，他们最后还说出要搬出去租房子住的打算。虽然这可能会把四位老人吓一跳，但事关孩子的教育问题，他们觉得还是做对了。现在钦钦有了喜人的变化，这才是家长最终的目的。

现在的孩子大多是独生子女，家长们关注的焦点都集中到孩子一人身上。如果家长们的教育观念和行为不一致，就会让孩子钻空子，不利于孩子的心理发展。在教育孩子的问题上，当几个人对一件事看法不一致时，最忌讳当着孩子的面发生争执，一定要在孩子不在场的情况下进行沟通，达成统一的认识，这样孩子才可能接受到良好的家庭教育。

让孩子爱上故事

最近，图书区里的图书总是遭到损坏：要么封皮没有了，要么里面印有好看的红狐狸的那一页不见了，要么中间的各色小花被撕掉了……

我不动声色地观察着图书区，终于发现了其中的秘密。原来是朵朵在孩子们不注意的时候，悄悄撕掉了那些书页，小心地折起来，放进书包里。

我知道朵朵喜欢收集花花绿绿的纸，不管是各种食物的包装纸，还是手工区里小朋友剪下的碎纸或者印有广告的纸，只要有颜色，她都

喜欢。她的小书包和小柜子里藏满了她收集来的宝贝。

朵朵一定是喜欢书里那些图案或鲜艳的颜色，于是就把那一页撕下收藏起来。

怎么办？现在戳穿她？不好，朵朵悄悄做，就说明她知道这样做是错的，如果我当场揭穿，她的自尊心一定会受到严重打击，觉得很没面子；即使我不当着其他孩子的面，朵朵也一定会在很长时间里觉得无法面对老师。怎么办呢？

趁着中午孩子们睡觉的时候，我一边整理图书区，一边思考着如何解决这个问题。

书？故事？对，这些故事书给了我启发。孩子们都喜欢听故事，我何不用故事引导朵朵呢！

下午孩子们起床后，我给他们讲了一个故事：故事书最喜欢收集各种颜色，它可以把红色、黄色、绿色等好多颜色都变成美丽的图画，编成故事，穿在自己身上。小朋友们都非常喜欢它，也喜欢让老师拿着故事书给大家讲故事。可是，就在小朋友们听故事听得入迷的时候，老师不讲了，因为故事书不知道被谁撕掉了……故事书难过地哭了，小朋友和老师也很着急……

讲到这里，孩子们纷纷想办法，这个说，“故事书你别着急，我会画画，我帮你画一张”；那个说，“对啊，我们班里的书也有被撕坏了的，我们也画画，再把它粘上，以后老师就能讲故事了”。

之后，朵朵再也没有去撕过书。

每个孩子都喜欢听故事，故事伴随着孩子的成长。

孩子们年龄小，有泛灵性，一朵花、一颗石子、一只小狗、一朵白云，在孩子们的眼里都是可以说话、会哭会笑、会跑会跳的，他们对世界充满好奇与幻想。故事正好符合和满足了他们的这些思维特点。

当孩子爱上故事，就为大人和孩子开辟了一条便捷的沟通渠道。通过讲故事，不仅能让孩子了解应该懂得的道理、养成的习惯，还能治疗孩子们受伤的心灵。

我的班上曾经有一个小女孩，四岁那年爸爸、妈妈带她去旅游，路上遇到了车祸。在车即将爆炸的那一刻，爸爸用尽全身力气，忍着剧烈的疼痛，将她和妈妈从车窗举了出去，而他自己却再也没有出来。女孩眼看着熊熊大火吞噬了她最亲爱的爸爸……

女孩从此不再说话，怕见到火，总是蜷缩在角落里低着头，无论小朋友玩得有多开心，都吸引不了她的参与。妈妈既担心又着急，带她去了很多医院，也看过心理医生，女孩有些好转，但也只限于和妈妈说话。

看着小女孩从原先的活泼可爱变成现在的默默无语，为了帮助她走出来，我想到了故事。

我给女孩编了一个长长的故事，每天讲一段，边讲边编。故事的主要情节是，有两只小兔子，她们是姐妹，感情非常好，经常一起采蘑菇、挖青菜，一起唱歌、做游戏。她们在山里遇到过大灰狼和老鹰，但每次都凭借勇敢、智慧和团结战胜了他们。有一次，姐妹两个因为暴风雪走散了，当她们发现没有彼此在身边，只能凭自己的力量找到回家的路时，都非常坚强。一路上她们战胜了很多困难，平安地回到了家。

最初听故事的时候，她只是面无表情地发呆，既不看我，也不回应我的讲述。但几天过去了，我发现她不再被动地等着我抱她来听故事，而是主动靠在我的身边，虽然她没有说话，但我知道她是想接着听故事。又过了几天，我惊喜地观察到，她的眼神有了变化。有时她会抬起眼睛看我一下，好像在问“那后来呢？”又过了几天，当我讲到“妹妹躲在树洞里，身边没有亲爱的姐姐，她好冷好饿好害怕”的时候，小女孩的眼睛里竟然出现了晶莹的泪花……半个月过去了，我

每天编着兔子的故事讲给小女孩听。终于有一天，我问她："你说兔妹妹能找到家吗？"女孩轻轻地答了一声"可以"……我的内心被这轻轻的一声震撼了，眼睛里涌动着泪珠，但我还是克制住自己，缓缓地搂住她，尽量平静地继续讲着故事，生怕自己的举动惊吓了小女孩刚刚萌芽的温情。

就这样，女孩开始了爸爸离开后近半年来第一次和除妈妈以外的人的交流。

女孩现在已经三十多岁了，她工作后和我取得了联系。她还记得当时我给她讲的这个故事，给我发来过一条短信："老师，兔妹妹很坚强，又冷又饿还受了伤，虽然姐姐不在她身边，但她只要想起姐姐的爱，就能坚强地朝家的方向走去。谢谢老师给我讲小兔子的故事，我现在一切都很好……"

故事真的是很神奇，每个人都可以在同一个故事中得到不同的领悟。无论生活中遇到什么事情，高兴的、失落的、幸福的、悲伤的，都可以通过故事反映出来，不如意的可以在故事中有个完美的结局，现实中的遗憾也可以在故事中得以实现。

故事的魅力无限，它对孩子的意义远远超出了成人的想象。

有的故事只是因为情节有趣而吸引孩子；有的故事是因为包含了天马行空的想象而受到欢迎；还有的故事词句优美，听着它眼前就好像展开了一幅美丽的画卷；更有些故事，大人觉得没意思，而孩子却只是因为它不断重复的句式咯咯笑个不停。

我爱给孩子讲故事，每一次讲，我自己也都会被感动。

两年前，朋友送给我一本书——《故事知道怎么办》。书中写道：

这让我回忆起很多自己给孩子们讲故事时的情景。故事真的是伴随孩子成长最好的伙伴，它有像大海一样宽广的胸怀，可以融化孩子遇到的一切烦恼和痛苦，随时做好准备倾听孩子的一切诉说；它有千种万种变化，完全有能力体会孩子所有的幸福与快乐，引领孩子解决一切问题。故事知道怎么办，因为故事总有妙招。故事就像水，能够找到直抵灵魂深处的道路，能够透过裂缝渗入坚不可摧的墙壁，能使万物重新焕发青春的光彩；故事就像水，对儿童的健康成长至关重要。

爱故事吧，当你爱上故事，就充满了智慧；当孩子爱上故事，就多了一个最知心的伙伴。

让孩子在试误中学习

有一次，我在公交车上遇到一位妈妈，在批评自己四岁左右的儿子："跟你说过没有，不要往墙上乱画，你倒好，不往家里的墙上画了，又画奶奶家的墙，画就画吧，用笔画完了还不算，睡觉时还用指甲划卧室的墙……"那位妈妈非常生气，越说声音越大，还不时推搡着儿子。小男孩低着头噘着嘴，一刻不停地蹭着两只脚，眼泪吧嗒吧嗒地掉在脚上……

且不说这位妈妈在公共场合这样批评孩子是否合适，单就学龄前儿童"做错事"而言，有很多原因，不知家长是否有足够的心理准备，去面对他们各种各样的"错误"。

孩子“犯错误”，大致可以分为以下几类：

第一类，不是错误的“错误”，诸如把牛奶洒了，掉了一地饭粒，颜料画到纸外面，打碎杯子，兴奋地到处跑跑跳跳，等等。严格说来，这一类“错误”不应该叫“错误”，因为这些行为更应归属于孩子的年龄特点。幼儿期孩子的神经系统、运动能力、肌肉控制能力、力量、方向把控能力、手眼协调能力、方位知觉等，都还处在发育或者发展阶段，他们并不是有意要做错事情，而是自身能力所限。不要把孩子的年龄特点当成缺点，年轻的父母和幼儿园的老师，都要了解幼儿的年龄特点，只有了解孩子，才能宽容和接纳他们的“错误”，正确看待和理解他们的行为，也才能不因此伤害孩子的心理，干扰孩子正常的发育和发展秩序。遇到以上情况，我们只需要给孩子一块抹布，让他擦干净牛奶，拣干净饭粒；给孩子一张更大的纸，多带孩子玩运动类游戏；帮助孩子清扫杯子的碎片，适时引导孩子玩安静游戏等，另外，再根据孩子的具体情况适当给予一些指导和更多的实践机会即可。

第二类，缺乏生活经验所致的“错误”，例如衣服扣子系错或前后穿反，袜子跟穿到脚背上面，给小鱼喂饮料，给植物浇水过多，等等。究其原因，这些“错误”多与孩子缺乏生活经验有关。要想减少类似情况的发生，最有效的办法就是放开手让孩子自己去做，从而积累生活经验，提高动手能力，或者用讲故事等方式告诉孩子正确的方法。当孩子感觉到穿着不舒服、活动不方便，或者发现动植物出现了异常状况，他们自然会观察、思考问题出在哪里，或者寻求家长帮助，此时就是家长介入指导的最佳时机。需要注意的是，这个介入并非直接帮助孩子或代办，而是教会孩子正确的方法，通过成人的帮助让孩子自己解决。比如引导孩子观察区分衣服前后的图案、颜色有什么差别，找一找衣服的兜

在哪里，让孩子用没穿在身上的衣服练习系扣子和拉拉链；为孩子提供给娃娃穿衣服、穿袜子的机会；给孩子讲解小鱼需要什么样的生活环境；挖出植物的根，让孩子观察土壤湿度和腐烂的根。当然，接下去还是要让孩子有更多机会做这些事。学龄前儿童的学习是以直接经验为主，大量的实践可以帮助他们积累相关经验。孩子在用各种感官学习的基础上，一定要有反复实践和动手的机会，才能真正形成经验，使大脑神经元髓鞘化，建立相应的神经网络，促进大脑的发展。

第三类，通常是成人反复提醒孩子不要做的事情，比如孩子不停地按下灯的开关，打开水龙头长时间看着水流出，下雨时用力踩踏水坑，拆坏家里的钟表或玩具小汽车，挖出刚种下几天的种子，捏死鱼缸里的小鱼，把小虫子放进裤兜里带回家，等等。这类错误常常使家长很恼火，埋怨孩子："跟你说过不许这样没有？你没听到吗？我看是成心吧！"面对孩子不断地做出类似的事情，很多家长会失去耐心，有时甚至会对孩子发火，惩罚孩子，就像前面提到的在公交车上训斥孩子的那位妈妈。事实上，孩子做出这些事情，恰恰应该得到家长的理解和重视，因为这体现出孩子对事物强烈的好奇心和求知欲，他们是在探索未知的世界。

在幼儿园，我们也经常遇到类似的事情。老师讲过不要浪费水，水用完了我们就无法生活之后，偏偏有孩子去打开水龙头，一直看着水向外流。原来，他是在验证老师说的水是不是可以流干。老师把用水果做成的水果娃娃放在教室里，没一会儿，水果娃娃不知被谁弄了个洞，还在里面塞了一块电池。原来，是孩子看玩具小车放了电池就可以走，他也想让水果娃娃走起来。有的孩子悄悄把米饭埋在花盆里，是为了看它发芽。有的孩子捏碎蜗牛的壳，是为了看它还能不能再长出新的壳

来。他们有时会对着一张皱纹纸反复观察，有时又对着两面镜子左看右看……

他们专心地研究着自己感兴趣的事情，那份执着和坚持，那份专注和认真，不正是科学家研究科学现象、做科学实验时的状态吗？“孩子是天生的科学家”这句话一点儿也不假，他们具备科学家最可贵的品质：对事物的好奇心和探索欲。如果家长善于观察、发现，善于保护、引导，或许你的孩子就是将来的爱因斯坦、爱迪生。相反，如果家长轻率地将“故意”“不听话”“浪费”“没爱心”等标签贴在孩子头上，久而久之，孩子可能会变得“听话”，但他们也可能不会思考和提问题了，像成人一样“见怪不怪”，失去观察和探索的欲望。

第四类，也是经常让大人头疼的问题，就是孩子与别人争抢玩具、打架、咬人，或者在别人说话的时候插话，特别是家里来客人时，家长越不让孩子插话，孩子越喜欢插话。家长常常要为孩子的这类行为向对方道歉，或者觉得自己在客人面前很没面子。殊不知，四岁前的儿童处于以自我为中心的阶段，看到别人手中的玩具也想要，而不会去想这个玩具不是自己的，在他们看来，“我看到了就是我的”，由此出现争抢玩具的现象。加上大多是独生子女，家里的大人是不会和他们争抢东西的，也没有兄弟姐妹一起玩，所以他们学习交往技能的机会很少，从而缺少相关的交往经验和技巧。

学龄前儿童的语言处在积累和发展的敏感期，无论是词汇量还是对语言的理解和运用能力都还有限，当他们想得到某样东西却不能运用语言表达和交流时，本能的反应就是用行动表达，经常出现争抢玩具、咬人、打架等行为也就不足为奇，这也是学龄前儿童处在行动思维阶段的典型特征。而插话同样是以上原因引起的外在表现。事实

上，一个人何时说话，说什么内容，用什么样的速度、表情、语气来说，什么时候是最适宜的插话时机，这些连我们成人也不能做到次次适宜，更何况学龄前的孩子呢！

第五类，明知故犯的错误。比如，你正专心做事，他一定要制造出一些声音，或者在你面前走来走去，有时甚至做一些你明确表示过不喜欢、不允许的事情。其实孩子这样做，通常是想引起家长的关注，或许是家长太过关注自己的事情、聊得太起劲而忽视了孩子的存在，或许孩子这时确实有事情想和家长交谈。遇到这种情况，家长通常可以采取两种解决方式：第一，如果孩子的要求是正当的，家长可以放下工作暂时休息一下，和孩子做个短时间的交流；第二，如果孩子的要求是不当的，家长可以采取冷处理，忽视孩子的行为，让孩子知道这样做也无济于事。等孩子自己觉得没意思了，就会停止这些行为。而此时家长要做的是，适时地转移话题，给孩子一个台阶，淡化刚才发生的事情。等孩子情绪平稳了，再以适当的方式引导孩子，让他知道刚才的行为是不对的。此处依然可以采用故事的形式，既可以让孩子明白道理，又可以保护孩子的自尊心免受伤害。

还有一类“错误”的出现，源于孩子认知水平发展有限，比如穿反鞋、写反字等。如果一个3岁的孩子把鞋子穿反了，家长要做的是真心赞扬，“宝宝真能干，会自己穿鞋了”，而不是“哎呀宝宝，鞋又穿反了，快脱下来重穿”。在方位概念中，相对于“上下”“前后”，孩子对“左右”形成认知较晚。儿童心理学家皮亚杰认为：孩子通常要到5岁左右才能区分以自己为中心的“左右”，而能够理解与自己相对而立的客体的“左右”，则要到7～8岁。这就不难理解孩子为什么会穿反鞋、写反字。

家长引导孩子认识左和右，要先从孩子自身的左和右开始。家长可以在孩子的两只鞋内侧做一个记号，如贴上两只小鸭子的图案，告诉孩子“两只小鸭子是好朋友，穿鞋的时候要让它们紧紧挨在一起”，然后引导孩子观察两只鞋放在一起时，小鸭子“头”对着“头”，“嘴”对着“嘴”，如果放反了，就看不到对方。和孩子一起多运动，如跳房子、投掷、打弹珠，或者在五线谱、米字格、田字格里玩占格子游戏，都有助于孩子形成空间知觉。

穿反鞋、写反字，是孩子认知水平发展的一个反映，家长不要着急，更不要因为孩子写反字就“罚”多写字，而是要针对根源，用孩子喜闻乐见的游戏去帮助和引导他。

孩子做“错”事的情况每天都在发生，类型不是以上几种就可以囊括的，做“错”事的原因也不是单一和绝对的，要根据孩子的具体情况而具体分析。比如，孩子与别人打架，可能既和孩子的年龄特点有关，也和孩子的个性有关，还有可能是受影视媒体影响。所以，当孩子犯了错误时，家长既要分析孩子方面的原因，也要从自身和为孩子提供的环境中找原因。

如果我们因为怕孩子犯错误而给孩子立下众多规矩，时刻提醒孩子“不能这样”“应该那样”，看上去孩子是减少了错误行为，但实际上是违反学龄前儿童的年龄特点和学习特点，剥夺了孩子学习的机会。孩子在该试误学习的阶段没有学习，这缺少的一课一定会在将来显现出它的弊端。孩子在这样的教导下成长，不知道人是可以犯错误然后改正的，他们不能接纳自己犯下的错误，更不知道如何改正错误以弥补

孩子在该试误学习的阶段没有学习，这缺少的一课一定会在将来显现出它的弊端。



过失。他们害怕别人看到自己的错误，无法面对自己在别人眼中“好孩子、好学生、好同事”的形象被打破，于是，对于自己所犯下的错误，他们不但不及时停止和纠正，反而用一个个谎言甚至更为极端的手段来掩盖，从而犯下更大的错误。

犯错误是孩子的权利，他们在试误中学习，在试误中积累经验，在试误中调整自己的思维方式和行为。试误是孩子成长中必不可少的学习方式，我们要把犯错误的权利还给孩子。

试误是孩子成长中必不可少的学习方式，我们要把犯错误的权利还给孩子。



好习惯让孩子受益终生

中国有句话，“三岁看大，七岁看老”。可能有些人会认为这种说法很片面，但从某种意义上来说，这句话还是有一定道理的。

一个人接受什么样的早期教育，小时候养成什么样的习惯与性格，很大程度上会影响他的未来。

做事有序

好的习惯要从小培养。三岁左右是秩序感的敏感期，在这个阶段引导孩子学习做事有一定的顺序和规则，对培养孩子的好习惯十分有益。

这不仅将使孩子受益终生，也将使整个家庭受益。

菁菁每天来幼儿园的时候总是衣服干净整齐，小辫子梳得没有一丝乱发。每次睡午觉前，她都会把扎辫子的头绳解下来，放置在固定的位置，然后把小被子铺得平平整整，脱下的衣服在椅子上叠放好，起床后再把自己的小床整理得既干净又整齐。

菁菁现在已经上初中了，她做事非常有序、认真，作业本干干净净，解题答疑思路清晰。

做事有序是一个非常重要的好习惯。在学龄前阶段，家长就要有意识地引导孩子学习分类收放玩具，盒装的玩具玩过之后要整齐地拼好装回盒里；衣服脱下后要叠放整齐，洗干净的衣服分类收放。这不仅是孩子参与家务的过程，同时也是学习分类的好时机。要想有序做事，就要提前规划好如何做这件事，这就要求孩子要提前思考，做好准备，这个过程有助于孩子养成做事有计划性的好习惯。比如，第二天去公园玩，穿什么衣服，带什么东西，家长都要引导孩子在前一天晚上睡觉前就准备好，把要穿的衣服整齐地放在床头，要带的东西一样一样收拾好放进小书包。这样第二天就可以从容出发，不至于出了门才想起忘带什么东西。在这个过程中，家长既可以让孩子学习有序做事，又可以教孩子根据需要做适当选择，懂得取舍。阅读同样可以培养孩子学会做事有序。书要一页一页地看，故事要一点一点地听，不能因为急于知道结果就一下子翻到最后一页。这个过程不仅培养了孩子做事有序，更重要的是让孩子学会有耐心，静得下心来做事，避免沾染浮躁的情绪，只要结果不要过程。

遵守规则

遵守规则也是一个重要的好习惯。有人说，孩子还小，不要给他们那么多条条框框，框住孩子，就没有想象力和创造性了。我不同意这种观点。因为有规则意识与富有想象力和创造性并不是必然的矛盾对立。

规则无处不在，过马路时再着急也要看红绿灯，没有交通法规的保证，交通就要瘫痪，人的生命安全就无法得到保障；一米线既是文明的距离，也是规则，越过了自然会引起周围人的反对；乘扶梯右侧站立左侧行进，这也是规则……没有规矩，不成方圆。规矩不以年龄大小为转移，小时候不懂得遵守规则，长大了又怎么能遵纪守法？

家长培养孩子做事守规则，要从每一件小事做起。比如按规则玩游戏；按时上幼儿园，不迟到、不早退；公共场所不要大声说话或打闹；在公共厕所要排队等候；不能从车内向外扔废弃物，等等。

对于这些事情，家长不能只停留在教育上，殊不知懂了和做了是两回事。特别对于孩子来说，只有亲自去做才能真正理解，做得多了才能形成习惯，形成习惯才能内化为自我需求，才能成为自觉的行为，将来才不会因为路口没有警察或监控录像就闯红灯，不会穿着西装开着奔驰却从车窗向外吐痰。

孩子违反了规则，家长有必要引导和教育，这之中也包括必要的惩罚。很多人都说美国人很自由，但我在美国的时候，见到的是即使马路上一个行人都没有，车辆行驶到路口时仍然会停一下再通行；人头攒动的渔人码头没有一片废纸或一个烟头，成群的海豹近距离与人接触，却没有人给海豹投食。在美国的幼儿园里，一个男孩用球击打我们同行的一位教授，老师让他道歉他不听，老师就不让他再参加游戏，直到他道

歉后才又恢复了他参与游戏的资格。我想在美国之所以可以见到我前面说到的行为，可能就是因为他们从小就接受了这样的教育吧。

规则关系到一件事是否可以顺利完成，关系到每一个人的生命安全，关系到整个社会的运转秩序，它既是一个基本保障，同时也是社会文明程度的一个体现。

规则固然重要，但培养孩子的规则意识也要处理好与发挥自主性的关系，否则物极必反，会让孩子成为被规则束缚的对象。家长可以把握这样一个尺度：如果这件事只涉及孩子个人，则以发挥自主性为主；如果这件事涉及其他人，则以遵守规则为主。如孩子玩哪个玩具、穿什么颜色的衣服、看哪本书、画什么画，或者吃饭、洗澡、睡觉等事情，可以主要由孩子自己做主。但如果是到朋友家做客，去博物馆、医院、电影院等公共场所或乘坐公共交通工具出行等，则应遵守相应的规则。

在这里，我还要提醒各位家长，要率先垂范，做孩子的好榜样。家长是孩子的第一任教师，也是孩子的终身教师，家长的行为会影响孩子一辈子。

凡凡和爸爸妈妈去公园玩，看到有人攀折花枝照相，就跑过去制止："阿姨，摘花不对，花是给大家看的，你不能摘花！"凡凡说得无疑是对的，但大人们很少会去这样制止别人。凡凡的妈妈告诉我，他们当时非常尴尬，不知是该表扬凡凡，还是告诉凡凡不要这样说。

家长是孩子的第一任教师，也是孩子的终身教师，家长的行为会影响孩子一辈子。



孩子很单纯，认为对的就去做，见到不对的行为就去批评。这是孩子对一件事形成正确认识的过程，建立是与非判断能力的基础，家长要肯定孩子的做法，不能批评孩

子，否则孩子会陷入矛盾之中。认识和行为的不一致会让孩子不知所措，无法形成正确的认识和判断。长期这样下去，孩子学到的是说一套做一套，学到的是当人一面背人一面。

尊敬长辈

百善孝为先。我国是文明古国，尊敬长辈是我们的传统美德。

美德的形成要从一点一滴的行为积累。

尊敬长辈首先可从餐桌文化开始。吃饭时，家长可引导孩子让长辈先坐下，长辈先吃，孩子再吃；吃水果时，引导孩子先请长辈吃；孩子过生日的时候，切开生日蛋糕，要先给爸爸妈妈吃。这不是因为食物紧缺，这叫作长幼有序，这是感恩父母的养育之恩，是基本的礼仪之道。这些“礼”不能等到孩子长大了再学，要在他该培养好习惯的时候就培养。一个小时候在餐桌上不顾及长辈和客人，见到自己爱吃的就抱着盘子自顾自的孩子，将来即使能改过来这种坏习惯，也不知要花多少时间、克服多少欲望啊！

值得一提的是，让孩子学会尊敬长辈，家长要引导孩子听到爸爸妈妈叫自己，要马上答应，这是对家长的尊敬，示意自己听到了家长的叫声，不论自己能否马上过去，也要先答应一声。更何况这个习惯说起来是小事，但孩子如果不答应，有时确实会让家长很着急，特别是不知道孩子在哪里的时候，孩子听到了而不答应，父母不知孩子有没有走远，有没有发生什么危险。

让孩子学会尊敬长辈，家长还可以从引导孩子给爸爸妈妈倒杯水、揉揉腰之类的小行为开始。辛苦工作了一天，孩子帮着揉揉腰，对于家

长来说，不管是不是真的很累，都应该享受这份来自子女的关心，不是真的依靠孩子揉几下解乏，而是让孩子学会关心长辈，懂得体贴别人。正如孩子递给你一个苹果，你一定要真的咬上一口，不在于你是不是真的想吃或者需要吃这一口苹果，而是要让孩子适应，否则，真的要和别人分享的时候，孩子心理上可能会接受不了。

尊敬长辈落实到行动上，家长要引导孩子见到长辈主动打招呼。如果孩子不敢和人打招呼，家长可以提前告诉孩子见到爷爷要叫“爷爷好”，让孩子有个心理准备，等见到爷爷的时候，带着孩子一起说“爷爷好”。孩子如果叫了，家长要及时给予肯定和鼓励；如果孩子还是坚持不叫，也不必当着他人面批评孩子，更不要逼孩子叫。家长可以用儿歌、故事、动画片等媒介引导孩子，对孩子保持耐心，用自己的礼貌行为潜移默化地影响孩子。

教育孩子尊敬长辈，最好的方法是家长以身作则，孝敬自己的父母长辈，孩子看在眼里，会自然而然地学习。

不乱发脾气

幼儿时期是孩子性格养成的阶段，培养孩子遇事情绪稳定，不乱发脾气的好习惯也非常重要。

孩子发脾气，家长要分析原因。有时可能是因为孩子任性，有时原因也可能在家长。比如，孩子正在专心投入地玩玩具，家长非要让孩子收拾好玩具去吃饭，这时可能有的孩子就会哭闹发脾气。孩子玩得专心是件好事，我们要培养孩子做事认真，注意力集中，就要从孩子感兴趣的事情入手。孩子专心地玩，就像大人们在专心研究工作是一样的，

家长最好不要打扰。如果家长想让孩子收玩具，应该提前几分钟告诉孩子："我们快要吃饭了，你可以再玩5分钟，5分钟以后我来叫你，你就要把玩具收拾好，好吗？"

我们经常会见到这样的场景：孩子要买玩具，家长不给买，孩子大声哭闹。遇到这种情况，建议家长在去商场之前，就与孩子商量好："今天要去商场，你想买水彩笔还是彩泥？你可以自己选择一样。"家长可以听听孩子的建议，可以和孩子商量，比如："这样的玩具你已经有了，是不是可以买个其他的？"在与孩子商量时，家长最好让孩子从几个选项中做选择，这样既给了孩子选择的权利，又能保证要买的是健康和安全的，或者是适合和必要的。不要等孩子到了商场再让孩子任意选择，如果这时孩子选的是冷饮等家长不希望孩子吃的食物，家长再劝阻，不仅会招致孩子的坚持甚至哭闹，还会让孩子对家长给予的选择权产生怀疑。

家长最好在事情发生之前和孩子商量，给孩子心理准备和心理缓冲的时间。通常情况下，孩子都会按照事先商量好的去做，因任性而乱发脾气的现象就会明显减少。当人有了选择的权利，就会有主动性，就会对自己的选择负责。孩子也一样，会信守承诺，因为他们知道大家都喜欢说话算数的孩子。

相应地，家长也要懂得鼓励孩子，如果孩子5分钟以后收了玩具，或是在商场没有再要其他东西，家长要及时肯定和表扬，可以是语言的夸奖，告诉他"妈妈非常高兴，因为你说到做到，是个守信用的孩子"；也可以是一个拥抱，偶尔还可以把孩子喜欢的某样东西当作物质奖励。肯定和奖励都是为了帮助孩子养成有事商量着办，不乱发脾气的好习惯，但要注意适量和适当，不能每次都这样，否则，孩子可能就会

为了得到奖励而这样做，一旦没有奖励，孩子不仅会不高兴，甚至还会因为得不到奖励而放弃之前和家长商量好的事情。

培养孩子的好习惯，涉及孩子日常生活中的点点滴滴、方方面面，如养成良好的卫生习惯，饭前、便后要洗手，不用脏手揉眼睛，吃完饭后刷牙漱口，等等；养成良好的饮食习惯，吃饭不挑食，不管多爱吃的东西也不能一次吃得太多，多喝白开水，少喝碳酸饮料，尽量少吃或者不吃冰激凌等冰冷食物，等等；养成爱运动的好习惯，不仅能够锻炼孩子的身体，增强体质和对疾病的抵抗能力，更有助于大脑的发展。

培养好习惯对每个人来讲都非常重要，在此有两点需要提醒家长注意：一是不求全方位。不要期望和要求孩子方方面面都有好习惯，没有人可以做到十全十美。如果一个孩子每时每刻每件事情都在家长设计的好习惯中生活，那他该有多辛苦啊！二是不求急显现。成长是一个过程，培养好习惯不仅仅是孩子的需要，也是我们成年人的需要。换句话说，每个人都有一生的时间可以培养各种好习惯，不要苛求在幼儿阶段全部完成。

任何好习惯的培养和其他教育一样，也要顺应孩子的个性特点，只有生活化、自然化，才能易于孩子接受。

值得一提的是，有一些好习惯关乎孩子生长发育和人身安全，比如每天看电视、玩电脑的时间不能太长；穿小背心和小裤衩的部位不能让外人看见或者碰触；女孩子穿裙子时不能把裙子往上撩起，等等。对此，家长需格外留意，并有意识地引导孩子养成这些好习惯。

好习惯有很多，培养好习惯的机会渗透在每时每刻，家长要做个有心人，在培养孩子好习惯的最佳阶段多加以关注。好习惯让人受益终生。

了解孩子的想法最重要

作为家长，你更关注孩子的哪些方面呢？

孩子6个月大了，是不是出现了这个月龄的孩子应该表现出的某些行为和能力？孩子2岁了，学会了什么？孩子上学了，成绩怎么样，在班上处于什么位置？或者孩子懂得了什么道理？……

的确，家长似乎对孩子学会了什么、做了什么更为关注。

仔细想一想，这种现象随处可见。走在路上，经常会听见家长指着身边经过的宠物狗对孩子说："狗狗，这是狗狗，这只是大狗狗，这只是小狗狗。这是黄色的狗狗，这是白色的狗狗。狗狗怎么叫？汪汪，汪汪。狗狗用英语怎么说？ dog，dog。"在大街上能听到很多家长让孩子复述今天上课都学到了什么，看到卖水果的就让孩子用英语说出水果的名称，看到不同颜色的东西就让孩子说出相应的英文单词。还有很多家长问孩子："你得多少分？ ×× 呢？还有谁比你分高？"更有甚者，即使孩子得了满分，也不忘问一句："你们班有多少个得100分的？"……

他们更关心孩子对知识的掌握，如果孩子能回答出来，家长便很高兴；如果孩子回答不出来，他们便不停地催促孩子重复练习；更关心孩子的分数，而不是孩子对于题目的理解和内心的感受。

在遇到事情的时候，家长往往会直接告诉孩子应该怎么做。比如，孩子天性喜欢动物，他们看到有人带着宠物狗会自然地想上前去摸一摸，有的孩子会好奇地问："妈妈，这是什么狗啊？"还有的孩子会和

家长请求："好可爱的狗狗啊，妈妈，我也想养一只。"我观察到很多家长都是这样回应孩子的："快点走，你听见没有！""狗狗是很可爱，不过也会咬人的，你离狗远一点儿啊。"当然也有喜欢狗的家长："狗狗真漂亮！等你长大了咱们再养。"通常来说，家长们对孩子的应答往往是封闭性的，他们用语言、语气或者态度，或直接或间接地告诉孩子："离狗远点儿，我不想谈论这个话题。"

家长的初衷可能是让孩子懂得要远离狗，避免狗给孩子带来伤害。但这样做的结果是什么呢？很多孩子见到有狗走来，远远地就大叫："啊，狗来了，快跑啊……"然后快速地跑开；胆大些的孩子就挥舞着手里的树枝吓唬狗："我不怕你，打死你……"；内向一点的孩子远远看到有狗就小心地、颤颤巍巍地躲在门口，直到狗走远；也有胆子大喜欢狗的孩子，直接过来摸狗的身体……这些做法其实都是不安全的，会让狗感到没有安全感，反而容易出现自我防护性的攻击行为。

家长的这种做法看上去是保护了孩子，实际上却是在没有了解孩子的想法，或者没有深入与孩子沟通的时候，就把自己的想法直接灌输给了孩子。家长把狗咬人的个案作为所有狗的属性灌输给孩子，孩子喜欢动物的天性被一次次这样的沟通泯灭了。他们本来有机会学习爱护动物、了解动物、与动物沟通，培养热爱自然、与动物和谐共生的理念，却因家长的"爱"而丧失了。这样的沟通使得孩子对身边的人和事物缺乏安全感和信任感，这会严重影响孩子将来的人际交往。这样的沟通是单向的，只有家长的想法，没有孩子的想法，孩子只能从中知道怎么做，更何况这种做法是否正确还有待商榷。更重要的是，类似的沟通多了，孩子就不会再有自己的想法，他们习惯于听从家长的安排。当他们长大后，一旦遇到解决不了的事情，他们自认为已经成人，应该有自己解决问题

的能力，而同时又没有独立想法的矛盾就会显现出来。他们缺乏对事情的判断能力、缺乏与人沟通的能力，常常在这种矛盾中痛苦挣扎，这也就不难理解社会上有些年轻人用极端方式解决问题的现象了。

其实，关注孩子心里在想什么，远远比关注他学会了什么和教孩子怎么做更重要。

作为家长，我们不妨多和孩子进行一些心理上的沟通。

比如家长可以和孩子谈论："你觉得狗狗可爱吗？你喜欢它吗？你为什么喜欢它？""你知道爸爸喜欢什么狗吗？爸爸喜欢它是因为……"或者"妈妈很怕狗狗，因为……"遇到孩子想摸一摸狗，或者想养一只狗的问题时，家长可以首先尊重孩子的想法，同时告诉孩子："如果你喜欢狗狗，想和它亲近，你需要得到狗狗主人的帮助，你要对它的主人说清你想做什么，看看它的主人有什么好的建议……"或者征求孩子的意见："你想养一只狗？你了解养一只狗都需要做哪些工作吗？我们可不可以先把所有的事情都了解清楚，再来决定到底要不要养一只狗呢？"

在这样的沟通中，家长更关注孩子想了什么、对一件事的看法、有哪些独到的想法，这可以增加家长对孩子的了解，培养家庭中相互尊重、相互沟通、相互理解的氛围。

这种指向心理活动的谈话更能激发人的大脑参与思考，也更能调动人的情感体验。因为这样的谈话往往涉及知识、情感等不同的内容，可以调动孩子已有的生活经验，激发孩子的想象，孩子也需要组织语言表达自己的想法，这都需要大脑的不同功能区域协同工作。经常和孩子进行这样的交流，既有助于培养孩子的自我意识和独立意识，也更能培养孩子的共情能力，这将有助于孩子日后更好地与别人沟通。将来一旦孩

子遇到什么问题，他也能够用适当的方式表达和寻求别人的理解。

因此，建议家长在与孩子交流时，多问一问孩子是怎么想的，即使你的孩子只有两岁，也请你尊重他，多听听他的感受：你心里有什么样的感觉？为什么？你还有什么和爸爸妈妈不一样的想法吗？你希望别人怎么对你？你觉得当时他（对方）会怎么想？你觉得他心里会有什么感受？你现在有什么新的想法吗？以后如果再发生这样的事情，你想怎么做？……即使孩子还小，即使他还不能表达清楚，家长这样的谈话也会引导孩子关注自己的思想，长此以往，孩子自然会成为一个有思想、有逻辑的人。而当他与别人交往时，也更容易理解别人，更容易与人沟通。

引导孩子学会自我保护

琳琳是个五岁的小姑娘。这一天妈妈带她去商场，在商场里，不知何时，琳琳忽然发现妈妈不见了。琳琳仰起头看了看，走在她身边的都是不认识的人。

琳琳开始有点着急，但她很快就想起老师讲过的，如果在商场找不到妈妈了该怎么办。

琳琳靠在柜台边，不哭也不闹，因为老师说过，这时千万不要哭，如果大哭，万一让坏人知道她没有妈妈保护，会把她带走的。要站在原地不要动，妈妈发现她不见了，一定会按原路返回来找她。

琳琳等了一会儿，还是不见妈妈。她的心里很着急，但表面上表

现得还是挺安静，她相信妈妈一定会回来找她。同时，她也开始观察柜台里的售货员。她看中了一位爱笑的阿姨，决定再等一会儿，如果妈妈还不来，就找这位阿姨帮助自己。

琳琳觉得等了很久，正当她决定要向那位爱笑的阿姨请求帮助时，商场里的广播响起来了："各位工作人员请注意，一位顾客和她的孩子走失了，请各位工作人员观察自己的周围，如果发现一个五岁左右的小女孩，请把孩子领到二层经理办公室……"琳琳高兴极了，她知道这一定是妈妈在找她，赶紧对那位爱笑的阿姨说："阿姨，是妈妈在找我，您带我去找妈妈好吗？"

琳琳的这次"历险"就这样化解了。见到她的时候，妈妈和在场的工作人员都惊讶于琳琳的冷静，他们以为带进来的会是一位满脸泪水的小姑娘，见到妈妈后一定会一边打妈妈一边哭。就连那位爱笑的阿姨也说，当时她们都没觉得琳琳和妈妈走失了，因为琳琳一点儿着急的样子都没有，有时还对她们微笑一下，她们以为琳琳的家长就在旁边选购东西呢。

走在回家的路上，妈妈问琳琳当时有没有着急害怕，琳琳说当然着急啊，也有一点儿怕，但老师讲过应该怎么做，她想着老师说的话，就不那么害怕了。

琳琳靠掌握的自救方法和镇定使自己有惊无险。妈妈后来把琳琳的这次"历险"写成文章，还发表在了报纸上。

有过琳琳这类经历的孩子恐怕不少。孩子好奇心强，容易被新奇的事情所吸引，注意力发生转移。加之孩子小，自我保护意识较弱，很容易遇到各种危险，所以家长有必要对孩子进行一些自我保护的教育。

孩子可能遇到的危险有很多，走失是其中比较常见的。家长要教孩

子能清楚地说出自己的名字和年龄，知道爸爸妈妈的名字和电话、家庭住址及家中电话。让孩子知道，如果一旦找不到家人，一定不要大哭大叫，不要到处跑来跑去自己找家人，更不要跟着陌生人去找爸爸妈妈。可以站在原地不动，等待家长来找，或者找工作人员、警察叔叔帮助自己，让他们给爸爸妈妈打电话，告知自己在什么地方。

如果有人强行带自己走，可以拉住旁边的人并且大声呼救，告诉别人："这不是我爸爸，救救我！"如果见到有警察，最好向警察求救。如果没有见到警察可以帮助自己，也可以用一些"破坏行为"引起周围人的注意。比如成心碰掉别人的东西、毁坏路边摊上的商品、使劲踩别人的脚……路人或摊主一定会找"你的家人"理论，这时孩子就可以为自己制造逃跑或者传递消息的机会，至少也可以让更多的人注意到自己和身边的那个人。如果是被人关在车里带走，要尽量记住路过了什么地方，有什么标志，等到路过收费站的时候，可以向收费站的工作人员求救或者示意，那里一般都有监控录像，即便当时没能得到帮助，也可以为家人寻找自己提供线索。

还有一种情况是孩子自己"主动走失"。比如上幼儿园的时候心情不好，趁着老师没看见偷偷跑出班级。幼儿园虽然有严格的门禁制度，这种情况下孩子一个人通常不可能走出幼儿园大门，但这种做法还是存在的一定危险性。因此，家长要让孩子明白，在幼儿园自己不能随便离开班级和老师，不能跟在别人身后走出幼儿园大门，有什么事情可以和老师说。

幼儿喜欢尝试没有做过的事情，有时也会因此出现危险。如把体积较小的物品塞入鼻腔或耳朵，或者放在口中含着玩，不小心咽下去。有的孩子将手指或者手臂深入口径较小的管道，甚至整个身体钻进窄小的

夹缝，结果就出不来了。类似的事情并不罕见，新闻中也曾报道过孩子将纽扣电池塞进鼻子，最后造成一侧鼻腔被严重烧伤。家长要告诫孩子首先不要这样做，一旦真的发生这种事情，不要害怕被大人批评，要马上告诉家长或者老师，请大人帮忙解决；不要自己试图解决或者隐瞒，因为那样反而可能会使事情更加糟糕，甚至危及生命。

公共交通工具是现今社会必不可少的，加上拥有汽车的家庭越来越多，家长有必要让孩子学会在车中如何进行自我保护。不要坐在副驾驶位置，要系好安全带。不要在车厢内大声哭闹喊叫或跑动，不要把手、头等身体的任何一个部位伸出车窗。如果乘坐校车，一定要跟好老师上下车，坐在车上身体要靠住椅背，不要躲在座位后面，不要一个人留在车上。万一睡醒后发现真的是自己一个人在车上，不要哭，想办法把车窗打开，让自己能够呼吸到外面的空气。

家长要引导孩子学习认识一些安全标志，比如沿箭头方向找到安全出口，会看交通信号灯，过马路要走人行横道，能认识“小心地滑”“前方施工”“请勿靠近”“有电危险”等标志，不到危险的地方去玩。

引导孩子学习和掌握一些相关知识非常有必要。夏天多雷雨，家长要告知孩子不要在大树下避雨，不要拿着金属物体。有时虽然没有雷电，但风很大，这时站在树下也是很危险的，大风可能会把树枝刮断，甚至将不太粗壮的树连根拔起。

因为孩子具备一定的安全知识而使自己或者家人免于灾难的事例不少。

不知大家是否还记得十岁的英国女孩蒂莉·史密斯，利用自己掌握的关于海啸的知识，通过观察到的海水冒泡、只涨不退，以及远处一道

白色巨浪将海天分割成两部分等现象，判断出将会出现海啸，镇定地告诉家人及海滩上的游客，从而使海滩上的百余人幸免于难。

我国深圳也有一位七岁的小姑娘，在发现父母双双煤气中毒之后，冷静地按照自己学过的知识，关闭燃气阀门，打开窗户，到室外用手机拨打求救电话，最后将父母从死亡线上拉了回来。

在生活中家长要随时随地引导孩子了解一些安全常识。比如路边的电线杆上面都会有一些数字，这些数字可能就是电线杆所在位置的标志，也是电线杆的“身份证”。当遇到危险需要报警的时候，你可能并不知道自己在什么地方，但只要报出电线杆上的数字，警察就可以知道你所在的位置。

家长尤其要教孩子一些避免遭受性侵的基本常识，让孩子增强自我防范意识。告诉孩子自己的身体不能随便让别人看或者摸，特别是小背心和小短裤遮挡的部位。如果是女孩子，家长最好在夏天给孩子穿的小裙子里面，再穿上一条安全短裤，这不仅是从安全的角度考虑，同时也更加卫生和方便孩子游戏，特别是孩子玩滑梯的时候。夏天孩子容易出汗，很多女孩子在滑滑梯时，小屁股与滑梯表面摩擦力很大，不易滑下不说，有时甚至会擦伤皮肤。如果天气很热，滑梯表面的高温更是容易对孩子的皮肤造成伤害。如果孩子穿上了短裤，就可以有效避免这种情况的出现。

孩子在成长的过程中，每天都会遇到这样或那样的情况，或大或小的危险也经常存在，要避免孩子出现危险，家长首先要提前做好防范工作。

家里的药品、刀具、热水瓶、插座等物品最好放在孩子够不到的地方。带孩子出去的时候要拉住孩子的手；选购商品或交费的时候，带孩

子进出地铁闸机口或上下车的时候，要让孩子站在或走在自己的身体前面。不要把孩子一个人留在车里或者家里。不要让孩子养成睡觉前躺在床上吃东西的习惯，防止食物含在口中，在孩子睡着后被吸入气管而发生危险。

家长要特别关注孩子服装服饰的安全。有的家长送孩子上幼儿园的时候，给孩子穿的衣服帽子上有一根绳子，有的绳子两端还有一个小球，这样的衣服就存在安全隐患。孩子总爱把绳子上的小球放进嘴里咬着玩，一旦小球脱落，孩子就有将之吞咽甚至误吸入气管的危险。在孩子滑滑梯时，绳子的小球很容易卡在滑梯滑筒的缝隙里，由于自身的重量所致，孩子的脖子就会被衣服和绳子勒得紧紧的，最后导致死亡。还有的家长给孩子戴项链、戒指，或者有尖角的发卡，这都是非常危险的。我家邻居的小孩，就曾因为穿了一双比较大的鞋子，把胳膊摔成了粉碎性骨折。因为摔得很严重，又是做手术，又是打石膏，大夏天的，孩子和大人都受了不少罪。

安全意识和安全常识事关重大，父母从小就要对孩子加以渗透和引导，日积月累积淀在孩子的头脑中，形成一种习惯性的、无需特意调动便可下意识反映出来的行为，这样一旦遇到危险才能保持冷静和镇定，最大限度地作出思考和判断，快速予以反应。

写到这儿，我不禁想起一位朋友讲过的真实事件：

她的一位朋友被劫匪盯上了，当她的朋友去地库取车时，劫匪跳进她的车里，用一把玩具手枪胁迫她交出随身携带的所有钱款，并取走了她银行卡里的全部存款。之后，劫匪折磨了她一夜，残忍地将她杀害了。我的朋友说，自己讲这件事是要告诫所有人，一定要多一些安全常

识。她其实有很多机会可以逃脱的：开车时可以故意制造一起交通事故，提款时可以向银行工作人员写明自己的处境。她如果当时头脑冷静，稍微有一点安全常识，一定可以避免这场悲剧的发生。但是，她真的失去了生命，她的儿子后来很多年都一直在问同一个问题：为什么被害的是我的妈妈？她还那么年轻……

要培养孩子的安全意识，家长首先要有安全意识，这并不意味着家长要处处保护孩子，而是要教会孩子自己怎么做，否则孩子只会被动地等待家长的保护。

要让孩子有安全意识和应对能力，光讲是不够的，知道与会做是两回事，能快速作出正确的反应又是另外的一个层次。要解决这些问题，游戏是很好的媒介，它可以为孩子提供模拟真实的危险环境，又可以有效减轻和舒缓孩子因身处危险而产生的恐惧，更能让孩子在付诸行动中将知识转化为行为。本书后面会讲到游戏的力量，在此不一一赘述。

令人纠结的兴趣班

给不给孩子报兴趣班是令许多家长纠结的一件事情。

以前幼儿园可以办兴趣班，家长一般都会给孩子报名，一来可以晚一点儿接孩子，留给自己的时间宽裕些；二来孩子在幼儿园上课，都是

熟悉的环境、熟悉的老师、熟悉的小朋友，家长不用担心孩子不适应；三来不用家长陪同上课，省去了不少麻烦。但是现在，幼儿园不能办兴趣班了，家长如果再想给孩子报兴趣班，周末还好，如果是周一到周五，那就要先来接孩子，然后陪着孩子去上课。家长自己也要上班，能不能保证每次按时接孩子，路上会不会堵车，孩子到了陌生的环境能不能适应，老师教得好不好，如果老师教得不好或者孩子不能适应，能不能退款……这些都让家长纠结不已。可如果不报兴趣班吧，别人家孩子都学了，自己的孩子不学，将来会不会……

那么，孩子到底要不要上兴趣班呢?

婴幼儿阶段是大脑发育速度最快的阶段，婴儿出生时已有千亿计的神经元，脑重量在350克左右，1岁时就发育到950克左右，6岁时已经发育到1200克左右，接近成人的水平。在此阶段，接受外界环境的刺激越丰富，神经元之间的连接就会越丰富和快速。连接的部位形成突触，突触数量越多，密度越大，人的学习能力就越强。如果外界刺激不够丰富，突触则会削减，直至消失。而大脑的快速发育过程在人的一生中只有这一次，不可能重复来过。因此，抓住婴幼儿智力发展的最佳时期进行早期教育，让孩子有机会接触更多更广泛的领域，可以有效刺激脑神经的发育。

0～6岁是人一生发展中十分特殊的阶段，在这个阶段，不仅人的生理发育十分迅速，而且包含了很多心理发展敏感期，如感官发展敏感期、自我意识敏感期、语言发展敏感期、秩序感发展敏感期、人际关系敏感期、数字符号敏感期、情绪识别敏感期等。抓住敏感期，为婴幼儿的发育提供适宜的环境，可以收到事半功倍的效果。

各种兴趣班可以为孩子提供广泛接触不同事物的机会，丰富环境刺

激，有助于孩子潜能的早期开发。但是，让孩子上兴趣班一定要注意以下几个方面：

第一，家长要明确让孩子上兴趣班的目的。“兴趣班”，顾名思义，是以培养孩子兴趣为目的的，而不是“考级班”“证书班”，更不要把孩子报兴趣班和掌握某项将来考大学可以加分的技能联系在一起。6岁前的孩子具备吸收性心智，他们对外界环境使用吸收的方式学习，就像一块巨大的海绵。孩子有机会参加多种多样的活动，这可以拓展他们的生活范围，培养广泛的兴趣爱好，促进大脑发育。其中一些艺术类活动可以陶冶孩子性情，培养孩子具备优雅的气质，提高对美的感受能力、欣赏能力和表现能力。此外，兴趣班也为孩子提供了一个接触新朋友的机会，有助于促进他们交往，锻炼孩子对环境的适应能力。这些目的远比掌握一项技能重要得多。家长也只有端正让孩子上兴趣班的目的，才能以宽容、平和的心态对待孩子在学习过程中出现的问题，避免因为在孩子上兴趣班上投入时间、精力和财力，而将某些心理预期和压力转嫁到孩子身上。

家长只有端正了让孩子上兴趣班的目的，才能以宽容、平和的心态对待孩子在学习过程中出现的一些问题。



第二，尊重孩子的想法。在给不给孩子报兴趣班，报哪种兴趣班的问题上，家长要尊重孩子的意见。在选择兴趣班的时候，家长要充分考虑到孩子的兴趣，如果想让孩子学习原来没有接触过的内容，家长可以先引导孩子接触相关领域。比如多给孩子听音乐，带孩子去听音乐会，去看哥哥姐姐的乐器表演等，激发孩子对学习音乐或者乐器的兴趣，之后，再看孩子是否愿意自己也参加学习。如果家长希望孩子学习围棋，

可以先自己教孩子，在孩子学会了初步的玩法后，再以“你又赢了，爸爸下不过你，看来你还真有这方面的天赋！你想不想找个老师继续学习”之类的话语来鼓励试探孩子。

第三，鼓励孩子坚持学习。在报名之前充分尊重孩子的意见，一旦选择之后，就要鼓励孩子：“学习很有趣，可以让你学到新的本领，认识新的朋友。但可能也会遇到一些小困难，不过也都是你可以克服的困难。既然自己想学，就要尽量坚持下去，不要遇到一点儿困难就放弃。”在学习的过程中，家长也要关注孩子的情感态度，及时发现孩子是否遇到困难，以鼓励和正面教育为主，用积极的暗示增强孩子学习的动力，帮助孩子克服困难，体验成功的快乐，增强自信。不要忽视孩子在学习过程中遇到的难题，以免因没有及时引导而使孩子的负面体验越积越多，最终造成厌学或受到心理伤害。

第四，多纵向比较，少横向比较。家长看孩子有无进步，多用孩子的现在和他自己的过去作对比，有进步就要多鼓励，不要把孩子和别人作横向比较。每个孩子都有自己的特殊性，有自己的优势项，也有弱势项。用别人的优势对比自己孩子的弱势，会打击孩子的自尊心，使孩子失去自信和学习的兴趣；用别人的弱势对比自己孩子的优势，会导致孩子盲目骄傲，不能正确看待自己和他人。

第五，关注孩子的感受。还是那句话，在学习的过程中，关注孩子的感受永远比关注他学会什么更为重要。家长要多关注孩子在画画时想了些什么，听到音乐时有什么感受，跳舞时累了是怎样坚持下来的，下棋赢了或者输了以后是怎样想的，和小朋友相处得怎么样，有没有特别开心的事和爸爸妈妈分享，等等。知识和技能背后隐藏的东西往往比知识和技能本身更重要。

第六，尽量不要让孩子在客人面前表演。上兴趣班不是为了让其他人知道孩子学了什么，会了多少东西，所以没有必要非让孩子在客人面前展示。有些家长这样做，只是为了让自己心理上得到满足。客人往往是孩子不太熟悉的人，而大多数孩子在面对不太熟悉的人时，是不想展示自己的才艺的。如果家长坚持而孩子又不愿意，家长、孩子和客人都会比较尴尬。如果家长再用“这孩子，就是不够大方，有些胆小”来给自己和孩子一个台阶，孩子就会接受这种暗示，认为自己就是一个胆小的孩子，久而久之，孩子会真的成为一个胆小的孩子。当然，如果孩子自己愿意主动展示除外。

知识和技能背后隐藏的东西往往比知识和技能本身更重要。



第七，家长要尽量和孩子一起学。如果条件允许，家长要尽量和孩子一起学，目的不是为了监督孩子，或者可以辅导孩子，而是营造一种家庭式的学习氛围，为家长提供一个可以和孩子交流沟通的平台。同时，家长也可以借机丰富自己的文化生活，提高自己的修养。

第八，尊重科学，尊重规律，更要尊重孩子的个体差异。家长在为孩子选择兴趣班时要尊重科学，尊重孩子的年龄特点和学习的规律，对于多大的孩子适合学习什么，家长要有所了解。例如，学习管乐和孩子的牙齿生长、力量以及心肺功能发育有关，因此，管乐中木管类乐器比较适合6～8岁以后的孩子学习，而铜管类乐器则适合10岁以后的孩子学习；学习钢琴则与孩子的音乐感受能力、手臂和手指的力度等有关，适合4～5岁以后的孩子学习；小提琴等弦乐适合4岁以后的孩子学习；因为骨骼生长发育的特点，4岁以下的孩子最好先不要学习骑行滑板车，7

岁以下的孩子则不适宜学习直排轮滑。

当然，以上说的只是一般的规律，孩子个体之间存有差异，所以什么年龄学什么也不是绝对的。莫扎特3岁学钢琴，6岁就开始了欧洲大陆的旅行演出。有的孩子对音乐有特别的兴趣，有的孩子在游泳方面有天赋，孩子的遗传基因不同，身体条件不同，个性也有很大差异，只有尊重科学，尊重规律，尊重孩子的具体特点和情况，才是真正对孩子负责。

第九，兴趣班只是孩子生活的一部分，不能占据孩子除上幼儿园以外的所有时间。一定要给孩子留出游戏的时间、自主活动的时间、亲子交流的时间。

只有尊重科学，尊重规律，尊重孩子的具体特点和情况，才是真正对孩子负责。



还有一点就是家长需要有心理准备，上兴趣班的小朋友来自各个不同的幼儿园或小区，而上兴趣班的时候多在室内，大家近距离接触，这就增加了孩子患上传染性疾病的概率。家长要加以关注，特别是在传染病的高发期，无论是在幼儿园还是兴趣班中，如果有小朋友患了传染性疾病，家长都要特别留意自己的孩子有无症状。

如果有被传染的可能，即使自己的孩子没有症状，也要在家观察几天；如果发现孩子有异常，更要及时让孩子在家休息，并告知幼儿园或者兴趣班的老师，让老师对此有所防范。这既是对自己的孩子负责，也是对其他的孩子负责。不要怕影响自己工作或者孩子上课而隐瞒，隐瞒只会造成更多孩子被传染，导致更加难以预料的后果。换位思考一下，如果其他的孩子得了传染病，你也一定会希望他的家长能及时告知老师并主动隔离。

让孩子从小输得起

现在很多孩子输不起，不是孩子本身的问题，而是家长输不起。

为什么总有很多家长不断地要求幼儿园早点儿教孩子学习加减法、拼音和写字？为什么孩子本该拥有的游戏时间却都被练琴、学英语、学绘画等各种学习所占据？为什么夏天家长也要给孩子穿上护膝护肘？为什么孩子在前面一路走一路玩，后面的爷爷却替孩子背着书包……因为别人家的孩子学了，我不能让自己的孩子输在起跑线上；因为夏天穿的衣服少，我要防止孩子走路摔跤；因为书包太沉，我怕孩子累着……孩子就是这样在家长的精心安排、细心呵护与包办代替下，一路“顺利”地成长着。

在这样环境下成长起来的孩子输得起吗？输不起！因为他们没有经历过挫折和失败。家长已经把一切都给他们安排好，甚至连摔跟头这样我们小时候经常发生的事情，现在的孩子都难以体验了。

前几天，我在小区里听到一位奶奶抱怨：“现在的孩子是祖宗，我还得跟她说对不起，可她那天打我，她到现在也没跟我认个错啊。”我不清楚这位奶奶说的是什么事，更不清楚事情的来龙去脉，所以不好妄加评论，但给孩子道歉的话倒的确是经常听家长说起。

家长接孩子时稍微晚了一点儿就不停地向孩子说“对不起，对不起”，孩子却不停地用小拳头打着妈妈；替孩子背着书包，却还被孩子埋怨没给带这带那，家长连声道歉，“是爷爷忘了，到学校爷爷跟老师说”；喂已经上小学的孩子吃饭，却因为饭有点儿烫而道歉，“是妈没

注意，妈给吹吹”……

我不反对家长在做错事时要平等地向孩子道歉，但是不能失去原则。没有原则的顺从就是溺爱，孩子在这种看似平坦的路上成长，事实上受害的还是孩子。

奇怪的现象是，很多家长一方面为了不让孩子受到挫折而费心，但同时又在用别人家孩子的优点对比自己家孩子的不足，打击孩子的自尊心。他们当着其他小朋友和家长的面说，××画的画多好，看看你画的，乱七八糟；他们指着别人家孩子说，××都会用英语说很多东西，你学了半天，怎么什么也没记住？

说到底，实际上是这样的家长自己就输不起，他们希望在孩子身上的投入能立刻见效，希望自己的孩子样样都比别人强，否则他们会觉得很没面子。他们恨铁不成钢，不能让孩子输在起跑线上，自己没有实现的愿望要在孩子身上实现……种种“扭曲”的心理，导致他们输不起，更不能让孩子输给别人。

不知道这些家长有没有意识到：输不起的孩子很可怜，他们自以为是最棒的，但其实在别人的眼里可能只是盲目的自大；输不起的孩子很可悲，他们一旦发现别人比自己强的时候，既无法接纳自己，也无法接受别人；输不起的孩子很痛苦，他们不敢让别人发现自己也有不行的一面，只能自己饱受折磨，继续做着自己并不喜欢的事情。

很多人都在一遍遍地思考，为什么父母含辛茹苦养育大的孩子终于考上名牌大学，却在大学里自杀了；为什么象牙塔里频频发生同学投毒案，他们已经很优秀了啊，难道就这么容不下别人吗？

孩子需要经受一定的挫折，挫折教育是孩子成长过程中必不可少的重要一课。

延迟满足。心理学家做过相关实验，被试者是4岁左右的孩子，他们每个人单独在一个房间，房间里有一张桌子，上面放着他们喜欢的棉花糖、曲奇饼干等。研究人员告诉孩子们，在他离开后，如果他们想吃糖，可以，但只能吃到这一块；如果等到他回来再吃，就可以多得到一颗棉花糖作为奖励，说完便离开了房间。通过单向玻璃观察这些孩子们，他们有的忍不住吃了糖；有的故意不去看糖，以抑制自己的欲望。结果大多数孩子都没有等到研究人员进来就将糖吃掉了，只有三分之一的孩子得到了奖励。研究跟踪这些孩子到他们35岁之后，结果显示，和当时吃了糖的孩子相比，那些没有马上吃糖的孩子无论是在学业上还是工作上，获得较高成就的比例都更高。抑制力是一种重要品质，孩子要能够克服自己的欲望，为了更高的目标而付出努力。这个实验也说明，延迟满足虽然当时没有满足孩子的欲望，他是经历了一点儿小挫折，但这可以锻炼孩子的意志品质，让孩子变得更有韧性和持久性，更加具有自制力。

孩子需要经受一定的挫折，挫折教育是孩子成长过程中必不可少的重要一课。



承受失败。下棋时家长不用每盘都让着孩子；赛跑时也不用每次都假装跑得很快，却还是追不上孩子；打球时明明可以接住的球，却偏偏总是差那么一点……适当的时候，偶尔也可以让孩子输棋，特别是孩子已经有了一定棋技的时候；偶尔也可以让孩子落在你的后面，特别是他已经跑得很稳的时候；偶尔也可以让孩子捡捡球，特别是他认为自己所向无敌的时候。

失败的感觉虽然没有成功的感觉令人愉快和自豪，但它同样是一种宝贵的财富。失败可以让孩子看到自己还有努力的方向，失败可以让孩

子认识到别人也有值得自己学习的地方，失败可以教孩子正确认识真实的自己和他人，失败也可以让孩子变得更加坚强。

当然，让孩子体验失败，家长需注意根据孩子的个性特点、专项能力以及当时的情绪状态而定。如果孩子刚刚学会下棋，正处于兴趣极高的状态，家长可以创造机会让孩子更多地体验到成功，从而树立自信。而当孩子总是赢棋，棋术上没有新的进展，兴趣也随之减少的时候，家长要为孩子创造新的挑战和困难，以激发孩子新的斗志。

如果在下棋前孩子对你说，“咱们来下盘棋吧，不过我也是刚刚学会”，这样的话传达的意思是孩子对自己不够自信，这时家长要“手下留情”给足孩子面子。但如果孩子信心满满，你要事先提醒孩子：“爸爸新学了一招，很厉害的，今天要试试，你可要小心哦！”如果今天你看到孩子情绪不是很好，你可以邀请他和你一起赛跑，运动可以帮助孩子释放和调整情绪，赛跑中你可以让孩子超过你、追上你，孩子原本的失意和无能感会在赢得赛跑的过程中转换为自信。随后，你也可以超过和追上他，如果孩子因此变得沮丧甚至哭泣，那也没关系，他正好可以把刚才的不良情绪借此宣泄出来；如果孩子并没有因此情绪变坏，那你更可以放心，说明孩子低落的情绪已经调整过来。

充满游戏、竞争和规则的世界让孩子感到困惑，而这样的玩耍也能帮助孩子把内心的紧张和不愉快释放出来。正如《游戏力》一书所说，“让他主导规则”和“让他赢”的游戏，帮孩子把根扎深；“让他全力以赴，没有特殊待遇”的游戏，让孩子试飞自己的翅膀。

经受批评。没有人从来不犯错误，何况是孩子。孩子犯了错误，有时需要家长“视而不见”，有时需要家长“旁征博引”，有时需要家长“旁敲侧击”，有时也需要家长适当地批评。不过批评孩子也

得讲究方法：要先了解孩子做事的初衷，不能不问青红皂白先入为主；要就事论事，不可将孩子过去犯的错误扯出来一起说；说话要具体，指明错在哪里，不要将整件事情全盘否定；只针对行为本身进行评论，不可否定孩子的人格、品格，不可伤害孩子自尊，如“我说什么来着，你就是这么笨”“我看你是不可救药了”“我真是烦死你了”，等等；要让孩子知道，自己只是做错了一件事，妈妈是为这件事批评自己，而不是不喜欢自己，家长不可以说“我再也不喜欢你了”“我怎么会有你这么个孩子”“你走吧，再也不要回来”等伤害亲情的话语；要注意场合，我国古人早有“爱子七不责”之警示——对众不责，愧悔不责，暮夜不责，饮食不责，欢庆不责，悲忧不责，疾病不责，这依然适用于当今为人父母者。

克服困难。教育界常说一句话：目标要定在让孩子跳一跳能够着的高度，意思是让孩子做有一定难度和挑战性的事情，至于什么样的难度适宜，正如孩子向上跳起，伸手能摸到。既要让孩子付出一些努力，又要让孩子能够看到希望，在他原有的基础上通过努力体验到成功。这个过程不仅能调动孩子运用原有经验解决新的问题，实现能力的提升和知识、经验的泛化，而且有助于孩子主动构建新的认知结构，能力得到进一步提高，同时还可以锻炼孩子不怕困难、勇于克服困难的意志品质，促进孩子良好社会性的发展。

既要让孩子付出一些努力，又要让孩子能够看到希望，在他原有的基础上通过努力体验到成功。



对于幼儿来讲，克服困难就在生活小事中。自己吃饭、自己穿衣、自己睡觉、自己整理玩具、自己洗小袜子、自己背着小书包；冬天坚持户外锻炼，夏天体验流汗的感觉；滑旱冰时自己穿上鞋子，有些累了还

要坚持自己走，不让妈妈抱……

没有人永远一帆风顺，困难和痛苦过后，收获的往往是更大的喜悦和蜕变。

有个故事是这样讲的：一个人看到毛毛虫由蛹破茧成蝶的过程非常痛苦，想帮帮它，于是用剪子轻轻将茧剪开。蝴蝶没有经受痛苦就出来了，但是它也因此永远不能展开双翅飞舞。

爱有时会使孩子失去锻炼的机会，阻碍孩子的发展。当你将一颗稀有而珍贵的种子永远地捧在手心里时，就意味着对这颗种子的彻底放弃。

没有人永远一帆风顺，困难和痛苦过后，收获的往往是更大的喜悦和蜕变。



让孩子成长的环境自然些，自然的环境里不仅仅只有美好的东西，也不能都是家长铺设好的平坦大道。家长不可能保护孩子一辈子，孩子终究要独立，当孩子独立的时候，儿时各种经验和体验越丰富，就越能够适应现实生活。

再把眼光放得远一些，不是“不要让孩子输在起跑线上”，而是应该考虑如何“不要让孩子输在终点线上”。将孩子整个一生的发展作为目标，为了他们的可持续性发展，科学规划他们人生的起点。

让孩子拥有分配时间的权利

时间是个很抽象的东西，看不见，摸不着，却无时无刻不在影响着

我们的生活。时间具有流动性，每一时每一刻都永远不可能再现。时间具有顺序性，昨天、今天、明天，早上、中午、晚上……任世间千变万化，它都严谨地按顺序一步步走来。时间附着在自然现象中，呈现出循环性，一年四季交替轮回。

与小学老师交流时，经常听到他们反映，很多学生没有时间观念，课间10分钟不去上厕所，不去喝水，就是玩，等到打了上课铃，又急急忙忙去厕所，结果气喘吁吁跑回来还落得个迟到；这还算好的，有的甚至就憋着不去厕所了，实在憋不住，只好在上课过程中举手说要上厕所，搞得老师拦也不是不拦也不是；有的学生放了学不写作业，一心只是看电视、玩电脑，或者写作业的时候磨磨蹭蹭，以至于第二天没完成作业，被老师批评，甚至请家长。

在我们的身边总会遇到缺乏时间观念的人，有些人经常迟到，有些人总要拖后几天才能完成早该完成的任务；相反，有些人每天都会提前到岗，无论天气怎样变化，无论家离单位是远还是近，对于领导交代的工作一定会在规定的时间内完成。

一个人的观念是从幼年、从每件小事上培养起来的。一件事做过多次后，就容易形成一种习惯，而习惯一旦养成，就容易形成一种认识、一种观念。就像对待迟到的态度，有人从小就把“不迟到”作为一种习惯，作为对自己的基本要求，长大后自然认同“不迟到是对对方的尊重，按时完成该做的事情是做人基本的诚信”这种观点。可如果问问身边那些经常迟到的同事为什么总迟到，估计他们会毫不在意，今天说“哈哈，起晚了”，明天会说“哎，本来出门挺早的，出来了又想起忘带一样东西，回去取了”。对他们而言，天气变化可以成为迟到的理由，堵车也是迟到的理由，这些天不舒服又可以成为他

们没有完成工作的理由……他们对于迟到，对于延迟完成任务，甚至对于所给予的处罚都表现得无所谓，面对满屋子等自己的同事没有半点儿真诚的歉意。因为在他们的观念里，迟到并不是什么原则性大事，即使是因此受到批评和处罚，也很难改变他们已经形成的习惯和观念。

善于掌握时间的人能够高效工作，也是最能出成绩的人，在科学技术、经济高速发展的时期尤其需要。若是父母能在早期让孩子养成良好的时间观念，就等于给孩子以知识、力量、聪明和美好的开端。良好的时间观念需要从小逐步培养，从大的方面说可以分为两部分，一是家长要以身作则率先垂范，二是有意识地培养孩子树立时间观念。

先来说说家长要以身作则。相信不用往下说，看到这里就已经有很多家长在自省了，他们或许就是上文提到的那些“经常迟到的同事”。家长的榜样作用是潜移默化、日久天长的，是最具有持久影响力的。很难想象连自己都没有时间观念的家长，在让孩子按时起床、按时完成任务，或者在批评孩子拖延了时间时能够拥有很强的说服力，能够拥有可以让孩子信服的地方。可想而知，没有时间观念的家长很难培养出拥有时间观念的孩子。

再来说说培养孩子的时间观念。这个话题涉及很多内容，方法也有很多，考虑到孩子的个体差异，此处我们只谈一谈让孩子拥有自己分配时间的权利这个话题。

孩子对时间的感知要依靠稳固的作息逐渐建立起来。每天早上做什么，中午做什么，晚上做什么，周一到周五做什么，周末做什么，家长都要帮助孩子形成有规律的生活。引导孩子学习支配和利用时间，同样

也离不开具体的事情。

在让孩子学会自己分配时间上，家长可以循序渐进。比如，孩子同时有好几件事情想做：画画、玩玩具、完成老师交给的任务、看动画片，那么家长可以告诉孩子，这几件事要在吃完晚饭后到睡觉前这段时间内做完，孩子可以自己决定先做什么后做什么，每件事做多长时间，如果提前做完所有的事情，剩下的时间可以由孩子自己支配。但如果到了睡觉的时间，这几件事还没有做完，那也不能做了，要按时睡觉，因为要保证明天按时起床上幼儿园。

对于年龄小的孩子，家长可以先从让孩子做两件事开始引导，并且可以适时问问孩子，你有什么困难吗？需要爸爸妈妈帮助你吗？或者需要妈妈提醒你时间快到了吗？由此间接地帮助孩子把控时间。对于年龄大些的孩子，家长可以利用计时器或者钟表，跟孩子约定计时器停止或者钟表走到什么地方时就要结束，从而让孩子逐步感知时间。

这样孩子需要自己对接下来要做的几件事作出选择，哪件事最重要，哪件事要先做，哪件事需要的时间长一些，哪件事用的时间可长可短。这种判断可以促使孩子独立思考，不断通过实践主动修正自己的认识，让孩子感受到自己的能力，获得自信心和成就感。由于是孩子自己作出的决定，因此他们就会对自己的行为表现得更加负责任，当发现有不妥之处时，更具有调整、修正行为的主动性。

如果孩子没有在约定的时间内做完所有的事情，也要按时睡觉，这会让孩子亲身体验到时间的流动性和不可逆性，体验到做事不能磨蹭，这种体验要比家长的说教更具有现实意义。如果没有做完的这件事恰好是老师交给的任务，那么第二天孩子看到其他小朋友都按时

完成了，一定会有内疚感，此时家长无需再责备孩子，因为孩子已经对自己的行为有了新的认识。从幼儿园接到孩子后，家长可以问问孩子：“昨天老师交给你的任务，是因为觉得有困难所以没有完成吗？如果你愿意，妈妈可以帮助你，今天你再来完成。都有谁完成了老师交给的任务？你当时心里有什么感觉？下次老师如果再交给你们新的任务，你打算怎么办？”之后，家长仍要把分配时间的权利留给孩子。家长的这种信任是对孩子最好的尊重，也给了孩子主动调整行为的机会。

如果孩子提前做完所有的事情，家长应该把剩余的时间交给孩子，让孩子决定接下来要做什么事情，这实际上是对孩子提前完成任务的一种奖励。这种做法会促使孩子以后更好地安排时间，更合理地分配和利用时间，提高做事的效率。可惜在现实中我们经常会发现，有一些家长把孩子高效做事节省出来的时间用来安排新的学习任务，这会让孩子感到疲劳甚至厌倦，觉得总有做不完的事情，还不如慢慢做，不要提前做完。这样不仅没有更好地利用时间，反而有可能让孩子养成做事拖沓、边玩边做、不到最后一刻不完成的坏习惯。

当然，也不能单纯为了提前完成而不考虑做事的效果。家长可以提前给孩子讲明做事的要求，约定如果事情没有做好，是需要重新做的。这样孩子在做事的时候就会认真仔细，不然，即使做完了也要重新再来，使得本来可以自由支配的时间减少甚至没有了。

总之，要培养孩子的时间观念，就要放手让孩子在自己支配时间做事情中去体验和感受，让孩子在主动的把握和分配中获得直接经验。

让孩子自己做事

让孩子自己做事，意义绝不仅仅是孩子学会了某项技能那么简单，更可以促进孩子大脑的发育，培养孩子的情商。

前文已经说过，在6岁之前，大脑处于快速发育的黄金阶段。大脑的发育和发展需要两个条件：一是营养，二是经验。

营养就是蛋白质。这方面的知识相信大多数家长都不会陌生，此处不详谈，我们重点来看一下经验。

人的感官是用来学习的最好工具。感官可以接收来自外界环境的各种信息，比如光线、声音、气味、味道、温度、触碰等，神经元将这些信息传送到大脑，大脑就会发出指令，命令肌肉作出各种反应，比如转头、发出声音和妈妈“说话”，用哭声呼唤妈妈，用笑表示自己的愉悦，用手抓住物体，等等。从感官接收信息传给大脑，到大脑发出指令，再到孩子的肌肉作出各种反应，这是一个有来有回的往返通道，反复多次就形成了经验。经验越多，大脑神经元髓鞘化的速度越快，建立的神经网络越丰富和复杂，大脑的沟回就越多，孩子的动作就越精准，人也就越聪明。由此可以看出，这个完整过程的结果和外在表现就是孩子的行动。

行动作为大脑发育和发展的结果，其意义在于让我们知道了孩子行动的重要性，它告诉我们孩子只有行动了，大脑才能更好地发育和发展；如果成人包办代替过多，孩子不需要对外界的刺激作出反应，不需要自己做事，不需要大脑作出任何指令，大脑接收到的信息就只能被储

存起来，那么大脑就将不需要具备人体指挥官的功能。大脑的发展规律是用进废退，于是，这个大脑就不能在人生大脑发育和发展的黄金阶段得到有效的锻炼。

行动作为大脑发育和发展的外在表现，其意义在于成人可以通过观察分析孩子的行动，了解其大脑发育的情况，发现孩子的特质，从而为孩子提供更为适宜的环境。比如，通过孩子在听到音乐时的手舞足蹈和有节律的身体动作，我们可能会发现孩子对音乐的兴趣甚至天赋。

因此，为了能够让孩子的大脑发展得更好，为了让孩子更聪明，我们一定要给孩子行动的机会。

举一个小例子，咱们说说让孩子自己走路这件事。很多家长认为，让孩子自己走路还是抱着孩子不是什么大事，反正孩子已经会走了，多走几步和少走几步有什么差别呢？等自己抱不动孩子的时候，有的是时间靠孩子自己走路呢！所以，在幼儿园门口，大家经常可以看到年轻的家长抱着孩子，年长的家长用买菜的小车拉着孩子。有的孩子都上大班了，还让家长抱着上幼儿园，甚至上下楼梯，当然，他们一定会在快被老师发现之前乖乖地下来走路。这说明孩子和家长都知道，应该让孩子自己走，而不是要家长抱着。

孩子走路的时候，他的脚踩在不同质地的地面上，可以有不同的感受，传递给大脑不同的信息，大脑会对不同质地的地面建立不同的认识，对孩子身体动作的支配和调节也就不同。这对孩子来说是十分宝贵的经验，他可以根据这些经验选择安全的道路，懂得走在坚硬光滑的地面上时要放慢速度，小心翼翼；走在有细小沙砾的地面上时要防止滑倒；上坡和下坡时身体倾斜的角度、用力的部位和行走的速度要有所不同；长大了也懂得根据地面情况选择不同质地和特点的鞋子。这些在成

人看起来十分自然、不用特意思考的事情，对于孩子而言，却要靠经验的积累才能完成。缺乏刺激或者刺激单一与丰富的刺激相比，一定是后者更有助于大脑的发展。这些经验可以提高孩子的自我保护能力，作为家长，谁都希望孩子平安，不要出任何意外。老师也是一样，最怕孩子出事。但老师不怕经常摔跟头的孩子，最怕没有摔过跟头的孩子！因为这样的孩子往往缺乏危险意识，动作明显不够协调和灵活，在同样的游戏或活动中，脱离了家长一对一的保护，他们往往最容易摔倒，而且常常一摔倒后果就很严重。这样的孩子受到家长过多的保护和代替，他们也许可以伶牙俐齿，但却缺乏行动的能力。

孩子走路时，会看到身边的很多物体，有的物体可以自己移动，比如人、动物、汽车等，有的物体不能自己移动，比如树木、房屋、站台等。孩子在行走的过程中，随着自己或者对方位置的改变，彼此的距离、角度也在不断变化，这对孩子发展空间知觉、建立方位感很有帮助。在这个过程中，孩子也在体会改变速度带来的变化，这都是他们用身体感知数学概念的好机会，这在孩子认知结构形成中的作用，要远远高于由家长抱着带来的感知，因为这是孩子主动行为的后果。

每个人都有这样的感受，听别人说或者看别人做一件事的过程，效果远远不如自己亲自做一遍。就像很多人都看过电视中教做糕点的节目，看的时候觉得很简单，一学就会，但做的时候未必就真的能够成功。学习也是一样，听老师讲课的时候似乎都明白了，但真正要运用老师所讲的内容完成作业，或者写一篇文章时，就会发现自己对这些内容一知半解。这是因为听和看只是感觉器官在接收信息，而只有自己做了，才是大脑将接收来的信息转化为行动，这个过程需要自己的思考，需要借助自己原有的经验和能力。建立信息与动作之间的联系，完成从

接收信息到形成经验的完整过程，这个神经通路才算完成，大脑才能得到有效刺激和发展。

孩子自己走路的好处远远不只这些。比如孩子自己走路时需要集中注意力，这对培养孩子做事专心很有益。注意力集中、做事专心不是家长要求孩子就能做到的。很多家长可能有这样的体会，孩子学习不专心，即使他坐在凳子上没有动，但其实注意力早已转移了；而当孩子在做某件事时，比如画画、玩玩具、玩水、洗手等，会非常专心，有时即使叫他，他都听不到。这再一次说明孩子在行动、做事的时候，也是大脑伴随智力活动的时候，因此孩子才会表现出专心致志。换一个角度说，孩子需要外在动作帮助大脑集中注意力，这就是为什么我们一定强调要让孩子有行动机会的原因。

总是抱着孩子的家长，不是真正地爱孩子，而是用爱阻碍孩子的发展。



走路对孩子是一种锻炼，可以提高肢体的运动能力和身体各部位的协调能力，磨炼意志品质。行走也是孩子开始独立的重要一步，对于孩子形成自我意识、获得胜任感、树立自信心非常重要。因为孩子在走的过程中体会到自己的能力，他可以通过调控自己的身体对周围世界主动探索和选择。人有了选择的主动权，就会对自己的能力进行判断，对行为具有主动性，因为是自己的选择，他就要对行为的后果负责，这是孩子学习承担的时候。当孩子的行为获得成功，内心就充满胜任感和自信，成功会鼓励他继续主动探索。如果遇到挫折，孩子会主动自我判断，适当地调整行为再次探索。

走路，这件看似再平常不过的小事，对孩子的发展来讲却具有不同一般的重要意义。所以，总是抱着孩子的家长，不是真正地爱孩子，而

是用爱阻碍了孩子的发展。

再举一个例子：做家务是很多家长不让孩子涉及的活动。对于学龄前儿童，家长可能认为孩子太小，不会做什么，也不需要做什么；对于上了学的孩子，家长更是希望让孩子把更多的时间用于学习，不需要在做家务这样的事情上浪费时间。

其实，做家务对孩子大脑情商的发展意义同样重大。如果说走路是以两条腿为主，协调全身的运动，那么做家务则是全身各种感官综合运用的活动。如果说走路是大肌肉运动，那么做家务则是以精细动作为主，精细动作与大运动相结合的活动。人的动作发展有两个层次，一是大肢体动作，二是小肢体动作。而大脑神经元髓鞘化的过程也有两个方向，即从头到脚，从中心向远端。我们的大脑都有左右两个半球，中间有胼胝体相隔，让孩子的手经常有跨越身体中线的动作，将对左右大脑产生连接并共同工作有促进作用。做家务正好为孩子提供了这样的机会，对孩子大脑的发展非常有益。

比如扫地，孩子需要从一个位置开始，按一定顺序和方向，向另一个目标行进。这需要孩子手眼协调，手部小肌肉动作精准。我们常说心灵手巧，从某个角度说是因为大脑支配小肌肉精细动作的能力强，而从另一个角度说，手巧则心灵，因为大脑只有处于行动中才能得到更好的发展。

扫地需要协调全身动作，从头部到颈部、肩部、臂部，再到躯干、腿部，最后到脚部，几乎全身的肌肉和骨骼都要参与，这对大脑的发展更是有促进作用。

扫地需要孩子高度集中注意力，因为如果有一个地方没扫到，就会有脏东西遗漏。有经验的家长都知道，这个过程对孩子而言并不是一件

容易事，孩子的大脑需要高速运转，对全身各部位不断地发出指令，不断地修正和调整自己的动作，这对于孩子建立方向感、顺序感很有实际意义。

扫地的时候用力也要恰到好处才行。力量太小会导致扫地速度太慢或者扫不彻底；力量太大会把脏东西撩得到处都是，尘土飞扬。而扫地时的用力决不能仅仅靠手这一个部位，它一定是全身各部分协调运动的结果。这就像一个庞大的机构，有负责看准目标的，有负责把握方向的，有负责拿工具的，有负责向前运动的，有负责控制力道的……大脑就是指挥官，负责把所有部门统筹起来，这项工作才能完成。

扫完地后用簸箕将垃圾收到一起，这可能需要家长的帮助，于是就产生了两个人之间的相互配合。两个人的站位、方向、用力的大小、两种工具之间的距离，等等，这时人与人之间的合作是自然的、必要的，它源于解决生活中真实的问题，因此这种学习对孩子来讲也是最具实际意义的，远比他在课堂上听老师教导要有效得多。

扫地让孩子体会到做家务的不易，他就会主动保持环境的整洁。这会促使孩子站在别人的角度想问题，体会别人的辛苦，这就是同理心。有同理心的孩子将来一定很少和别人发生激烈的矛盾，因为他们善于理解别人，善于与别人合作，他们的人际关系就会比较和谐，生活中就会获得更多的友谊、关爱和幸福。

扫地对孩子来说有一定的难度，但孩子天性喜欢模仿，特别是当他们的自我意识开始形成的时候，非常需要用模仿成人做事来证实自己的存在和能力。因此，常常不需要成人要求，他们就会主动做家务。而正是这些对孩子来讲有一定难度和挑战性的事情，才对孩子有更大的吸引力。因为做这样的事情更能够让孩子有机会获得成就感和胜任感，孩子

的自信心就是在挑战有一定难度的事情中逐渐提高的。

孩子可以做的家务事有很多。剥豌豆不仅是锻炼手眼协调和小肌肉精细动作的好机会，而且帮助准备食物的工作也非常有助于促进孩子的食欲，减少挑食的现象；摆放餐具，可以学习配对和点数；参与整理衣橱，可以学习分类和排序；自己擦小鞋子，可以学习区分左右。孩子几岁可以自己剥鸡蛋？我见到过五岁还不会剥的，但也见过两岁就能把鹌鹑蛋剥得很好的孩子。孩子几岁可以用筷子？大部分孩子是在四五岁左右开始学习，但我同事的小孩两岁多时就开始用筷子了。在我曾经带过的班级中，区域游戏最吸引三岁孩子的是美工区，因为那里有剪刀，这是孩子们平时在家里摸不到的工具；而四岁的孩子最专情于缝纫工作，他们缝起扣子非常专注，常常一缝可以一个小时不离开，即使累了，也只是甩甩手又接着缝。

孩子在做家务的过程中不仅学到了基本的生活技能，而且促进了大脑的发展，同时也培养了他们孝敬父母长辈的好品质，学习了与人沟通的技能，使孩子的社会性得到较好的发展。当孩子认为自己和爸爸妈妈一样，是家庭中有贡献的一员时，他们的责任心被激发起来，做事情更加积极主动，这样的态度将会影响他们对未知环境的探索和学习。

家长在孩子参与家务的过程中同样也是受益者，因为这个过程可以增进亲子感情和亲子交流，帮助家长发现孩子的潜在能力。孩子会让家长不断地获得惊喜，这也有助于家长用欣赏的眼光看待孩子。

家长在鼓励孩子参与家务时需要注意以下三点：第一，要为孩子准备适宜的工具，如比较小的笤帚、簸箕、抹布、刷子、小桶等。第二，永远不要用自己的标准要求孩子，因为才几岁的小孩子永远比不上家长做得好，那么家长和孩子得到的只能是挫败感，最后的结果就是所有的

家务只属于家长。第三，孩子的家务如果做得不够好，家长一定不能当着孩子的面重新做一遍，要等孩子不在时再加工。第四，即使孩子做得不够好，也请家长给孩子鼓励，而不是永远指出他的不足；即使孩子做得不够好，也要继续给孩子参与家务的机会。这不仅仅是因为每个人都是从不会到会、从做得不够好到做得比较好，更是因为让孩子有行动的机会，才能够促进大脑的发展。

也许有的家长还是会说，孩子大了自然会做家务，何必非要让他小时候做这些事呢？

那么我们再回到开始的部分：6 岁之前是大脑发育和发展最快的阶段，成人可能需要 3 周左右的时间才能学会的东西，6 岁前只需要 1 ~ 2 天就能学会。孩子 6 岁前运动或做事情的机会越多，大脑就越有可能获得更丰富的经验，从而建立更复杂的神经网络。而且儿童发展的敏感期很多都在 6 岁之前，如果错过了，孩子虽然仍有可能发展，但速度和效果会大打折扣。

孩子的潜力非常大，只要给孩子实践和行动的机会，放手让他们去做，他们的动作就会越来越精准。在手的动作越来越精准的过程中，孩子的手眼协调性自然会提高，做事的专注力自然得到加强，大脑的髓鞘化也自然会加速。

孩子的大脑等不起，孩子的成长等不起，认为孩子还小，等长大了自然就会了的家长，是改变认识、付诸行动的时候了。



孩子的大脑每一刻都在变化，在发育，在发展，它不会等待孩子长大有了锻炼的机会后再发展。孩子的大脑等不起，孩子的成长等不起，所以，认为孩子还小，等长大了自然就会了的家长，是改变认识、付诸行动的时候了。

行动不仅能够促进孩子大脑的发展，提高孩子的智力水平，同时也会促使孩子的情商得到很好的发展。情商包括情感态度、管理情绪的能力、意志品质等诸多方面。当今时代，竞争是生存的必要能力，但也有越来越多的人认识到，合作比竞争更为重要。一个人的成功不仅要依靠自己的智慧，更要依靠团队的合作力量。“小胜靠智，大胜靠德”说的正是这个道理：才智对于一个人的成功来讲必不可少，然而更重要更根本的却是优秀的品德。正如司马光所言：“才者，德之资也；德者，才之帅也。”

我的妈妈去哪儿了

再见到文博，是文博考上大学的那一年，他带着大学录取通知书来看我。

文博似乎比小时候更加腼腆。在我们聊了一些考的什么专业、有没有与幼儿园时的同学保持联系等话题之后，不约而同地陷入沉默。或许是我们都在有意回避着同一个话题，又或许是我们都在想着如何谈起这个话题。

还是文博先开口：“老师，我妈妈……”只说了几个字，泪水就从这个略显文弱的大男孩眼中涌出。我搂着他的肩，轻轻拍打着，仿佛一切又都回到幼儿园的时候……

文博入园时不到三岁，每天都是妈妈接送。文博的妈妈是一位大学老师，年轻漂亮，她性格开朗，每天无论接送都笑嘻嘻的，好像没遇

到过烦心事。

突然有一天，园长告诉我：“你们班文博的妈妈下午要来找你，说有事要谈。”我有点疑惑：会有什么事呢？回想这一段时间文博挺好的，他妈妈每天都能见到我，会有什么事需要单独约谈呢？

那天下午，文博的妈妈来了，就在那天，我得知一个噩耗：她得了癌症，已经是晚期了。我惊呆了！

文博的妈妈对我说，她的病查出来时就已经是晚期了。最初，她也无法接受，非常害怕和痛苦，她不知道怎样面对家人，她不敢想象孩子没有妈妈的日子会怎样……

医生让她马上住院，但她最后决定放弃手术。我问她为什么，她依然微笑着告诉我说，因为孩子太小，她不想让孩子看到自己躺在病床上、身上插满管子的样子，不想让孩子对妈妈留下的最后记忆是痛苦和恐惧的。

她说她现在已经可以坦然面对了。全家在经历了一个多月的痛苦挣扎后，达成统一意见：不告诉文博。因为不知道怎样告诉他，他能明白死亡吗？他能承受吗？他的心理会不会留下阴影？

从那天谈话之后，我就再也没有见过文博的妈妈。没过多久，文博带来一本书，对我说：“妈妈给我买的，妈妈出国了。”我小心地问：“你知道妈妈去哪儿了吗？”文博摇摇头：“很远，等我上大学的时候妈妈就回来了。”我把文博搂在怀里，让文博背对着我，我不想让他看到我的眼泪……

一切都好像又回到了以前，我也是这样搂着文博，只是现在他长大了，我可以面对着他，和他谈起他的妈妈。

文博说，他后来每年过生日和过年的时候，都能收到妈妈的信，还有妈妈亲手织的毛衣，给他寄来的书和磁带。每次妈妈都说很多祝福的话，让他听大人的话，好好学习，妈妈会在他考上大学的时候回来。

他也经常画画给妈妈，后来会写字了就写信，也对着录音机和妈妈说很多话，每一次都是爸爸帮他寄给妈妈。

他多次问过家里人“我的妈妈去哪儿了”，可是家里人总是说妈妈做科研，非常忙。后来，他似乎有些明白了，他不再问家里人这个问题，而是刻苦地学习。他还是每年都能收到妈妈的礼物，也每年都让爸爸帮他给妈妈寄礼物，有自己的成绩单、有他的手工作品、有全家的照片，也仍然还有自己对妈妈说话的录音。

文博说今天在来看我之前，他已经去看了妈妈，告诉她自己考上了大学，考上了妈妈以前工作的大学。文博说，望着墓碑上妈妈的名字和照片，刚开始他还奇怪自己看到妈妈的照片时为什么没有陌生感，毕竟妈妈走的时候他才三岁多一点。但后来他明白了，因为妈妈一直都没有离开过他，每年妈妈都在以独特的方式和他团聚，妈妈的爱一直保护着他、伴随着他。

现在，文博在我的怀里哭了，他说当他开始确定妈妈再也不会回来的时候，他有点怨恨家里人，为什么不告诉他实情。如果告诉他，他那时一定会不上幼儿园，天天和妈妈在一起；如果告诉他，他会和家人一起，每年在清明节的时候去看看妈妈；如果告诉他，想妈妈的时候他也可以放开哭一哭了。可是后来他想明白了，他猜想一定是妈妈怕他害怕、伤心，妈妈希望他快乐。所以，他继续每年和家里人玩着妈妈安排好的“游戏”，虽然知道那是假的了，但却比原来不知道时更投入真情，因为这时他感觉到自己是在用心和妈妈交流。

文博很不幸，年幼的时候妈妈永远地离开了他；但文博也很幸运，妈妈在自己最后的日子里，用她伟大的母爱为文博编织了一个安全而美丽的梦，让文博的童年依然充满快乐、幸福和希望。

文博的经历是一个特例，更多的家庭在面对亲人离去时并不能完全

做到这样。而且在我看来，不让孩子知道亲人的永别，也不一定就是最好的选择。

死亡是每个生命必经的最终结果，不论大家是否愿意接受和面对。因此，让孩子从小对死亡有正确科学的认识，用一颗平常心面对死亡，有利于孩子正确看待生命，勇敢面对挫折。

死亡虽然是一个沉重的、每个人都不愿碰触的话题，但同时又是客观存在、不可回避的。和成人相比，孩子对于死亡并没有特别的恐惧，家长不必将自己的焦虑和不安带给孩子，也不必因自己的主观判断过分担心孩子。家长要注意调节自己的感情和行为，不要让自己过度的悲痛吓到孩子。可以通过文学作品和动植物的生命历程给孩子渗透“死亡”的概念，让孩子了解花草树木、鸡鸭虫鱼以及每个人都要长大，都会有一天要离开这个世界，这是正常的过程。

在无法逃避地将要面对这个话题的时候，每个家庭都会有各自不同的情况，但尽自己最大的努力保护孩子的心理不受到伤害，却是所有家庭都期盼的。因此，什么时候告诉孩子，怎样告诉他，要看具体情况，比如孩子的年龄、个性、家庭的现实状况、那一阶段有没有其他重大事情发生，等等。

无论家长采取什么样的方式告诉孩子，都要特别关注孩子的心理变化，要多和孩子交流，让孩子有丰富多彩而充实的生活；要注意观察，以便及时发现孩子是否出现心理焦虑。如果发现孩子出现心理问题，而家长又不知如何帮助孩子时，可带孩子寻求心理咨询师的帮助。在生活和学习上，家长要尽可能地承担起故去亲人的责任，让孩子不因为失去一位亲人的照顾而感到生活非常不便。当孩子因思念亲人而哭闹的时候，也是孩子正常宣泄情感的过程，家长要给予理解和接纳。

死亡是真实的客观存在，让孩子从小对死亡有科学的认识，能够用比较平静的心态面对，保护孩子的心灵健康成长，是每个家长的责任。

欣赏孩子

“好孩子是夸出来的”，这话一点儿不假。人天性有渴望被别人接纳、被认可，渴望成功的心理，当一个人感受到自己受欢迎、被认可的时候，他会迸发出继续努力、继续前进的内驱力。欣赏你的孩子，用你的慧眼发现孩子的优点，用你的智慧赞美他，孩子一定会更“完美”。

但夸孩子要有技巧，且要适度。

第一，夸具体内容。夸孩子是为了让孩子知道怎么做才是对的，将来要继续这样做，以便使孩子好的行为得到巩固，形成习惯。孩子做了什么，你就夸什么，针对具体行为，让孩子知道这样做就是对的。例如，孩子见到邻家爷爷主动问好，你就夸他“宝宝见到爷爷就问好，有礼貌”；孩子玩完之后把玩具收起来，你就夸她“妞妞把玩具收拾得很整齐”；孩子自己洗了小袜子，你就夸她“悦悦都会自己洗袜子了，很能干哦”。这样的夸奖比单纯说“好孩子”“你真棒”等指向性更明确、更具体，也更具有实际意义。

第二，夸努力的过程。有时候，孩子经过努力将一件事做成功后，如果家长只夸得到的结果，久而久之会引导孩子只关注结果，而不再关注怎样才可以得到这种结果，这就有可能导致孩子用不适宜的方式追求

结果。而有时孩子努力之后，事情还是没有成功，家长如果夸奖孩子努力的过程，也会使孩子得到鼓励。你可以这样夸孩子："妈妈看得出来刚才上山的时候你有些累了，不过你还是坚持自己爬上来，没让爸爸背着，你真是长大了，妈妈很高兴！""这段的确有些难，不过你反复练，比昨天弹得流畅多了。"

第三，指明努力方向。家长在夸孩子这次做对了的时候，还可以点明以后怎样做可以更好。比如，"今天宝宝的鞋子是自己放整齐的，真好！等会儿爸爸回来，你可以帮爸爸也把鞋子摆整齐吗？""宝宝都能自己看书了，以后妈妈很累的时候，宝宝就可以不用妈妈给念了，对吗？"这种夸奖不仅指向当时的行为，让孩子得到即时的赞赏，而且鼓励孩子将这种行为泛化。这样的鼓励激发了孩子发自内心的主动性，比家长要求孩子应该怎样去做效果好得多。

需要注意的是，指明方向是为了帮助孩子巩固好的行为，而不是为了指出他做得不妥之处。有些家长经常这样说："今天你自己吃饭不用妈妈喂，真好！以后要是能不掉饭粒就更好了。""你自己收拾玩具很好，不过，以后要是再收拾得整齐些会更好。"如果每次都这样，表扬就是为了指出孩子的不足，会让孩子感到自己不管怎么努力也总是做不好，感受到的不是做事之后的成功感，反而是挫败感。久而久之，孩子会明白，其实自己做得并不好，表扬并不是爸爸、妈妈的主要意思，后面那句话才是他们真正想说的。

第四，带着真情实感地夸。孩子是很敏感的，虽然每个孩子都希望得到别人的肯定，但如果家长只是为了夸而夸，孩子一下子就能听得出来。家长要善于发现孩子的进步，看到孩子的努力，用欣赏的眼光看待孩子，这样说出来的话才是带有真情实感、发自内心的。

第五，指向内心感受。这种夸奖可以引导孩子关注自己或别人的心理活动，促使孩子将“要我做”变成“我要做”，不是为了得到别人的夸奖而做，而是因真正感受到快乐而做。比如，“谢谢你帮妈妈擦了桌子，妈妈今天确实很累，你能帮助妈妈，妈妈感到很开心！”“老师说今天是你帮茜茜系的鞋带，帮助了别人你一定也很高兴，对吧？”

我们常说“助人为乐”，只有当“助人”真的能让自己内心感到快乐时，这种行为才会是主动的、经常的、不图回报的。正确的行为也是一样，不是做给谁看的，不是为了得到谁的夸奖，而是自己认为就应该这样做，这样做别人会感到快乐，自己也会感到快乐。

第六，适时适度地夸。夸孩子有原则：孩子正在专心做事的时候不夸，不过于频繁地夸，完成对孩子来说已经很简单的事不夸，不夸张地夸；孩子为做一件事付诸了努力应该夸，帮助了别人应该夸，当家长希望某种良好的行为成为孩子的习惯时应该夸，孩子打算放弃而家长希望他坚持的时候应该夸。

孩子正在专心地做事，不论是玩玩具还是看书，家长都不要在这个时候夸孩子，否则就是打扰孩子。如果经常在孩子专心做事的时候打扰孩子，如和孩子说话，喂孩子吃水果，给孩子倒杯水等，久而久之会导致孩子养成做事不专心的习惯。

夸孩子不可过于频繁，不然孩子就会每做一件事都等着得到夸奖，没有夸奖就泄了气，似乎只是为了得到夸奖才做事。这样会使孩子忽视做事本身的过程和体验。夸奖过多还会导致孩子对自己形成不正确或不全面的认识，看不到自己的不足，听不得批评，受不得挫折。

对于孩子来讲过于简单，已经掌握得非常好，或者已经成为习惯的行为，家长也没有必要夸。如果夸了，反而会使孩子感到莫名其妙，认

为家长对自己的能力没有信心。

夸孩子不能夸张，要实事求是。如果为了鼓励孩子而夸大事实，孩子学到的也将是夸大事实，说话不靠谱。孩子帮奶奶打扫了一个房间，等妈妈回来，奶奶却夸孩子帮奶奶打扫了所有房间，试想，孩子心理会怎么想呢？

欣赏孩子，你就会不断发现孩子的进步和闪光点，孩子也就会越来越朝着你期待的方向发展。



在孩子快要放弃的时候，家长可以适时夸奖孩子。有时孩子做事情，经过一定的努力，还是觉得不行，决定放弃，此时，家长的一句夸奖可能就会鼓励孩子坚持下来，获得最后的成功。比如，孩子在看图折纸时，试过几次，怎么也折不对，快要放弃努力时，家长可以适时地夸他："你很认真，这一步折了好几次，也许你把这里翻一下，再试试，说不定就成功了呢！"

家长夸孩子是外在行为，我们更希望家长能够树立用欣赏的眼光看待孩子的理念。欣赏孩子，你就会不断发现孩子的进步和闪光点，孩子也就会越来越朝着你期待的方向发展。

游戏的力量

游戏是孩子的权利，游戏是孩子最主要的学习方式，游戏是孩子最喜欢的活动方式。

《游戏力》一书曾提到，对成人来说，游戏意味着休闲，但对孩子而言，游戏却是工作。不同于成人的是，孩子非常热爱自己的这份工作，很少想到要休一天假。游戏也是孩子交朋友、体验生活以及探索学习的主要途径。

从孩子出生开始，游戏就占据了孩子除去睡觉以外的几乎所有时间。正如陈鹤琴先生所说，小孩子是生来好动的，是以游戏为生命的。

他们躺在床上，四肢不停地动来动去；他们和大人藏猫猫；他们喜欢让爸爸把自己举向高空；他们喜欢和同伴扮成不同的角色……吃饭的时候他们可以玩，把馒头咬出不同形状；洗手的时候他们可以玩，用手指堵住水龙头……一支笔、一张纸、一块饼干、一顶帽子、一双妈妈的高跟鞋，无论什么，都有可能成为他们的游戏道具……

游戏可以锻炼孩子的身体。跳房子、拍皮球、骑小车、跳绳、赛跑、相互追逐与躲闪，在这些游戏中，孩子的走、跑、跳、钻、投掷、攀爬等基本动作得到锻炼，平衡能力、协调性、灵活性得到发展，心肺功能得到提高，身体机能在游戏中越来越强。

游戏可以促进孩子的智力发展。孩子在玩沙中体会沙子从手指缝中流走的感觉；在找不同中观察对比两个或几个事物的细微不同；在连接电池和灯泡的过程中提高动手操作能力；在翻牌的过程中锻炼记忆力；在确定游戏主题、情节、规则、角色中提高思维能力；在角色扮演中展示让成人出乎意料和成人远远不及的想象力与创造力。

游戏可以促进孩子的社会性发展。我们常常看到孩子们在玩的过程中会有打闹、争执，一会儿这个不理那个了，一会儿又和好了，和解的技巧就是在这样的分分合合中学会的。在游戏中孩子要遵守一定的规则，否则就要受到同伴的批评，由此，他们的自制力得到锻炼；在游戏

中孩子要扮演不同的社会角色，承担一定的社会职责，完成一定的工作内容，他们的交往能力、懂礼貌的品质、团队精神由此得到发展；在游戏中孩子们要为同一个目标相互协同、相互配合，因此要彼此信任、相互合作，从而形成社会安全感和社会信任感。游戏有输有赢，孩子有机会体会成功的快乐和自信，也有机会体验失败的挫折和打击，从而学习正确面对成功与失败。游戏内容是孩子对世界认知的反映，他们在游戏时非常认真，投入自己的情感，也在游戏中感受和理解他人的情感。

游戏可以使孩子学到知识。学习知识和发展智力既有联系，又有不同。孩子在玩用大小粗细不等的瓶子装水的游戏中理解守恒的概念；在玩送小动物回家的游戏中学习排序，认识序数；在给娃娃穿鞋、戴手套的过程中学习区分自身和客体的左右；在喂养蚕宝宝的过程中了解昆虫的一生。

游戏可以培养孩子良好的品行。在游戏中，孩子需要克服一定的困难，需要专心致志，对自己的职责负责，需要兑现自己的承诺，于是，孩子在游戏中学会了坚强、勇敢、不怕困难，学会了认真对待自己的工作，学会了做人要信守诺言。

游戏可以保护孩子的心灵免受伤害。不知大家是否看过意大利电影《美丽人生》，剧中的父亲为了保护5岁的儿子不受到纳粹集中营里各种酷刑和杀戮的影响，用自己丰富的想象力为儿子营造了一个充满游戏的场景。直到这位父亲被枪毙前的一瞬间，他还模仿小丑作出一个木偶的动作，让残酷的屠杀变成一次滑稽的游戏。在这位伟大的父亲精心营造的游戏环境下，儿子的心理得以正常发展。

现实生活中，我们同样可以看到孩子在游戏中缓解内心矛盾，释放心灵。有的孩子害怕打针，他在玩医生的游戏时，会认真地对娃娃说：

“打针有点儿疼，但你一定会很勇敢，对吧？如果你哭了，就哭两声行吗？下次打针你就不怕了！”这是一个孩子自己鼓励自己的过程，在这个过程中，他释放了自己因为打针哭而产生的内疚感，鼓励自己下次一定要勇敢面对。游戏的这种作用是其他任何语言说教都无法替代的。

游戏可以抚慰和治疗孩子已经受伤的心灵，正如游戏治疗法。孩子通过游戏情节把自己不敢碰触的伤口展现出来，让大人们了解他，又在游戏中通过情节的变化重新建立安全感。

既然游戏对孩子来讲是工作、是生命，那么家长可以为此做些什么呢？

首先，尊重孩子游戏的需要。要允许孩子游戏，不要认为游戏是在浪费时间，不要让家长认为重要的学习知识占据孩子游戏的时间。如果你这段时间工作确实很忙，没有时间陪孩子一起玩，就请放手让孩子自己去玩。此时，家长“不管”的效果胜过“管”。

其次，多和孩子一起做游戏。如果家长有时间，一定要多和孩子一起玩。每个人都会把时间分配给自己认为重要的有价值的事情，关键就看家长如何认识游戏对孩子发展的意义。亲子游戏可以使家长和孩子之间建立亲密的关系，增加孩子与他人之间的安全感和信任感。

在宝宝刚出生的时候，家长把手指放进宝宝的小手里，宝宝就会紧紧抓住家长的手指，并且可以凭借这样的力量把自己的身体“吊”起来，这是宝宝的原始反射动作，新生儿的能力会让你大吃一惊！和宝宝玩藏猫猫的游戏，抱着宝宝在镜子前照镜子等，都有助于宝宝自我认识和人际交流的发展。

几乎每个孩子都爱玩水，在用大浴盆给孩子洗澡的时候，家长可以准备一些海绵、小碗、瓶子等玩具，孩子在洗澡和玩水的过程中，不

仅可以感受水带给皮肤的感觉，也可以体验和观察自己进到浴盆里时的水位变化、海绵吸水和水被挤出等现象。带孩子到沙堆里去玩，体验沙子从脚缝间流出的感觉，体验双脚越陷越深的感觉，体验被沙子埋住全身的感觉，观察身上沾满的闪闪发光的“金子”。再拿一块磁铁到沙子里，观察磁铁从沙子里拿出来时带出的满身铁屑。将铁屑散落在纸上，把磁铁放在纸下移动，观察神奇的磁场现象。给孩子两块磁铁，孩子可以玩上好几天，他会发现两块磁铁这样放就紧紧吸在一起，那样放就相互推着，谁也不肯让对方黏上。给孩子两面镜子，孩子同样可以玩出各种花样，把一面镜子放在头前面，一面放在头后面，就可以看到后脑勺；把两面镜子对着放，中间再放一个小玩具，从不同角度可以看到很多小玩具。给孩子一个风车，孩子会不停地变化奔跑的速度，观察风车转速的变化；会向着风车的不同位置吹气，观察往哪儿吹气风车转得最快。给孩子两个瓶盖，他可以扣出许多“泥饽饽”……

家长如果有更多的时间，还可以和孩子玩装扮游戏。妈妈当孩子，孩子当妈妈，妈妈可以模仿孩子平时的语言和行为给孩子出难题，而孩子也会在解决这些难题中了解做妈妈的辛苦，感受自己这个“妈妈”不喜欢“孩子”的哪些言行，从而主动调整自己今后的言行。家长和孩子可以装扮成司机和乘客，让孩子从中学习交通规则；可以装扮成医生和患者，“医生”告诫“患者”肚子疼的原因就是冷饮喝得太多了；可以装扮成理发师和顾客，好好满足一下孩子“蹂躏”妈妈头发的快乐，看着妈妈满头卷发器的造型，再照上几张照片，没有哪个孩子不想玩第二次的；还可以假扮成老师和小朋友，让这位“小老师”给“大孩子”上上课，不仅满足了孩子当老师的好奇心，还帮助他复习了老师教过的内容。

最后，家长要理解和支持幼儿园的游戏设置，鼓励孩子多参与。很多家长都希望老师多教知识，多上课，有的家长甚至到了上课以后才把孩子送来，下午又早早地接走，让孩子去上兴趣班，似乎幼儿园的游戏活动没有丝毫价值。幼儿园老师是专业人士，他们懂得如何创设班级的游戏环境，如何在游戏材料中物化教育目标，如何鼓励和吸引孩子发起游戏或参与游戏，家长要按时送孩子上幼儿园，保证孩子有时间参与幼儿园的各项活动，而不是只关注集体教学的内容。

做一个理智的家长

鑫鑫是个5岁的男孩，有一天，妈妈送他上幼儿园晚了一点儿，没有赶上班级吃早饭，就在幼儿园门口买了10个小包子。来到班上以后，妈妈给鑫鑫接了一杯水，让鑫鑫把包子吃了。因为妈妈也没有吃早饭，而且妈妈知道鑫鑫肯定吃不了10个包子，于是拿起一个包子准备和鑫鑫一起吃。谁知妈妈刚咬了一口，鑫鑫突然发起脾气来，把手里的包子一扔，挥舞着两只小拳头不停地捶打妈妈，并大哭起来。他一边哭，一边大叫："这是我的包子，谁让你吃的！"还气愤地拿出包子，在每个包子上面咬了一口……当时，我们都大吃一惊，妈妈也感到非常尴尬，一口包子噎在嘴里，咽也不是，吐也不是。

事后，鑫鑫的妈妈和我长谈了一次。她说那天她的头嗡嗡响了一

天，一直到晚上也没吃一口饭，她很伤心，冷静下来想一想鑫鑫为什么会那样，觉得根源在于自己的教育观念和方法，是她亲手把鑫鑫教育成了这个样子。

鑫鑫的妈妈41岁时才生下鑫鑫，中年得子，家里所有人都把鑫鑫当成宝贝，对他百依百顺。爸爸妈妈虽然在生活上把鑫鑫当成小孩子，照顾得无微不至，但在家里决定什么事情时，却把鑫鑫当成大人，充分尊重鑫鑫的意见。家里每增添或者更换一样家具，都必定要经过鑫鑫同意。就连墙壁的颜色也是鑫鑫说了算，这段时间是红色的，过一段时间又变成蓝色的。所以鑫鑫家的家居风格很独特，墙壁不是一个颜色，家具也不是同一格调，有现代的有古典的，有中式的有欧式的……平时在家里吃饭，也都是鑫鑫说想吃什么，妈妈就做什么，有时鑫鑫遇到特别爱吃的菜，不许爸爸妈妈吃，爸爸妈妈就真的不吃。如果爸爸妈妈假装吃了，鑫鑫就会大发脾气，不是自己不吃饭，就是把菜都倒到地上。

鑫鑫逐渐变得非常有主见，家里不管讨论什么事情，他都能自信地发表意见；和小区里的小朋友一起玩，总是鑫鑫做小领袖；到了爸爸妈妈的同事家和对方家中的小孩在一起，不一会儿鑫鑫就反客为主。对于鑫鑫的表现，妈妈非常自豪，至于鑫鑫有时候发点儿脾气，妈妈也觉得男孩子就应该有血性。鑫鑫如果和小伙伴闹了不愉快，妈妈也总是亲自出面进行调节，而结果基本上都是别的小朋友作出让步。

正是爸爸妈妈的这种过度迁就和“民主”，塑造了鑫鑫以自我为中心、不顾及他人感受、别人没有按照他的意愿做事就会大发脾气的个性。

尊重孩子是对的，但过犹不及，任何事情都不可无度。尊重孩子，就是要尊重孩子的身心发展规律，尊重孩子的年龄特点，尊重孩子的个

体差异，不做违背孩子身心发展规律和年龄特点的事情，不用统一标准“一刀切”地要求孩子，不是所有事情都听从孩子的。孩子的生活经验和对事物的认识毕竟非常有限，在他们还不能够分析问题的利与弊，不能根据现有条件作出适当选择的时候，家长要引导孩子认识事物的特征，分析作出选择的依据和理由。从观察学习家长如何选择开始，到自己为一些生活中常见的事情作出判断和选择；从在两件物品之间进行选择开始，逐渐到在三个或更多物品之间作出选择，这个过程要循序渐进，只有在符合孩子认知水平和能力范围内所做的选择和判断，才是有目的的，是伴随孩子思考和思维发展的，也才是有效的。家长要对影响孩子的环境因素作出适当选择，而不能无原则、无选择、无限制地一股脑儿都让孩子来面对。物极必反，任何教育方法都要把握一个度，有度方适宜，无度则失控。

物极必反，任何教育方法都要把握一个度，有度方适宜，无度则失控。



乖乖的妈妈是一位幼儿园老师，也许是身为老师的缘故，妈妈对乖乖的爱非常理性。

在乖乖刚学会走路的时候，爸爸妈妈带她去公园，乖乖想让爸爸妈妈抱，妈妈对乖乖说：“爸爸的腰做过手术，妈妈的腰也不好，每个人都有两条腿，腿就是用来走路的。乖乖已经会走了，乖乖自己走好吗？走累了，我们可以一起坐一会儿，休息休息。”就这样，自从乖乖学会走路之后，只要她身体健康，爸爸妈妈就坚持再没抱过她。

乖乖的妈妈说，不是大人不爱她，但走路本就是自己的事，如果连

走路都不自己走，又怎么能让她做其他可以自己做的事情呢？如果不告诉她爸爸妈妈的腰不好，她怎么学会体谅和心疼父母呢？

爱孩子就要让孩子独立。正是因为有了这种教育理念，在乖乖很小的时候，爸爸妈妈就教她自己的事情自己做。勺子拿不好，饭送不到嘴里就撒了，地上身上到处是饭菜，但爸爸妈妈还是坚持让乖乖自己吃。乖乖两岁多就上了幼儿园，是班上唯一一个既不用老师喂饭又能吃得快不掉饭粒的孩子。在家里乖乖玩过的玩具，都是自己收拾整齐。刚开始她不会整理，妈妈就跟她一起分类、收放。后来乖乖上幼儿园，也总能帮助小朋友把没收好的玩具放得整整齐齐。老师交代的任务，比如第二天带水彩笔，乖乖总是自己记着，如果偶尔忘了，也不会像其他小朋友一样说："我妈妈忘了给我带。"再后来上了小学，乖乖的小书包都是自己整理，第二天要上什么课，带什么东西，从没有因为这些事让家长为她费心过，也从没有让家长帮着背书包。全家人每一次出去玩，乖乖总是自己背着小书包。

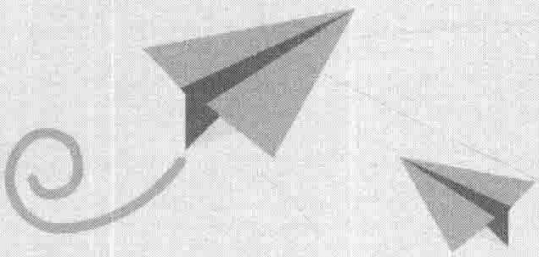
现在乖乖读研，学校宿舍里她的床位最干净整洁。周末一回到家，做饭、洗衣、打扫卫生这些活都是她来干，因为她知道爸爸妈妈腰不好，年龄也大了，不能太累。

很多人都羡慕乖乖的爸爸妈妈，说像乖乖这样懂事、独立的孩子越来越少见。

孩子生出来时并没有好与不好之分，他们是个自然人，区别在于后天的环境与教育，在于他们的社会属性。孩子以后能不能成为受欢迎的人，能不能成为自食其力的人，关键在于家长。孩子刚来到幼儿园的时候，并不是一张白纸，家庭的教育已经在他们身上打上烙印。虽然幼儿园和学校的教育对于人的一生有着非常重要的意义，但却永远无法取代

家庭教育，家庭教育对人的影响是终身存在的。

好的习惯可以形成好的性格和品质，好的性格和品质是成功的关键因素。家长希望孩子将来成为什么样的人，孩子能不能成为家长希望的那种人，很大程度上取决于家长自己。爱孩子是所有动物的属性，但人之所以能够主宰世界，是因为人是有理智的，人类对孩子的爱也应该是有理智的。理智的爱有时表现为拥抱和亲吻，让孩子感受到温暖；有时表现为严肃和摆道理，让孩子学习规则；有时表现为赞许和坚定的眼神，让孩子感受到鼓励；有时就是爸爸妈妈默默的陪伴，有时也是一点小小的挫折和历练；有时它蕴含在爸爸妈妈的宽容理解和接纳里，有时它又隐身在爸爸妈妈的坚持原则中……



第6章

引导孩子学会与小朋友沟通



陪孩子走过幼儿园三年

孩子打架之后

在幼儿园的家长会上，老师会反复提醒一件事：当孩子之间发生矛盾，特别是其中一个孩子使另一个孩子受伤了，双方家长一定要保持理性，要相信老师，依靠老师来解决，不可以在没有老师介入的情况下因此争吵，更不能直接斥责对方小朋友。

然而，这样的事情在幼儿园还是时有发生。

虎虎和石头是一对好朋友，两个人住在同一个小区。由于两个孩子年龄相差无几，经常在一起玩，两个孩子的家长也顺理成章，成为经常聊天的朋友。上幼儿园的时候，在双方家长的要求下，两个孩子被分在了同一个班。

一次，因为争抢玩具，石头用手抓了虎虎的脸，虎虎脸上立刻出现一道红红的印记，让人看着非常心疼。老师马上带虎虎去医务室对伤口做了处理，又给虎虎买了很多玩具以及好吃的零食，并向虎虎的家长真诚道歉，说没有照顾好孩子，十分对不起。

虎虎妈妈又心疼又生气，越看孩子越激动，忍不住掉下了眼泪。她问老师是哪个孩子抓的，老师说："虎虎妈妈，不论对方是谁，孩子都还小，您不要生孩子的气，都是我们老师没有照顾好，希望您不要责怪对方小朋友。"

老师又找石头家长谈了这件事。老师告诉石头妈妈，石头并不是故意的，平时两个人还是好朋友，家长也不要责备孩子，但毕竟虎虎受伤了，从教育的角度可以带着石头去看望一下虎虎，让石头学习对自己的行为负责，关心同伴。事情已经发生了，我们尽可能把它变成一个教育的契机，不要因为这件事影响小朋友或者家长之间的关系。

尽管石头妈妈当天晚上就带石头去了虎虎家，可虎虎妈妈的气仍然没消。

第二天，虎虎妈妈接虎虎回家的时候，很早就来到幼儿园。她情绪激动地指着石头大声说："石头，虎虎的脸是你抓的吧？你妈给你留指甲就是让你抓人的，对吧？"她一边说还一边拉起石头用力推搡，完全不顾老师的劝阻，"我告诉你，你要是再欺负虎虎……"老师一看拉不住虎虎妈妈，只能用身体挡在石头前面。石头被吓坏了，哇哇大哭。

从这件事以后，尽管老师在中间做了大量调节工作，但两家家长却像仇人似的，见面装作看不见。

倒是虎虎和石头，早就和什么都没有发生过一样，一起玩，一起闹。有时两家家长赶巧一起来接孩子，尽管家长用力拉扯着自己的孩子往不同方向走，但两个孩子还是嘻嘻笑笑和对方说着再见。

自己的孩子被小朋友咬伤、抓伤、打伤，作为家长肯定会非常心疼，这是人之常情，可以理解，但是此时，家长一定要保持理性。两三岁的孩子处于行动思维阶段，不会用语言来解决矛盾和与人沟通，当两

个人之间发生矛盾或者过度兴奋的时候，他们最直接的反应是用行动解决或表达，而非语言。比如有的孩子特别想和某个小朋友玩，但对方并不知道，孩子也不会用语言表达自己的愿望，于是就会用手掐对方的脸，或者咬对方一口。孩子做这些动作时只是一种本能的反应，没有处心积虑，没有要报复谁或者欺负谁的想法。他们可能前一分钟还在争斗，下一分钟眼泪还挂在脸上，却又搂在了一起。

家长要了解孩子的年龄特点，特别是受伤孩子一方的家长，不要把对方孩子的这些行为看成是在复杂心理支配下的有意行为。如果这样的事情发生在幼儿园，家长更是应该依靠老师来解决，尽量避免直接与对方家长理论，更不能向对方孩子施加压力，用训斥、恐吓等方式对待孩子。这样做不仅不利于解决问题，相反，还会把双方家长牵扯进来，使原本孩子之间的无意行为，演变成两个家庭之间的矛盾。最重要的是，家长这种替孩子“出头”的做法，会导致孩子凡事依靠家长，知道遇到事情可以用训斥、恐吓甚至是武力的方式来解决，为孩子将来解决矛盾埋下隐患。孩子的外伤很快就可以痊愈，但这份“内伤”却会在他幼小的心灵里留下更深的痕迹。

孩子的外伤很快就可以痊愈，但“内伤”却会在他幼小的心灵里留下更深的痕迹。



作为伤害方孩子的家长，遇到这样的情况也要积极主动向对方家长表达歉意，带着自己的孩子去看望慰问受伤的小朋友，这样做不仅有利于事情尽快解决，而且可以引导孩子懂得要为自己的行为负责。

孩子之间发生矛盾不可怕，关键是家长如何处理。如果处理得当，坏事变好事，将成为孩子接受教育的良好契机。

当孩子的身边有位“特殊”的朋友

说到特殊，其实我们每个人都是特殊的，尤其是孩子。他们每个人都有各自不同的遗传基因，不同的长相特点，不同的身体条件，不同的个性特征，不同的家庭环境和成长背景，不同的学习能力和行为习惯……应该说每一个人都有其特殊性。

但这里我们讲的是狭义上的“特殊”，是指经过医生诊断，鉴定为患有某些生理或心理疾病的孩子，比如脑瘫、患有自闭症、智力发育迟缓，等等。

如果你孩子的班级中有了这样一位“特殊”的小朋友，你会怎么想？

也许你从来没有想过这个问题。是的，在我们上学的那个年代，班级中通常是没有这样的孩子的，我们已经习惯了他们被集中到某个特殊的学校或留在家中。

也许你的态度是：有就有吧，只要他不伤害到我的孩子就行——事不关己，高高挂起。

也许你的态度是：我的孩子不会模仿他或者学习不好的行为吧——担心自己的孩子受到影响。

也许你的态度是：很正常啊，每个人本来就是不同的，只是他在那个方面与众不同罢了。

如果你以前没有思考过这个问题，那么现在是你要认真对待的时

候了。因为随着社会的发展和进步，全纳教育理念已经越来越得到世界各国的认可，包括有特殊需要的儿童在内，所有儿童都应该有平等接受教育的机会。让有特殊需要的儿童在正常化的环境中成长才是最有利的，这样的理念已经得到了实践的证实。

无论现在的科学和医学如何发达，人们的生活水平如何提高，每个国家、每个地区、每一年，都有一定比例的残疾人降生，这是客观存在的事实，是我们大家都无法回避的。事实上，即使现在非常健康，将来也说不定会成为一个有特殊需要的人。

我们每个人都是社会中的一员，为特殊需要人士营造宽容接纳的社会氛围，就是为自己营造和谐的生活空间。每个生命都是平等的，都值得尊重，无论他所承载的遗传基因如何，也无论他的身体处于什么状况，都有平等接受教育的权利。教育的平等已经被作为衡量社会平等和社会文明程度的一个重要指标。1994年，在西班牙萨拉曼卡召开的“世界特殊需要教育大会”提出了“全纳教育”的全新教育理念，倡导所有普通学校接纳有特殊需要的学生入学，让所有孩子平等拥有受教育的权利。2006年，联合国大会通过了《残疾人权利国际公约》。我国也加入了这个公约，在法律上对有特殊需要的人士给予保护，特别是近几年，强调普通学校要无条件接受其所辖范围内的残疾儿童入学。

那么如果班级中有一位有特殊需要的孩子，会给整个班级或者其他小朋友带来哪些变化呢？自己的孩子会不会因为模仿他的行为而学到不好或者不适宜的行为呢？或者他会不会伤害到其他小朋友呢？

带着这些问题，我们来看一位小朋友的妈妈的来信[①]，信中写出了当自己的孩子身边有一位特殊的小朋友之后，自己和孩子身上发生的一些变化。

2008年，儿子3岁，到了上幼儿园的年龄，经过对多所幼儿园的考察对比，我们为儿子选择了北京大学幼儿园。

为了帮助儿子尽快适应幼儿园生活，我每天都要和他聊一聊班上的事情：有没有认识新的小朋友，有没有玩什么游戏，今天的饭怎么样，等等。一天，儿子跟我说："我们班有个小朋友，他不会说话。""哦？他叫什么名字？""心心。"……

了解心心就是从和儿子的那次谈话开始的。当时，我真的以为是儿子语言表达能力差，说不清楚，3岁的孩子怎么能不会说话呢，一定是心心不愿意和儿子玩，没有理他。可是，随着一次次和儿子的交谈，以及平时送儿子上幼儿园时的观察，我知道了心心原来是个自闭症儿童，也是从那时开始，我对电视上关于自闭症的节目有了一些关注。一直以为这种病离我们很远，忽然之间，因为儿子，我认识了它。虽然在新生家长会上，也听园长说过北大幼儿园是接收特殊儿童的，这是一种叫作全纳教育的最新理念，但说实话，我当时除了儿子被分在哪个班、老师怎么样以外，对园长说的那些并没有太多关注。

刚开始知道儿子的班上有一位自闭症的小朋友时，我并没有把他和儿子往一块儿想，只是身为一位母亲，本能地为心心的妈妈感到难过和遗憾。可是，随着我对自闭症的了解逐渐增加，我开始有些担心了，担心心心会伤害到儿子，也担心儿子会跟他学一些不好的行为。带着些

① 选自北京大学幼教中心早期教育系列丛书《幼儿园如何接纳特殊需要儿童——融合教育工作经验篇》。

许担心，我开始注意儿子关于心心的一些讲述。

一天，儿子对我说："妈妈，心心是小弟弟，老师说要照顾小弟弟。"

"对啊，你是小哥哥，你要照顾弟弟。"

"妈妈，什么是照顾？"

"心心哭了你要去哄他，他摔倒了你要去扶他，还有他要是穿不上衣服，你可以帮他穿上。"

儿子认真地点点头，好像若有所思的样子。我的心里忽然有一点点感动，3岁的儿子开始思考怎么照顾别人了！

大概在儿子入园一个多月以后，忽然有一天，儿子噘着嘴说："妈妈，今天我搭了一个小房子。"

"真的？你真棒，那为什么看你好像有点儿不高兴？"

儿子嘴一撇，竟然哭了："心心给我推倒了……"哦，原来是这样，我赶紧问："他有没有打你？"

"没有，他把我的小房子推倒了！"儿子依然很伤心，我却已经放下心了。"小房子推倒了我们可以再搭。"

"我不喜欢心心！"

"可你不是说他是小弟弟，要让着他吗？"

"我就是不喜欢心心！"儿子坚决地说。

从那以后，我经常听儿子说心心又尿裤子了，心心把碗打翻了，心心把玩具扔到厕所里，厕所坏了，心心把小鱼掐死了，心心把老师的手抓破了……

好像一切都像我所担心的那样发生了，我开始"小心翼翼"地引导儿子躲开这位小弟弟，虽然心里明明知道应该教育儿子要帮助心心，但真的担心儿子受到伤害。

突然有一天，儿子再说到心心时，让我感觉到了一些变化。那天，儿子说他的画被心心撕了，可是说的时候儿子没有哭，而是在说完

这件事后对我说："嗐，妈妈，没关系，我再画一张，心心就是这样，他也不是成心的，你别生他的气。"我的心里再次涌现出一种感动，为了儿子的宽容。一个不到4岁的孩子，在学习适应环境，学习接纳别人，学习宽容别人的缺点，这是现在独生子女多么缺乏和需要的能力啊！也许我应该感谢心心，是他让儿子学习了这样宝贵的品质。

儿子一天天长大，现在已经是大班的孩子了。有一天，儿子高兴地对我说他要当值日生了，明天要早点儿去幼儿园。儿子还趴在我的耳朵边上说："这次当值日生可不一样，我是负责照顾心心的，我要带着他玩活动区，带着他做手工，看着他上厕所和洗手，帮他叠被子……有好多事情要做呢！"老师可真有办法，不仅让心心得到了小朋友的关爱和照顾，而且培养了孩子们的责任感。能帮助其他小朋友，孩子也会觉得自己很能干，增强了自信，真是一举多得。

时间过得真快，一晃，儿子再有半年就要从幼儿园毕业了。回想起儿子在幼儿园这近三年的成长历程，我庆幸自己当初的选择没有错误，因为自从身边有了这个特殊的朋友，儿子改变了许多，更学到了许多。都说未来社会是竞争的社会，但我想那更应该是个合作的社会。只有懂得关心别人、宽容别人、善待别人的人，只有能够与人合作和沟通的人，只有尊重别人的人，才更有竞争力，也才更有希望成功。感谢北大幼儿园，为孩子提供了这样一个融合教育环境。

"特殊"这个词存在于成人的意识中，它来源于对有特殊需要的孩子的不了解和由此产生的害怕与担心。孩子的头脑中却没有什么"特殊"的概念，他们在接纳有特殊需要的同伴时是那么的自然。在孩子小的时候，就让孩子接触真实的、客观存在的差异，培养孩子懂得尊重每一个生命，对孩子将来形成人人平等的理念非常有益。而且，普通的班

级中有一位有特殊需要的小朋友，不仅有益于这位小朋友的成长，同时他的出现也是非常宝贵的教育资源，对所有小朋友的发展都十分有益。同样，他的存在也会冲击着成人的思想意识，改变着成人的认识，考验着我们的理念和爱心，考验着我们的宽容与接纳精神。

宽容和善待他人就是宽容和善待自己。社会需要宽容与爱心，需要我们每个人从自己做起。

老实的孩子不一定吃亏

乐乐是一个瘦弱的男孩，他性格文静、内向，即使在家也不爱说话，在幼儿园就更听不到他的声音了。他从没有和小朋友发生过矛盾，既没有大哭过，也很少大声笑过。他敏感，善于观察，虽然很少参与小朋友的嬉笑打闹，但如果你问他："乐乐，你认为这件事谁做得对？为什么？"他也会说出自己的观点，只是语言非常简练。用乐乐妈妈的话说，乐乐就是太老实了。

妈妈说在小区里玩的时候，别的孩子如果想要乐乐的玩具，即使是乐乐最喜欢的玩具，他也会递到对方手里。有的孩子一句话不说，过来就抢，乐乐也只是跟在对方小朋友的身边看着，等对方玩够了再还给他。有一次，妈妈明明看见一个孩子把乐乐推到了，乐乐却不哭也不闹，妈妈问他的时候他还说"不疼"。

就因为乐乐太老实，在乐乐最初上幼儿园的时候，妈妈可没少担心。不为别的，就为这样老实的孩子会不会被小朋友欺负。

别人抢他玩具怎么办？别人打他了怎么办？他又不会大哭大闹，更不会找老师告状，这样的孩子一定会被别的孩子欺负吧？就是受了欺负，孩子回家也一定不敢说啊！

有乐乐妈妈这种担心的家长不在少数。其实即使孩子性格活泼开朗，家长也同样会有这样的担心。毕竟家里通常就一个孩子，全家人都让着他，没人和他争抢，现在到了幼儿园，都是家里的宠儿，几十个“小太阳”放一块儿，谁会让着谁呢？

有些家长因为担心自己的孩子受欺负，甚至教孩子如何欺负其他小朋友。

我教的班级中曾经有一个叫顶顶的男孩，个子很矮，又很瘦小，大大的眼睛在一张小脸上显得格外有精神。有几次小朋友们之间闹着玩，我都发现顶顶会在别人不注意的时候，用脚踢人家或者在摔倒的孩子身上踩几脚。而且顶顶每次踢别人时，都是紧闭着嘴，咬着牙，瞪着眼睛，握紧拳头，好像与这个小朋友有深仇大恨似的。踢完他就会马上走开，装作好像什么都没有发生过一样，站在一边看热闹。后来通过和顶顶聊天，我才知道，原来顶顶的妈妈怕他被别人欺负，于是教顶顶每天都要穿皮鞋，因为皮鞋比较硬，不光可以保护自己的脚，还可以在别人欺负自己的时候踢他。但顶顶个子小，妈妈怕顶顶打不过别人，就告诉他，一定要在别人不注意的时候才能去踢人家，踢完就躲开，不要让大家发现。

作为家长，对孩子有所担心可以理解，但教孩子欺负别人的做法却极不可取。

事实上，据我多年的观察和总结，家长大可不必为孩子之间的交往过分担心。孩子在幼年时期的人际交往经验越丰富，越有利于他们将来融入社会，他们就是在适应和改变的过程中掌握交往技能的。

幼儿园就如同一个缩小版的社会，很多成人社会里的法则和规律在这里同样影响着同伴之间的关系，只是孩子的世界比成人的世界更单纯、更直白。

我们通常都喜欢和脾气好的人在一起，相互之间不容易出现矛盾，人的心情会更加平和。和成人社会一样，在孩子们的世界里，脾气好的孩子更容易受到同伴的欢迎。像乐乐这种性格的孩子，从不与人争抢东西，也不轻易用激烈的言行进行反抗，这种与世无争的个性带给了自己和周围同伴安全感。所以在幼儿园，像乐乐这样的孩子人缘普遍都很好，大家都愿意和他们做朋友。

话虽如此，但是有像乐乐这样的孩子的家长还是会担心：自己孩子的这种性格在群体中岂不是总吃亏？面对自己喜欢的玩具也不会去争，被人推倒了也不会说。的确，有时候像乐乐这样的孩子会遇到上述问题，但可能也正是因为他们的忍让会激发出有正义感的同伴的“仗义”行为，很多时候不用他们自己要，旁边的小朋友就会主动抢回玩具递给他们；不用他们自己说，自有小朋友跑去告诉老师。可能在每个人的内心深处，都会有同情弱者的恻隐之心和彰显自己有保护别人能力的需要吧。况且，幼儿园里还有老师，会关注孩子们的行为，必要时也会加以引导和协调。

所以，在幼儿园里，对于不会打架、不争抢玩具、脾气好的孩子，别人也不会主动去招惹或者欺负他们。相反，矛盾经常爆发于那些“强势”的孩子之间和易发脾气、爱用武力解决问题的孩子中。

孩子们在相互交往的过程中，学习接触和了解不同脾气性格的人，也尝试着用自己认为有用的、适合对方的方式交流。当面对一个比较内向、很少与同伴争吵抢夺玩具的小朋友时，他们也试着用礼貌的语言、较慢的速度去与对方协商；而如果面对一个经常招惹别人的厉害的“对手”时，他们也往往会表现出与对方类似的行为，也许这是孩子下意识的一种自我保护。孩子们表现出来的这些交往行为，和一个人在整洁有序的环境中，会一直捏着手中的废纸，直至看到垃圾桶才将其扔进去，而在脏乱无序的环境中，也会乱丢垃圾是同样的道理。

还有一点家长们可以注意，很多看上去内向、乖巧、不争不抢的孩子，其实也有自己的底线，也有自己的反抗方式，也有自己对是非的判断。

我上幼儿园时，班上有个叫大龙的男孩，打遍了除我之外的每个小朋友，老师用了多种办法都没有改变他。后来有一天，老师把我和他放到一起。男孩终于开始欺负我了。他第一次打我的时候，我睁圆眼睛瞪着他；他第二次打我的时候，我警告他：“事不过三，如果你敢再打我，我就打你！”也许是男孩没有遇到过对手，忽视了我的警告。当男孩第三次打我的时候，我真的还手了，并且是打得男孩没有还手的余地。从那一次起，男孩再也没敢打过任何一个小朋友，也许是因为从那之后的很长一段时间里，老师都让我“看着他”吧。

我曾经和很多像乐乐一样的孩子谈过，问他们：“如果小朋友抢了你的玩具，你为什么不跟他要回来？”他们说：“他也喜欢，就让他玩一会儿吧，玩一会儿他就给我了。”当说到“他打了你，你可以来告诉老师”时，他们往往会说：“没事，不疼，如果疼了我会告诉老师的。”也有的孩子说：“他这是第一次，如果他再做一次，我会告诉

他‘事不过三’的。”我接着问：“那如果他真的打了你三次，你会怎么办？”有的孩子说：“那我就告诉老师。”有的说：“那我也打他。”还有的说：“不会的，他不会有三次的，因为我提醒过他，他就改了。”当我问他们：“他打过你，这样的小朋友你喜欢吗？”有的孩子说：“有点儿不喜欢，我可以躲开他。”有的孩子说：“如果他改了我就喜欢啊，他改了还是好孩子！”

多么可爱的孩子啊，有时候他们的心胸比成人更豁达和宽容。他们是那么的善良，而小小的心灵里也有基本的是非观念，也有做事的基本原则。

相信大部分家长都不会赞成顶顶妈妈的做法，特别是如果你当时看到顶顶那紧闭的嘴、咬紧的牙，以及瞪大的眼睛和握紧的小拳头，一定会心里一紧，为这孩子的将来捏一把汗，一定不忍心让这么小的孩子学会记住仇恨。

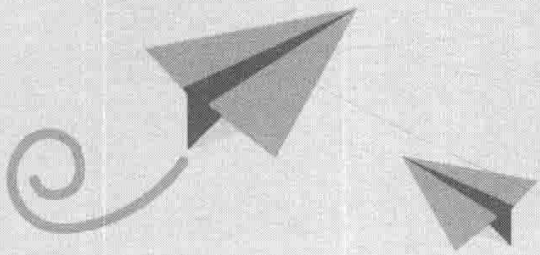
但是，家长到底要不要介入孩子之间的交往？如果要介入，什么时候介入，或者介入到什么程度呢？

我想这里有两点可以把握，一是看有无危险，二是看孩子自己内心的感受。

第一点容易理解，就是看当时的状况会不会有危险。任何时候，孩子的生命安全与健康都是第一位的，如果即将有危险发生，家长必须及时介入；如果没有危险，家长可以放手让孩子自己处理。

第二点取决于孩子自己的内心感受。如果孩子的心情并没有因为这件事变得糟糕，家长也没有必要非得辩出个是非曲直，孩子有颗宽容豁达的心不是很好吗？但如果孩子因为这件事影响了心情，情绪变得低落，甚至出现了身体上的一系列反应，那么家长就有必要介入了，包括

和孩子谈心，或者借助故事等媒介引导，必要时也可以和老师交流一下想法。但家长一定要谨记一点，就是不要因为护子心切而作出不顾后果的“解一时心头之气”的行为，如说一些过激的言论，向对方孩子大发雷霆，或者与对方家长闹得不可开交等，特别是如果家长当着孩子的面作出了这些行为，将会给孩子带来很大的负面影响。



第7章

家长与老师之间的智慧沟通



陪孩子走过幼儿园三年

罚站

这个故事发生在一个四岁男孩身上。

男孩叫皮皮，正如他的名字一样，很是顽皮、好动，所以当有一天他对妈妈说他被老师罚站的时候，妈妈立马就相信了。

不过，妈妈虽然相信罚站肯定是因为皮皮犯了错误，但心里还是无法释然。老师让孩子罚站是违反师德的做法啊！老师怎么可以这样惩罚孩子呢！

于是妈妈晚上给老师打了电话，询问皮皮是不是又不听话犯了错误。老师说："没有啊，今天皮皮一直表现都不错。"

妈妈又问老师："是不是他又淘气了？还被罚了站？"

老师听了很是惊讶："罚站？不可能，罚站是体罚，别说体罚，就是变相体罚在我们的幼儿园都是根本不允许的，老师怎么可能让孩子罚站！"

家长听了也有些迟疑："皮皮从来不骗人啊！如果老师没有罚站，那他这话是从哪儿来的呢？"

妈妈和老师相互提醒，分别在记忆中寻找出现"罚站"一词的可

能性，也许是家长之间聊天的时候说过？也许是坐车的时候听别的什么人说过？或者看动画片的时候听过？都不能确定。

到底是什么事情使孩子与“罚站”结合在一起了呢？

老师认真回忆白天组织活动的各个细节，一个片段让老师突然有所警惕。“今天我们唱歌，请几个小朋友站到前面来带着大家一起唱，其中就有皮皮，而且换第二组小朋友上来的时候，皮皮没有回座位，他站在前面，又和第二组小朋友一起带着大家唱了一遍。是不是这件事让皮皮与罚站联系起来了呢？除此之外，今天再没有让皮皮站在前面的事情发生了。”

妈妈有些疑惑，放下电话后问皮皮：“儿子，老师罚你站的时候，还有别的小朋友一起吗？”“有啊，还有毛毛、豆丁……”妈妈又问：“那老师为什么罚你们站呢？”皮皮吭吭哧哧没说什么。“你们被罚站的时候干什么了？”皮皮想了想说：“唱歌了。”

妈妈终于松了一口气……

四岁左右的孩子心理发展有一个特点，就是有时他们会将现实与想象混淆。可能有的家长遇到过这样的情况：几个孩子在一起玩，其中一个孩子拿着海螺说“这是我爸爸带我去海边给我买的”，另一个孩子也说“我爸爸也带我去过海边，也给我买过一个海螺”，旁边的孩子也说“我妈妈也带我去过海边，也给我买过一个海螺，比你这个还大”。说这话的其中就有自己的孩子，而家长心中知道，并没有带孩子去过海边，也没有给他买过海螺，为什么孩子要说谎呢？

这类事情在这个年龄段的孩子中并不少见，老师在组织教学活动时也经常遇到：一个孩子说周末妈妈带他去动物园了，结果很快全班至少有一半的孩子说妈妈带着他去了动物园；一个孩子说自己做梦梦到了一

只小狗，同样，很多孩子也都说自己梦到了一只小狗。

这并不是孩子在有意说谎，而是因为他们分不清想象和现实。这个想象可能是他们希望实现的愿望，也可能源于他们对看到的动画片中的某个情节的演绎。

遇到这种情况，家长不要轻易给孩子下定义："不许说谎，说谎不是好孩子！"这样不仅会伤害到孩子，而且会引起孩子对原本无意行为的注意。

如果是像"去海边，买海螺"一类的事，家长大可不必在乎，不去揭穿和纠正孩子的说辞，倒是可以问一问孩子是不是很想去看看大海。如果孩子想去，家长不妨做个计划，帮助孩子实现他的愿望。

如果是"罚站"之类的事情，为了不引起不必要的误会，家长可以帮助孩子厘清事情的经过，引导孩子正确认识这件事，学习用更适当的语言来讲述。

通过这件事，在此我也要提醒家长，要了解和正视孩子的年龄特点，遇事三思而后行，和老师之间建立一种彼此信任的关系，经常联系，交换对事物的看法，沟通教育经验，不断增进教育的一致性和同步性，使幼儿园教育和家庭教育相互作用，达到事半功倍的效果。

感谢家长的宽容和信任

我工作二十多年了，对于我所钟爱的事业，对于我教过的孩子们，

对于和我一起工作过的同事们，我都有很多心里话想说。今天借这本书，我想对我所有的学生家长们说一声感谢：感谢你们的宽容！感谢你们的信任！

青青妈妈您好，青青现在已经是31岁的大男人，也有自己的孩子了吧？还记得青青上中班的时候，有一次我批评了青青，因为小朋友们告诉我，青青骂我了。刚参加工作的我年轻气盛，没问清楚就批评了青青。后来我终于弄清楚事情的真相，原来是青青说了一句“杨老师是小蜜蜂”。青青说这话的原因是“我觉得杨老师很勤劳，像小蜜蜂一样”，我当时的批评一定伤害了青青的心。可是您不仅没有怪我，反而对青青说：“杨老师最喜欢你，所以当杨老师听说你骂她的时候很伤心，因为你是她最喜欢的人呢！”感谢您，青青妈妈，是您的宽容给我上了一课，让我知道了要听孩子把话说完。对不起，青青，这是老师一直想对你说的一句话！

小博妈妈您好，我知道小博已经上大学三年级了。我一直惦记着他的鼻子，您知道吗？小博的鼻子碰破以后，我非常非常内疚，虽然没有骨折，但后来他的鼻子感染了，一直到幼儿园毕业都还没完全好。还记得小博受伤那天，您来接孩子的时候对我说的一句话吗？您当时说：“没关系的，杨老师。您那么负责任，我相信这只是一次意外。”这句话到现在还一直鼓励着我，让我感受到人与人之间最珍贵的信任！

还有小宗爸爸，小博鼻子受伤后，是您带着我们去了您当时所在的医院，找了最好的大夫诊治。谢谢您！是您的热心让我感到我们的班级氛围是那么融洽，让我感到我的工作被家长理解。

佳意妈妈，您还在中学当老师吗？佳意还是那么瘦吗？您知道为什么您会给我留下深刻的印象吗？因为您总是对我说：“杨老师，孩子交

给您，您就放心地管，他不听话您就打，没事！”我是老师，我肯定不能打孩子，但您给了一个年轻老师最大的信任，您越是这样信任我，我就越要努力工作，对得起您这份信任！

明明爸爸，记得当年幼儿园让家长给老师打分作评价，打分是背靠背的，但您打完分就告诉我说：“杨老师，我没给您打满分，因为谁都不可能十全十美。”当时我虽然嘴上没说什么，但心里并不太高兴。可是后来，我明白了，您是在光明磊落地鞭策我，告诫我一个年轻的老师不能骄傲自满，要不断反省自己有什么地方做得不够好，应该怎样做才能对孩子的发展更有益，让家长更放心。感谢您，我当时一定做得不够好，但您用您的宽容和善意的提醒给了我主动思考的机会，让我头脑保持清醒。

安安妈妈，安安要考大学了，感谢您每年的教师节都会来看我。去年您来的时候说，安安让您告诉我：“我要补叫杨老师一声妈妈，小时候我们班小朋友都叫杨老师‘妈妈’，只有我不叫，因为我那时觉得妈妈只能有一个，就是自己的妈妈啊。现在我要补叫杨老师一声妈妈，因为杨老师对我们太好了，她一直把我们当成自己的孩子！”安安妈妈，是您和安安每年的一束鲜花让我体会着做一名幼儿园老师的幸福。

康康、迪迪妈妈，您那一对双胞胎儿子有1.8米高了吧？真令人羡慕，他们是那么懂得心疼妈妈，而且学习都那么棒。您还经常出差吗？您那时短期出国，家里没有人可以照顾两个孩子，您把他们托付给我，您知道我有多开心吗？我知道是怎样的信任才可以令人把自己的两个孩子托付给别人！在那半个多月的时间里，我们一起上幼儿园，一起回家，一起在未名湖畔散步，一起到山上捉虫子……两个小宝贝一直都叫我“妈妈”，我赚来了多少路人羡慕的回望啊！

小钰的爸爸妈妈，我知道小钰小学毕业后你们全家就回了杭州，小钰中考后专程坐火车回北京来看我，说她因为我爱上了北京大学，她将来只想来北京大学读书。谢谢你们支持孩子走这么远的路回来看望一个幼儿园的老师，孩子懂得感恩，一定是你们教育引导的结果。我在北京等着她！

小雪妈妈，小雪已经长成大姑娘了，那天您和她来看我，还带着她的朋友和小孩，说这个幼儿园有最好的老师，一定要让她朋友的孩子上这个幼儿园。

洋洋妈妈，教师节那天您带着考上大学的洋洋来看我，看着昔日的小洋洋如今已经比我高出了一头多，真是欣慰。洋洋有没有告诉您，在我们建园六十周年的大会上，洋洋还代表所有的毕业生讲话了呢！

菲菲妈妈，您说菲菲在国外读书很用功，成绩很好，真为菲菲感到高兴。菲菲走之前来幼儿园，我依然能回忆起她儿时的样子。她带来的那盒巧克力我请同事一起分享，大家好羡慕我，说总有毕业的孩子回来看我，真幸福！

南南的爸爸妈妈，你们是中韩建交后第一年来中国的学者，带着南南来到我的班上，让我认识了可爱的南南。之后，你们出于对我们的信任，相继介绍了十个韩国小朋友来到我们班，感谢你们给我机会，为中韩两国的友谊和交往尽自己的一份力量。还有优汉、瑞兰……你们能从遥远的国度回中国看我，谢谢你们，谢谢你们的爸爸妈妈！

还有辰辰的爸爸妈妈，当辰辰的《缀叶集》出版后，你们拿着书来感谢我。看到辰辰在书中写的《我的杨妈妈》一文，我是那么自豪！其实你们都是教育专家，看着辰辰妈妈写的书，我知道我做得远远不够，但你们却一直鼓励我、肯定我。谢谢，我会继续努力！

还有妍妍妈妈、雯雯妈妈……还有很多很多小朋友的爸爸妈妈，感谢你们让我拥有了这沉甸甸的、美好的回忆，这是我最大的财富！我有那么多缺点，有那么多做得不到位的地方，但你们所有人都默契地选择了宽容和信任，你们像呵护自己的孩子、自己的亲人一样呵护着我，静候着我从一名新教师慢慢成长！是你们给了我追逐理想的机会，让我体验到做一名幼儿园老师是多么的幸福！

宽容别人就是善待自己。



现在，一批批年轻的老师走进幼儿园，我从他们身上看到了自己从前的影子，他们和我当年一样满怀理想，我多么希望他们也能像我一样幸运，遇到宽容、理解他们的家长！可爱的孩子们，希望你们毕业以后也常回“家”看看，看看你们曾经的老师，也许正是因为对你们的守望，老师们才能在这里默默地耕耘，迎接着一批批和你们当年一样的小宝贝。

宽容别人就是善待自己。在如今社会信任度降低的年代，宽容和信任更显得尤为珍贵。它们有一种神奇的力量，可以激发人内心的主动性，产生自我完善的强大动力，融洽人与人的关系，净化人的心灵，让我们的生活越来越美好。

孩子受伤之后

安全问题是幼儿园工作的首要问题，没有了安全，教育就无从谈

起。近年来幼儿园安全事故频发，给孩子和家长带来了许多痛苦。由于幼儿年龄小，辨别事物的能力和对危险的认识还很差，现在孩子的安全已成为家长和幼儿园最为关注的问题。有的家长怕孩子摔跤受伤，甚至在夏天也要给孩子穿上护肘和护膝。

孩子们玩的大型玩具设施都有拦网保护，下面还有海洋球池，避免孩子落下来摔伤……应该说安全措施相当到位。但似乎怕什么就来什么，现在的孩子好像特别容易受伤，而且很容易出现骨折等比较严重的事故。

我们来看看孩子们多在什么情况下出事故及其原因。

放学离园的时间，是孩子受伤的多发时段。这时人流集中，很容易相互碰撞。加上孩子本就活泼好动，好奇心强，对什么都想去探索，要回家了就更兴奋，越是家长说不要去的地方他们越要去，而且孩子跑得快，家长跟不上，或者趁有些家长在一起聊天，孩子早就跑得没了踪影。等家长到处找孩子的时候，却听到孩子的哭声，发现孩子已经受伤。这样的情况在幼儿园时有发生。

户外活动也是孩子受伤的多发环节。孩子小，运动能力有限，协调性和灵活性都不够，对身体的运动方向以及急停、急转、躲避等动作的把控能力较差，经常会因为躲闪不及相互碰撞，或自己摔倒受伤。另外，幼儿的注意广度较小，不能同时注意多方向多角度的情况，也会造成运动中的相互碰撞。

还有的事故是因为孩子力量较弱造成的。比如有一种大型玩具，距离地面有一定的高度，需要孩子双手交替抓握、悬垂身体前行，这时孩子全身的重量就都要靠上肢的力量来承担，特别是双手。如果孩子上肢的力量不够，就有可能从玩具上掉下来，造成意外受伤。

孩子发生意外，除了年龄特点所限之外，还有些是因为家长给孩子穿衣不当造成的。有的家长给孩子穿的鞋有点大，不太跟脚；有的家长让孩子穿拖鞋上幼儿园；有的家长给孩子买的凉鞋是脚趾部分完全露出，孩子穿着这样的凉鞋很容易因鞋子的前面部分突然下折而摔跤。还有的家长给孩子买的衣服是带拉链的，而拉链的顶端又没有安全装置，孩子拉拉链的时候用力过度，以至于脖子被拉链夹伤。有的女孩子夏天穿小裙子，里面没有安全短裤，滑滑梯时就容易因为身体有汗而增大与滑梯的摩擦力，加之滑梯表面温度较高，造成孩子臀部挫伤疼痛。

孩子在教室里活动，偶尔也会出现意外伤害。比如，孩子因争抢玩具发生争执，其中一方将另一方推倒或者打伤，或者上厕所时不小心摔倒等。孩子们之间之所以容易发生争斗，还有一种原因，是因为某些孩子自身存在感统失调、痛觉不敏感等情况，他们可能并没有伤害其他小朋友的想法，但因为自身的感觉有些异常，他们拉扯小朋友的动作会比较猛，力量也比较大，会令小朋友感觉到疼痛，误以为对方在打自己而还手。

不可回避的一个问题是，现在很多家长对孩子的保护过度，造成孩子运动能力、灵活性、协调性、身体抗击能力降低，自我保护意识和能力缺乏，这也是孩子容易受到意外伤害的原因之一。有些孩子甚至因为受到过度保护，连摔跤时双手着地这一本能的自我保护能力都有所丧失，很多孩子摔倒时就是被动地倒下，脸直接着地，造成一摔跤就摔伤脸、磕坏牙，或是磕断唇系带等比较严重的后果。

亮亮的右臂就是在幼儿园户外活动时骨折的。当时亮亮在玩跳跳床，跳跳床上就亮亮一个人，没人挤他，也没人碰他，在一次跳起后落

下的时候，亮亮的右臂被自己的身体压了一下，肿了起来。老师赶紧抱着亮亮来到医务室，做了初步诊断和简单处理后，又和校医及园长一起带亮亮赶赴医院。在路上，老师给亮亮的爸爸打了电话，描述了亮亮受伤的经过和当前的情况，真诚地向他表示了歉意，告知对方即将前往的医院并征询其意见，看是否需要去其他医院。

亮亮的爸爸赶到医院时，急出一身汗，衣服都湿透了，但他依然保持着平时的温和态度。在医院诊治之后，园长和老师带着孩子喜欢的水果、小食品以及玩具等礼物，到亮亮家看望亮亮，再次向家长致歉。亮亮的爸爸妈妈都很宽容，一再表示孩子受点儿伤是难免的，老师不要太过自责，小孩子骨头长得快，伤好得也快，过不了多久就没事了，等等。家长越是这样说，老师的心里就越内疚，在亮亮养伤的那段时间，老师每天都会打电话慰问，还组织小朋友给亮亮写信，送手工礼物，每次亮亮复查，老师和校医都会一同前往。老师还利用班务会分析出事故的原因，查找自身工作中的漏洞，希望将班级出事故的可能性降到最低。这件事发生后，亮亮的家长和老师之间的关系不仅没有僵化，反而比以前更加相互信任和融洽。

任何一个家长在得知孩子受伤后，都会非常心疼和紧张，恨不得受伤的是自己，担心孩子会不会因为受伤留下疤痕或者其他问题。每个幼儿园老师也最怕孩子受伤，孩子痛苦，家长着急，自己的内疚和对孩子的心疼，都会令老师寝食难安。孩子受伤之后，当务之急是做好诊治和康复，这也是家长最为关心的问题。家长要尽量弄清楚孩子受伤的经过，关注孩子受伤之后幼儿园处理是否得当，幼儿园所采取的措施是否有利于孩子得到及时的救治，并和幼儿园一起积极做好后面的治疗和康复工作，而不是一味地埋怨老师。既然事情已经发生了，将孩子的痛苦

和因受伤造成的后果降到最低，才是我们共同的目的。

孩子的安全是幼儿园的头等大事，各个幼儿园都会有处理意外伤害事故的流程和相关规定，不论家长的态度是宽容还是指责，幼儿园都会采取最有利于孩子恢复健康的措施，不会简化相关程序。但是，家长的态度会影响和老师之间的沟通与交流，会对后面的继续合作和相互沟通产生不同的影响。家长的紧张、担心和心疼，我们都可以理解，但急躁的情绪和指责的态度并不能改变孩子已经受伤的事实，对解决问题也起不到任何好的作用。任何一个幼儿园都希望自己的服务令家长满意，这是幼儿园生存的基础。在孩子受到意外伤害之后，家长和幼儿园之间要真诚沟通，积极合作，共同商量解决办法，以最终达到双方都可以接受的满意结果。

孩子要升班了

经历了刚入园时的分离焦虑，经历了与老师、小朋友的相互磨合与适应，孩子和家长终于平稳地度过了幼儿园的第一年。然而，孩子要升班了，新的焦虑和考验又将摆在家长和孩子面前。

孩子要升班了，会不会换老师？如果换老师，孩子是不是又要重新经历一次刚入园时那样的适应期？会不会又要哭闹？孩子们之间建立起来的友谊会因为分班被阻断吗？会不会伤害到孩子？……这是很多家长担心的问题。尤其是个别班级的孩子可能会因种种原因被拆分到其他班

级中，组成新的班级，这是家长更为担心的事情。

很多家长认为，孩子有了熟悉的老师和同伴，最好直到幼儿园毕业都保持这样的班级不要调整。有些家长甚至在临近期末时就开始焦虑起来，到处询问老师和幼儿园领导，希望提前知道一些有关下学期分班的内部消息。一旦发现有任何他们不希望出现的苗头，就联系全班家长在“群”里议论，甚至写联名信。大家把听来的消息相互转告，不安、担心、焦虑的情绪在家长之间扩散、蔓延、膨胀……

幼儿园的分班受很多因素的影响，如幼儿的年龄、不同年龄班的班级定额人数、幼儿园毕业班的数量、幼儿园教室的数量和位置等。《北京市幼儿园分级分类验收标准》中对不同年龄的幼儿班级人数作出了明确规定，幼儿年龄越小，班级定额人数越少。随着幼儿年龄的增长，班级定额人数也有所增加。孩子刚入园时一个班可能只有十几个孩子，但到了大班仍然还是这十几个孩子一个班的情况几乎是不可能的。幼儿园很有可能在孩子升班后进行拆分重组，例如由原来的五个小班变成四个中班。班级的拆分重组，虽然不是每一个班每一学年都会遇到，但在幼儿园每个学年的转换中，却是正常的事情。拆分哪个班级，怎样拆分，幼儿园一定会全面思考，找出对孩子影响最小、最适宜的方法。

善良、富有爱心和耐心，几乎是所有幼儿园老师身上所具备的共同特点。但是，每一个老师同时又都是独特的：有的老师脾气好，照顾孩子细致周到；有的老师肯钻研业务，能力强；有的老师做事踏踏实实，善于培养幼儿生活习惯……不同年龄的孩子有不同的年龄特点，不同特点的老师适合带不同的年龄班。幼儿园在为每个班级安排老师时，除了会考虑以上这些因素，还会考虑老师个人的因素以及人际关系等，比如

老师的身体因素、家庭因素、年龄因素，老师之间的相互配合，不同老师之间特长和能力的搭配，等等。

最了解老师的是幼儿园的各位领导和同事，幼儿园安排哪几位老师带哪个班级，一定经过了反复思考和推敲。家长满意，孩子喜欢是幼儿园生存的基础和目标，所以，对于班级是否换老师，换哪位老师，为什么换老师，幼儿园都会考虑周全。每个幼儿园的领导都希望家长和孩子对老师满意，作为家长，也要对幼儿园充满信任。

和很多家长接触后，我感受最深的是，升班带来的变化令家长们更为焦虑。他们不仅自己十分焦虑，而且会用自己的感受和想法推断孩子的感受，深信孩子将会面临如同入园时那般艰难的考验，并断定这将会给孩子带来巨大的痛苦和不良影响。

事实上，家长们低估了孩子的适应能力。转换班级、调换老师、认识新的同伴，可能会在短时间内给孩子带来一定挑战，但绝大部分孩子很快就能适应。因为他们在幼儿园已经生活了一年，了解幼儿园的生活和整个环境，生活自理上那些曾经困扰他们入园适应的事情都不再是困难，他们的交往能力有了很大提高……适应新的老师和同伴对他们来讲并不会造成长时间的困扰。

至于家长所考虑的孩子们之间建立的友谊会不会因为分班而中断，会不会因此对孩子的心理造成不良影响，就更不必担心了。幼儿年龄小，他们之间还不会建立稳固的友谊，家长自己也可以想一想，有多少人还能想起自己幼儿园时期的好朋友呢？

家长要打消有关孩子升班的各种顾虑，首先要信任幼儿园，相信幼儿园会作出最有利于孩子的决定；也要相信老师，相信幼儿园的每一位老师都会像原来班级的老师一样爱孩子们；同时还要相信孩子，

相信孩子有能力适应新的环境，相信这样的变化能够使孩子得到新的锻炼和成长。

当然，除了相信幼儿园、老师和孩子之外，家长和孩子也不是被动地接受所有变化。孩子是否能尽快适应新的班级，很大程度上取决于家长。

首先，家长要有一个良好的心态，自己不焦虑，才不会让焦虑的心情影响孩子。

其次，家长要用积极的态度影响孩子。“你长大了，要换到新的教室，里面会有适合大一些小朋友玩的新玩具，你可能会认识更多的新朋友，也可能会有和××老师一样疼你爱你的新老师，会教你们学习更多的新本领。”经常对孩子说这样的话，提前让孩子做好心理准备。

孩子升班后，家长要经常与新的老师沟通，这也有助于家长和老师积极配合，帮助孩子尽快度过适应期。家长还可以经常带孩子去看望原来的老师，引导孩子懂得感恩；也可以保持和原来班级中家长、小朋友之间的联系，以使孩子有广泛的人际交往机会。

但有一点需要提醒家长：如果孩子在新的班级发生什么事情，家长心存疑虑，最好不要找原来的老师“拐弯抹角”地打探消息或者提意见，这样会造成两位老师之间、自己和现任老师之间的矛盾。如果有需要，家长可以直接找现任老师沟通，这样双方很快就会建立一种信任关系。

总之，变化并不一定是坏事，一成不变也不一定就有益于孩子的成长，关键在于家长对这件事有什么样的认识，用什么样的心态去对待，又采取什么行动去面对。

家园合力力更大

幼儿园和家庭既是一对矛盾体，更是一对合作体，两者之间的关系处理好了，形成教育合力，非常有助于幼儿的发展；反之，则会让老师和家长都感到不愉快，孩子也会从中受到不好的影响。

辰辰聪明伶俐，就是过于充沛的精力让爸爸、妈妈感到吃不消。她每天只睡五六个小时的觉，浑身好像有使不完的劲儿。每天晚上妈妈都会给她讲故事，希望能让她早点睡觉，以便做些自己的工作，但辰辰就是眼睛睁得大大的，讲完一个又要求再讲一个，每天爸爸、妈妈都要和她“战斗”到夜里12点多。爸爸、妈妈实在没有办法了，只好向老师求助。

我建议他们在家为辰辰画一棵树，只画树干和树枝。每天往树上粘一片叶子，叶子上写上辰辰睡觉的时间。如果每天睡觉的时间能提前10分钟，叶子就会长大一些。如果辰辰睡觉的时候不用再缠着妈妈了，大树就可以“开花”。等树上开满了花，就把大树带到班上，我会在班上介绍这棵大树的故事，让全班小朋友都知道，辰辰睡觉不用再让爸爸妈妈操心了。

同时，在幼儿园里，我也十分注意在可能的情况下让辰辰的运动量比其他小朋友更大一些。如果中午辰辰睡不着，我也不会非逼着她睡，只是让她放松地躺在床上，愿意睡就睡一会儿，尽量不让她因为睡午觉而感到紧张和有压力。

在家长和幼儿园的共同配合下，辰辰晚上睡觉的时间逐渐提前了，10点多就可以躺下，不一会儿就可以睡着。最重要的是，辰辰可以独立入睡，爸爸、妈妈从此有了更多时间看书和工作。

家长和老师经常沟通，采取统一一致、相互配合的策略，往往能够收到很好的教育效果。



学龄前幼儿一般对老师都非常崇拜和喜爱，很听老师的话。家长和老师经常沟通，采取统一一致、相互配合的策略，往往能够收到很好的教育效果。因为孩子都希望老师更加喜欢自己，希望老师知道自己的进步，孩子越是喜欢老师，越是希望保持自己在老师心中的美好形象。

当然，家长和老师之间有时也会出现教育理念不一致，甚至是意见相反的情况，这时就更需要双方之间加强沟通。

小白的爷爷是一位老教授，他对老师向孩子进行节约教育就颇有看法。这天来送孩子的时候，老人家特意把老师叫到一边谈话。他认为不该教育孩子水可以反复用，比如洗过衣服的水用来冲厕所；也不要教育孩子随手关灯……在他老人家看来，钱不是靠节约省出来的，是靠不断创造新的价值积累出来的。不要让一个男孩子纠结在这些小事上，应该大气些，总关注这些琐事，会变得婆婆妈妈，成不了大器；提高用电量可以促使更多的人发更多的电，这样就可以为更多的人提供工作的机会；而用过的水冲厕所根本就冲不干净，还得再用清水冲才行。

通过和小白的爷爷沟通，老师了解到，老人家常年生活在国外，生活环境和条件与国内有很大不同，所以生活习惯和观念都与我们有一

定差异。爷爷说最初他刚到国外的时候，也有随手关灯的习惯，但他发现这种做法总遭到别人异样的眼光。后来他才知道，人家认为电就是拿来用的，只有使用才能消耗，只有消耗才能需要有人发电，才能有人研究如何发更多的电，也才能为更多的人提供就业的机会。

老师先是认真听完小白爷爷的话，又和老人家聊起了他们在国外生活的一些事情，谈话的气氛逐渐轻松下来。老师抓住时机和小白爷爷说起我国人口众多但资源有限，特别是水，是不可再生的资源。让孩子从小懂得节约，这是一种理念和意识的培养。培养节约的意识，包括很多方面，比如节约用纸、尽量少使用一次性筷子，这可以节约很多木材，有助于保护树木和森林，这也是保护我们的环境。节约一点儿水、纸、电，对于每个人来说可能是件小事、琐事，但每个人都这样节约一点儿，全国就能节约出很多。这看似小事，实际上是关系着我们的生存环境、关系到几代人的大事。

对于老师所说的话，小白的爷爷最终也表示了认同和理解。

每个班有几十位小朋友，每个小朋友有两个家长，如果再加上爷爷、奶奶或者姥爷、姥姥，人数就更多了。每位家长的年龄不同，生活的环境和接受的教育也有所不同，肯定会出现家长与老师理念不一样的情况。当家长和老师的理念不一样、对老师的某些做法不能理解或有不同看法的时候，家长要主动与老师进行沟通，通过相互了解，达成一致意见，或者求大同，存小异。切不可当着孩子的面批评老师的做法，或者议论老师这不对、那不该，这样做会导致孩子分不清什么是对、什么是错，不知道自己应该怎样做，而且也会降低孩子对周围环境和人的信任度，对孩子的成长十分不利。

家长要经常主动了解幼儿园的教育情况，积极配合班级开展的一些

教育活动。

老师在班级中开展了“我的小手真能干”主题教育活动，引导小朋友自己的事情自己做，自己穿衣、自己吃饭，小手还能帮助妈妈做事情，如择菜、扫地等，目的是培养小朋友的生活自理能力和参与家务劳动的意识。老师通过宣传向家长介绍了活动开展的情况，并倡议家长在家里也要这样，给孩子自我服务和参与家务的机会。老师还与家长约定，如果孩子在家里有了一些行为上的变化，家长可以把这些变化写在纸上带给老师，老师会在班上念给其他小朋友听，以鼓励孩子在家的行为。

蜜蜜的妈妈了解到这些，就有意识地放手让蜜蜜自己做事情，还经常让蜜蜜帮助自己做家务。蜜蜜原来早上总要让妈妈给穿衣服，自从开展了这个活动之后，蜜蜜就每天自己穿衣服了。蜜蜜不仅开始学着照顾自己，还学着帮妈妈做事情。和妈妈一起择菜、剥豆子，帮妈妈扫地、叠衣服、擦桌子，妈妈带她去买菜，她还能帮妈妈拉着小车。妈妈把蜜蜜在家的表现写下来，老师在全班小朋友面前介绍了蜜蜜的进步，小朋友们都为蜜蜜鼓掌，连蜜蜜自己都觉得自己很了不起。

幼儿园的教育离不开家长的配合，否则有些教育只能停留在说教上，无法落实在行为上，而不能落实在行为上的教育对孩子来讲是无效的。好的习惯、好的品质、技能的掌握、能力的提高，靠一时做一两次是远远不够的，家长要有持之以恒的态度和精神，不要轻言放弃。

家长与老师之间通常都能够通过沟通达成一致，但也有极少数情况例外。

优优和秀秀是一对龙凤胎，妈妈因此十分自豪。在幼儿园里只要

遇到老师，不论认识不认识，她都会说自己有一对龙凤胎儿女，这两个孩子非常优秀，在北京市围棋比赛中获得幼儿组第一名和第三名，等等。

妈妈每次送孩子上幼儿园，都是小朋友们已经开始教学活动的时候。如果班主任老师正在组织小朋友活动，不能亲自来迎接她和两个孩子，她就会一直站在那里等，直到班主任老师停下活动走过来。

好多次下午接孩子，妈妈都会提前打电话给老师，让老师把孩子送到大门口。老师问她是不是因为没带门卡进不来，她说不是，是因为自己有事，要赶时间。但次数多了，老师难免要提醒她，如果赶时间，下次可以提前一点儿来，如果要老师放下全班孩子的活动来送他们，也不妥当。可她却说："他们谁家有两个孩子？我这是龙凤胎啊，就是要特殊一点嘛！"

有一次，两个孩子参加绘画比赛拿了奖，妈妈把奖杯拿到幼儿园，让老师、小朋友与两个孩子一起照相，还花钱给每个人做了一张水晶照片送给大家，并洗印了一张很大的照片，让老师摆在教室里。

还有一次，两个孩子在全国英语口语比赛上获奖后，老师只是在班上说了一下，没有让两个孩子站到前面，小朋友们也没有为他们鼓掌。妈妈对老师的做法非常不满，说孩子需要老师的鼓励，为什么老师只关注别的小朋友，就不关注这两个孩子呢！

妈妈与老师谈过很多次，每次谈话之后，双方都感觉相互理解了一些，配合上好了一些，但没过几天，又开始出现矛盾。妈妈觉得老师不够关注自己的孩子，自己有两个孩子，应该得到老师双倍的关注。孩子的爸爸是某科研机构的留美博士，是人才，是单位的主力，老师就是要为他们更好地解决后顾之忧。两个孩子非常优秀，举行升旗仪式时要让他们第一个主持，表演节目时他们应该站在第一排中间的位置。

但老师认为妈妈是站在个人角度考虑问题，自己是老师，对于老师而言，每个孩子都是一样的，自己应该公平对待班上的每一个孩子。人不分贵贱，作为老师，不能因为家长身份不同而区别对待孩子。升旗仪式是轮流主持，大家机会均等。表演的时候能记住动作的孩子站在前面，可以带领小朋友一起做。每个孩子都有自己不同的优势，别的孩子也需要获得成功感，况且队形是有变化的。

优优和秀秀的妈妈与老师之间的矛盾不断发生，归根结底在于对孩子关注够不够的问题上，双方始终无法达成一致。

家长与老师之间发生矛盾，如果不是原则性的大问题，比如老师的师德出现问题，做出了有悖教师行为规范的事情，最好的解决办法是双方积极、坦诚地沟通，尽量将矛盾化解在最初阶段和最小范围内。

有的家长提出可以给孩子换个班级，其实这也不是个好方法。幼儿园从管理的角度也要先了解情况，给双方进一步做工作，不到最后一步不会同意孩子转班。如果可以随便转班，将会使孩子和老师都感到压力很大，孩子也会缺乏归属感和安全感，对孩子的身心发展、班级管理和幼儿园管理都会产生不利影响。而且，谁也不能保证转班之后家长和新任老师之间就不会产生矛盾，那是不是还要再转班，或者再转回原班呢？

幼儿园和家长虽然是一对矛盾体，但因为有着共同的目标，就是把孩子培养好，所以双方更应该是合作者。双方只有通过不断的沟通，不断的调整，形成统一的教育合力，才能向着共同的目标努力，形成“1+1>2”的力量。

信任是沟通的基础

每个孩子都希望被爱，都希望得到别人的关注，即使是那些内向、不张扬的孩子，同样需要被关注。特别是当孩子感觉自己不像原来那样被重视的时候，甚至会故意制造一点儿“小麻烦”，吸引你的关注。

4岁的小柔运动能力和自理能力比较强、爱回答问题、喜欢和小朋友交流、不挑食，是一个让老师比较省心的孩子。但是，最近小柔在班上常常咬人、掐人、撕小朋友作业、不自己吃饭穿衣，而且越来越频繁。唱歌时她会突然发出一声尖叫，睡觉时要求老师让她抱着娃娃睡；有时会在梦里哭醒，有时也会像原来一样，乖乖地问老师还爱不爱她，妈妈还会不会爱她。

老师和家长沟通后，双方才意识到这是因为妹妹的出生让小柔产生心理变化，爸爸妈妈要花更多时间照顾妹妹，对小柔的关注自然有所减少，奶奶偶尔一句“你看妹妹多乖”也会让小柔的脸色悄然发生改变。小柔已经习惯拥有和享受的全家人的爱和关注，正在被妹妹一点点分享。

于是，前面描述的那些行为出现了，因为这样做可以引起老师对她更多的关注，老师还会告诉爸爸妈妈，爸爸妈妈也会给她更多关注。

用一些行为或语言引起大人关注，从而获得心理上的安全感和满足感，其实是孩子的正常心理。理解了小柔的行为，下面这个故事也就不难明白。可惜故事中的妈妈没有理解女儿的心，而是由此引发对老师的

不信任，导致家长与老师之间出现沟通障碍。

这个女孩同样也是4岁，平时都是妈妈接送她，但在她哥哥高考前夕，妈妈为了照顾哥哥，把接送和照顾她的任务交给爸爸，小女孩只能到周末，有时甚至两周才见上妈妈一面。

终于盼到周末，小女孩见到妈妈。可是妈妈很忙，给哥哥做饭、洗衣服，还时不时嘱咐她不要吵到哥哥。小女孩一个人玩会儿玩具，看会儿书……她拉着妈妈想和妈妈说会儿话，可是妈妈真的有很多事要做。

忽然，小女孩对妈妈说："妈妈，我那天晕倒了，在幼儿园，我趴在桌子上睡了一上午。"妈妈停下手里的活，马上把她揽在怀里，一边不停地问"怎么回事？老师怎么没和妈妈说？是不是有小朋友打你了？伤到哪儿了……"，一边从头到脚检查孩子的全身。

小女孩依偎在妈妈怀里，继续说："豆豆打了我的头，很疼，我哭了。"

妈妈马上查看女儿的头："用什么打的？老师怎么没说！"

小女孩停了一下："是用哑铃砸的，我们下楼做操的时候，还流了血。"

妈妈继续不停地查看女儿的头，问："哪天的事？老师为什么没给我打电话！"

"嗯……两个星期了，不是，好像三个星期了，我告诉老师，老师没管。"

"你都流血晕倒了，老师都没带你去医务室吗？"

"没有，老师没看见，她不知道。"

妈妈越听越生气，虽然已经是晚上10点多，她还是马上给女儿的同班同学旋旋家打了电话。当时旋旋已经睡下，但可能是家长听出对方

很焦急，还是把旋旋叫了起来。

小女孩的妈妈向旋旋求证女儿说的话。旋旋睡意蒙眬，说自己不知道，记不清。这既不肯定也不否定的回答却坚定了小女孩妈妈的猜疑。

小女孩的妈妈愤怒地给老师打了个电话，大致意思是孩子在幼儿园挨了打，流了血，晕倒了，这件事已经从同班小朋友那里得到证实，老师为什么刻意隐瞒？这是孩子告诉她了，如果她不问，老师是不是准备一直瞒下去？还有多少事瞒着她？明天她要去幼儿园找老师谈谈，等等。电话里她没有给老师任何说话的机会，似乎也并不需要老师说什么，打完电话，她气愤地关了手机。

接到电话的老师这一夜是怎么过的可想而知。她回忆着这几周发生事情的每一个细节，仔细寻找小女孩说的任何线索……有限的睡眠被几个支离破碎的噩梦分割……

虽然小女孩的话前后也有矛盾之处，虽然每天做操的哑铃都是由老师拿下楼，虽然小女孩头部并没有受伤流血的痕迹，而且事后经过调查，证明确实没有发生这样的事，但这件事却在老师和家长心中留下了伤痕。

这个事例中的妈妈，在与孩子沟通时，缺乏对孩子心理特点的了解，只重视孩子的语言，而没有敏锐地察觉到孩子的心理需要。她没有仔细分析女儿向她反映的这些事的真实性，没有想一想为什么在她无暇顾及女儿时女儿会和她说这样的事情，也没有察觉到在对女儿表现出紧张和关切时、在找老师时女儿满足的神情。

在与老师的沟通中，妈妈也犯了一个大忌，就是不信任老师。可能是现在大大降低的社会信任度影响了她，使得她在听到女儿反映问题

时，自然而然将家长和老师放在对立面上，在思考问题时，她选择相信4岁多的女儿，选择相信女儿的同学，却没有选择相信老师。

信任是人与人之间沟通的基础。夫妻之间需要相互信任，朋友之间需要相互信任，医患之间需要相互信任，领导与下属之间需要相互信任，老师与家长之间同样需要相互信任。失去信任，人就缺乏安全感，猜忌、怀疑、担心、焦虑、防范性的自我保护会随之而来，双方误会频发，矛盾越来越难以解决。

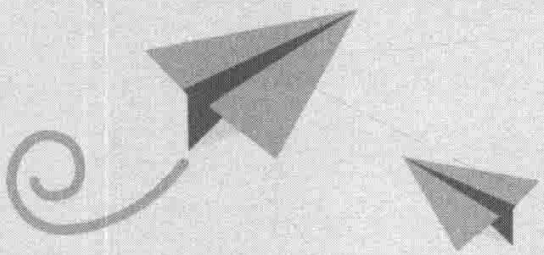
家长缺乏对社会、对周围人的信任，会在很大程度上影响孩子日后的人生观、世界观和价值观。



如果没有信任，理解、合作将无从谈起；没有信任，任何解释都显得苍白无力；没有信任，任何关心和问候都显得虚情假意。

家长缺乏对社会的信任、对周围人的信任，会在很大程度上影响孩子日后的人生观、世界观和价值观。

小女孩并没有错，她只是本能地想争取妈妈原有的关注。但试想，如果这件事没有处理好，如果类似的事情经常发生，会对小女孩将来进入学校发展同学关系，进入社会发展同事关系，产生什么影响呢？



第8章

幼小衔接



陪孩子走过幼儿园三年

家有小孩初成长

时间总是这样，时而让人感到弹指一挥间，时而又让人觉得度日如年。

孩子哭闹着说“我要回家，不上幼儿园”仿佛就是昨天的事情，今天他却真的已经5岁了。

孩子5岁了，是继续上大班呢还是需要上学前班？这是很多家长纠结的一个问题。在幼儿园上大班，担心孩子学的知识太少，将来上小学后跟不上课；退园上学前班，孩子又不愿意离开幼儿园、老师和小朋友。

孩子到底需不需要上学前班？不上学前班是否会影响孩子将来上小学呢？

人的整个生命发展是一个连续的过程，幼儿阶段是人一生的奠基阶段，而非仅仅是为上小学奠定基础。但因为人在不同的年龄段里有相对不同的发展特点，所以也有相对重要的阶段发展目标。例如，身体和动作的发展是婴儿期的重要发展目标；身体的发育、培养良好的习惯和广泛的兴趣爱好、促进社会性良好地发展则是幼儿期的重要发展目标；学

习系统的知识、发展良好的同伴友谊是青少年时期的重要发展目标；从事工作、选择配偶、成立家庭、生育子女是成年早期的重要目标，等等。

很多家长到了孩子6岁的时候，开始为孩子注意力不集中、不能与小朋友友好相处、坐不住、动作慢等问题而发愁，但追溯这些现象，实际上很多在孩子6岁以前就出现了，只是那时孩子小，家长认为没关系，孩子不会做家长可以帮他做，孩子任性家长可以顺着他。现在孩子要上学了，家长忽然发现，自己的孩子和其他孩子之间的差距越来越大。别的孩子能够专心上完一节课，可以和其他小朋友针对一个话题进行较长时间的讨论，可以和同伴商量着玩游戏，也可以很快完成老师交给的任务，但这些对于自己的孩子来说却很困难。尽管自己的孩子很聪明，甚至测出的智商分值很高。看到孩子这样，家长非常着急。的确，孩子到了6岁以后，很多不好的习惯已经形成，很多原本容易解决的问题，现在需要付出几倍甚至几十倍的时间和精力去应对。

孩子的每一个今天都在为他的明天做着准备。



孩子的每一个今天都在为他的明天做着准备。所以，可以说为上小学做准备从孩子一出生就开始了，而上小学却又不是目标。

那么孩子都需要为上小学做哪些准备呢？

做好心理准备

心理上的准备包括激发孩子上小学的愿望，让孩子对未知事物充满好奇心和求知欲，培养孩子广泛的兴趣爱好，等等。

孩子在面临即将从幼儿园毕业的时候，他们的心理往往也是很矛盾

的。一方面，他们知道自己就要上小学了，内心中有对未来学校生活的好奇与想象，但同时又对幼儿园表现出不舍之情，这是一个很正常的心理过程。幼儿园有和他们在一起生活学习过好几年的老师、小朋友，有喜欢的玩具，有他们熟悉的一草一木，有大家一起游戏的笑声，有运动会、做实验等各种活动的美好回忆，有自己亲手种下的各种蔬菜，还有大家一起喂养的小动物……孩子们舍不得离开老师、小朋友和幼儿园。有的家长甚至告诉我，孩子一说起要毕业了就会掉眼泪，晚上不想睡觉，说一睡觉一天就过去了，在幼儿园的时间就又少了一天。

对于孩子的这种心理，家长要给予充分理解和积极引导，因为孩子重感情、懂感恩、重友谊是十分难能可贵的。如果家长对孩子的情感流露表现出不屑的态度，甚至嘲笑孩子“你还男子汉呢，将来要面对的分别多着呢，别跟个小姑娘似的，还流眼泪”，这会让孩子感到羞耻，久而久之，孩子要么学会压抑自己的情感，要么变得冷漠起来。而如果家长对孩子的情感流露视而不见，放任不管，也很有可能会导致孩子因为对幼儿园的感情没有得到适宜的转换和引导，从而影响他对小学生活的接纳和适应。

家长可以引导孩子学习一些表达感情的方式，比如给老师写一封信，制作一张卡片，和好朋友互留电话号码，也可以给孩子拍一些和老师、小朋友在一起的合影。如果能帮孩子收集整理上幼儿园时各种活动的照片，给孩子制作一本纪念册，就更有意义了。

家长也可以利用邻里或者同事资源激发孩子对小学的向往。如果邻居或者同事家有上学的小孩，家长可以创造机会让自己的孩子和他们多接触。在与哥哥、姐姐交流时，孩子往往会很羡慕他们懂得那么多知识，拥有那么丰富有趣的校园生活，这些对于即将上小学的孩子都具有

很大的吸引力。

6岁左右的孩子喜欢独立思考，喜欢学习有一定认知挑战的知识，家长要鼓励孩子多观察多探索，不断引导孩子获得新的发现，提出新的问题。这既是孩子独立学习的过程，又是激发他们更大好奇心和求知欲的过程，也是他们树立自信的过程。一个人只要对事物充满好奇与兴趣，就会不断进行自发、自主的探索和思考，这也是人保持学习热情的原动力。

“兴趣是最好的老师”，作为学生，自己最感兴趣、最喜欢的科目学习成绩往往也最好，特别是对小学生而言，他们学习更是凭借兴趣。

所以当孩子还在婴儿车里盯着发出声音的玩具时，当看到孩子面对一只蜗牛可以蹲在那里一看就是20分钟时，当孩子拆坏了家里的闹钟时，当孩子看着图画书入神时，当孩子缠着你不停地问“为什么”时，请家长一定要保护好他们那宝贵的好奇心和求知欲。要知道这正是孩子和成人最大的区别之处，而当孩子对什么都“见怪不怪”的时候，他就再也不会对事物充满兴趣和好奇，再也不会不知疲倦地观察、思考和研究了。

在习惯上做好准备

今日事今日毕。

家长要教会孩子懂得今天的事情今天做完，不能拖拉到明天。

学校每天学的知识是环环相扣的，前一课为后一课做铺垫，如果当天的作业没有做，学习的内容没有得到理解和巩固，拖到第二天就会影

响新知识的吸收和理解。如果每天都是这样，日积月累，孩子的学习自然会出现严重的断层，再想补上就要花更多的时间和精力，效果也没有循序渐进地学习好。最重要的是，拖拉的习惯一旦养成，它将会影响孩子的方方面面，包括将来的工作和生活。

在幼儿园里，老师经常会给孩子留下一些“任务”，比如第二天要带一个矿泉水水瓶做玩具，画一张画带到幼儿园和小朋友分享，带一头大蒜种到自然角里，等等。不要小看这些“任务”，这其实就是老师在帮助孩子养成“任务意识”，家长要引导孩子回家后先完成“任务”或者做好一切准备再去玩。需要注意的是，家长不可代替孩子完成这些任务，要让孩子自己来做这些事，这样才可以培养孩子的好习惯，而不是凡事都依赖家长。

睡前准备好第二天所需物品。

家长还要有意识地培养孩子在睡觉前准备好第二天所需物品的习惯。第二天要穿什么衣服，带什么东西，用什么工具和材料，都要在前一天晚上睡觉前准备好，整整齐齐地放在固定的地方。这样第二天就会有更充足的时间从容地做其他事情，不会因为忘记带某样东西而影响第二天的安排。做好充足的准备还可以让人更加镇定、自信，更专注地思考和做事。坚持每天都这样做，时间长了，孩子的好习惯自然会在不知不觉中养成。

学会倾听。

家长要让孩子养成认真倾听的好习惯。所谓认真倾听，就是耐心听别人讲话，不随意插话，并能跟着讲话者的思路将其所讲在头脑中转化成相应的画面，跟着讲话者所讲的内容思考问题。认真倾听的外在表现是眼神的对视，随着所讲的内容作出相应的动作予以回应，如点头、微

笑或语言的反馈等。孩子上小学后，学习的主要形式就是听老师讲课，所以培养孩子良好的倾听习惯至关重要。家长首先要以身作则，在和孩子说话的时候要认真倾听，这不仅会让孩子感到被尊重，而且这样的谈话与倾听往往会使谈话内容更加深入和广泛，有助于孩子思维和语言表达能力的发展。

在能力上做好准备

具备独立能力。

上学和上幼儿园不一样，有严格的作息时间，不能迟到、早退。如果孩子独立性差，每天要靠家长帮助起床、穿衣、洗漱，即使家长忙得团团转，也不一定能保证按时到校。

在幼儿园，孩子的起居有老师照顾，而在学校，如厕、整理衣服、规划课间10分钟、喝水等都要靠孩子独立完成。这些看似不重要，却关乎孩子最基本的生理需求，一旦在这些事情上出现问题，或影响孩子上课，或影响孩子适应小学生活，甚至会因遭到同学的嘲笑而产生心理问题。比如有的孩子在学校一整天都不喝水，有的孩子上厕所弄湿了鞋袜，有的孩子不会系鞋带，等等。

孩子上学后的主要任务是学习，听老师讲课、思考问题、记作业、写作业、复习、预习、整理书包等，本都是孩子自己的事情，如果孩子独立性差，就会出现听课注意力不集中，不能记住所有作业，不爱自己思考而喜欢依靠别人，如果没有家长督促就不主动完成作业，准备学习用具也要靠家长帮助等，这不仅会使家长很辛苦，更重要的是对孩子以后的学习和成长都有不良影响。

具备自制能力。

小学的学习形式不同于幼儿园，幼儿园是以游戏为主，而小学则以上课和听讲为主，需要孩子高度集中注意力。小学和幼儿园的作息时间也有很大差异，在幼儿园，游戏活动、生活活动占据了每天的大部分时间，而小学除课间时间以外，基本都是上课学习的时间。孩子天性喜欢玩，虽然他们已经上学了，但心里对游戏的渴望依旧。树上吱吱叫的小鸟、昨天晚上看的动画片、课间时候没有说完的话题、同学那个好看的铅笔盒……都会吸引着他们的注意力。

要想学会新的知识，孩子必须有一定的自我控制和约束能力，将注意力集中到课堂上来，认真听老师讲课。他们要动用眼睛、耳朵等各种感官，认真观察，仔细听讲，不断地思考、对比，将新旧知识在头脑中进行分类，才能建构新的认知结构。

孩子只有投入大自然的怀抱，才会汲取到无限的营养。



父母是孩子最容易模仿的对象，家长必须先增强自己的自制力，才能帮助孩子增强自制力。从孩子的实际出发，既不能无原则地迁就孩子，也不能放弃耐心说服、教育孩子的机会，经常训练并持之以恒，孩子的自控能力就一定能逐步增强起来。

具备学习能力。

这其中包括观察能力、逻辑思维能力、阅读能力和书写能力等。

人在获取外界信息时有80%来源于视觉通道，只要睁开眼睛，我们随时随地都可以看到大量的事物，观察可以说是智力活动的门户。要想让孩子拥有一个智慧的头脑，家长要为孩子拓宽视野，让孩子学会真正的观察。培养孩子观察能力的机会很多，最好的课堂就是大自然，它为我们提供了丰富多彩的动植物，提供了有明显特征同时又是逐渐变化的

不同季节，这些对于孩子来讲都充满了神秘的色彩和强大的吸引力。只有让孩子投入大自然的怀抱，他们才会汲取到无限的营养。

幼儿阶段的孩子处于逻辑思维刚刚萌芽的阶段，他们喜欢问："这是为什么呢？那又是为什么呢？如果那样会怎样呢？……"有时大人会被问得无言以对，甚至失去耐心。家长在这个阶段可以给孩子提供一些智力玩具，或者有一定逻辑关系的故事书以及知识类图书，也可以和孩子玩一些需要思考解决问题才能进行下去的游戏或者家庭活动，这对培养孩子的逻辑思维能力非常有帮助。值得一提的是，培养孩子做事情有秩序对发展逻辑思维十分有利。简单地说，逻辑思维就是利用已知的规律分析和推断未知，而有秩序的环境，物品有规律地摆放，做事一步一步有条不紊，这些都是在学习排序、寻找规律、分类归类的过程，是培养孩子逻辑思维的基础。

在幼儿阶段，孩子的阅读能力并不是一定要让孩子能够识字读书，而是一种阅读准备，指的是孩子喜欢看书，懂得爱护图书，会一页一页按顺序翻看。能通过画面或者文字获取一些信息，认识简单常用的符号，比如在人物头像上方画一个框框，那么框框里面所代表的往往是人物头脑里所想的东西，从而分析了解角色之间的关系、心理活动以及对话等。阅读能力不是从孩子识字开始的，也不是只有识字才可以阅读。

幼儿的书写能力也不是指像小学生那样在田字格里一笔一画地写字，而是指孩子能够正确握笔，能自如地控制手腕的力量和笔触，力量使用均匀适宜。这样说来，书写能力和阅读能力一样，并不是只有学习写字才能培养的，孩子的每一次搭积木、拧魔方、画画、写名字、捏泥、剪纸、包饺子、剥蒜皮……都是在促进他们手部小肌肉运动的灵活性，促进各个手指的功能分化，促进手眼的协调性，为书写做着准备。

幼儿和小学生无论在心理上还是生理上都有很大差异。他们身体各部分的机能发育还不成熟；大脑处于迅速发展且基本成熟的时期；此阶段幼儿以无意记忆为主，形象记忆占主要地位；认识活动从无意性向有意性过度；注意力持续时间从3岁时的3～5分钟发展到6岁时的20分钟左右；以具体形象思维为主，逻辑思维开始萌芽……所有这些心理发展特点都决定了幼儿不适宜学习系统的文化知识，决定了游戏是他们学习的主要方式。因此，孩子的入学准备要遵循这些特点，而不是简单的表面上的提前学习小学课程。虽然提前让孩子学习小学知识往往可以让家长看到立竿见影的效果，但这并不一定就是好事，这往往是以牺牲孩子的利益和违背孩子的发展规律换来的。

教育不是一蹴而就的事情，不能急于求成。小学也不是孩子的终极目标，人的可持续性发展才是我们的追求。

生活中的数学

妈妈给紫怡带回两个粗细不同的饮料瓶，说要用这两个瓶子给紫怡变魔术。4岁的小紫怡最喜欢看变魔术了！可是，用这两个瓶子能变什么魔术呢？

妈妈拿出其中一个细一点儿矮一点儿的瓶子，往瓶子中灌满水，对紫怡说：“紫怡认真看哦，妈妈要表演‘隔空吸水’的魔术了。注意看哦，妈妈要把这瓶水倒进另一个瓶子，倒水的时候妈妈的嘴可以不碰

到水，就能喝到水！”紫怡咯咯地捂着嘴笑，她猜想妈妈根本不可能做到。妈妈将这一满瓶水慢慢倒进另一个瓶子中，一边倒，嘴一边夸张地做着喝水的动作。水倒完了，紫怡惊奇地发现，水真的变少了！原来满满一瓶子的水，现在离瓶口还差一大截呢。

紫怡睁大了眼睛，非要让妈妈张开嘴，看看水去了哪里。妈妈故意鼓着嘴巴，不让紫怡看，还捂着嘴巴，好像水要流出来的样子，说：“好吧，好吧，妈妈再把喝进去的水变回来。”妈妈又把水倒回原来的瓶子中，倒的时候故意做吐水的动作。

啊？又是满满一瓶水！

紫怡又奇怪又兴奋，缠着妈妈再变一次、再变一次……

后来，紫怡终于发现了这个魔术的秘密，那是在她也模仿妈妈的样子变了这个魔术之后。发现这个秘密之后，紫怡又找来一个小一点儿的瓶子，用三个瓶子给爸爸变魔术，一会儿水变多了，一会儿水变少了。最后，她还像个小老师一样，认真地告诉爸爸，其实她没有真的喝到水，水既没变多，也没变少，你以为水少了、水多了，是因为装水的瓶子不一样。

这是数学中有关守恒的概念。“守恒”这个词对于孩子来讲是难以理解的，是把手横过来吗？但紫怡在和妈妈玩这个游戏的过程中，理解了一般要到大班年龄才能理解的“守恒”的意思。

紫怡的妈妈很注意培养女儿对数学的兴趣。她相信学数学和学语言一样，环境刺激很重要，她要让紫怡的生活中充满数学刺激，让紫怡在不知不觉中学习数学。

紫怡1岁那年的秋天，妈妈带紫怡到树下捡落叶。每捡一片叶子，妈妈就数一个数，然后把捡来的叶子放到一起，说：“啊，好多的叶子啊！”妈妈又逐一拿起几片叶子，让叶子一片一片地从紫怡头上落下，重复着说“一片叶子，一片叶子”，又抓起一把叶子从紫怡头上洒落，

说“好多叶子”。紫怡开心地挥着小手抓叶子玩。妈妈说，她相信这样的语言会在紫怡的头脑中留下痕迹，虽然紫怡现在可能还无法理解。

每一次带紫怡上下楼，妈妈都会一边走一边数楼梯，每数完一段，妈妈都不会忘记说出总数。买回来的水果，妈妈也要带着紫怡一起数，数完，妈妈也会说出总数，“哦，咱们一共买回家5个苹果”。妈妈的同事在教孩子数数的时候，一个一个数完，再问孩子“有几块糖”，孩子还是随意说几个数字，好像不明白数数和一共有几块糖是什么关系。但紫怡就没有这个阶段，两岁多的时候就能跟着妈妈一起数：“1，2，3，有3块糖。”

紫怡认识几何图形是在家里吃饼的时候。每次妈妈买回一张饼，都会把饼切成各种形状，正方形的、长方形的、三角形的、梯形的、菱形的、圆形的、半圆形的……每次吃饼紫怡都会非常期待，她喜欢看着妈妈像变魔术一样把一张大大的圆形饼变成各种各样的形状。

紫怡3岁的时候，最喜欢玩的一个游戏就是和爸爸妈妈比赛找东西。妈妈当裁判，说“找一找家里数量是1个的东西”，紫怡就和爸爸比赛，“1台电视”“1辆汽车”“1张餐桌”“1个厨房”……3个人轮流当裁判，可以从“1”找到“许多”，如“许多书”“许多筷子”“许多玩具”“许多豆子”“许多花生”等。

4岁多的时候，爸爸妈妈开始给紫怡增添扑克牌、飞行棋、跳棋、五子棋等玩具。扑克牌可以有很多种玩法，如配对、比大小、按顺序排队、找奇数和偶数、做加减法，等等。下棋也很有趣，需要动脑子，思考自己怎样走能赢，猜测对方可能会怎么走。开始紫怡只能关注自己的棋子，但到后来，她已经能一下考虑好几步棋，有时还能堵截一下对方。

紫怡家里的每个房间都挂着一个时钟，妈妈提醒紫怡做什么事总是会利用钟表。“紫怡，再过10分钟，等长针走到3的时候，饭就做好

了，你提前收好玩具，妈妈不再提醒你了啊”“紫怡，你能帮妈妈看着时间吗？再过20分钟，等长针走到6的时候，你叫妈妈，妈妈来关火”……紫怡很喜欢妈妈请她帮忙，每到这个时候，紫怡都会时不时看看钟，绝不会错过时间。

紫怡有一本日历，她会在上面“写”日记，如一个太阳、一朵云彩、几个雨点、一个游泳的小孩、两个球拍等。紫怡看着日历，就知道这一个月有几天是晴天、有几天下过雨，爸爸带她游过几次泳、爬过几次山…… 妈妈会教紫怡每过完一个月，就做一次统计。

紫怡也喜欢和爸爸妈妈一起去超市，因为每次去她都会得到5元钱，可以自己支配，买她喜欢的东西。每一次紫怡都要仔细盘算，看看自己想买的东西多少钱，买什么，不买什么，怎么用可以更多地买到自己想要的东西。

一件事让紫怡大受鼓舞：有一次，紫怡在付钱的时候，可能是因为小孩子买的东西少好算账，阿姨还没有打出小票就说出了钱数，结果紫怡说“阿姨算错了”。后来打出小票来，还真是阿姨算错了。那一次，阿姨和周围的人都夸奖她，紫怡可神气了。

后来紫怡上了学，各科成绩都非常好，特别是数学，是紫怡高考成绩最好的一门。

紫怡的妈妈说自己的数学不好，教紫怡的时候也没想什么逻辑关系，只是想让紫怡在生活中能有更多的机会接触到数学，能感到数学很有意思、有用，不会害怕学数学。“有意思、感兴趣”恰恰是小孩子学习的最大动力，紫怡就是在妈妈为她营造的“数学母语环境”下自然而然地学习了数学。

数学作为一门学科，有很强的逻辑性。在幼儿阶段，我们更多的

是要启发他们对数学的兴趣。幼儿的逻辑性思维不是靠学习加减法就可以形成的，相反，生活中的很多活动，包括游戏，都有助于幼儿逻辑思维的发展。每个孩子的遗传基因不同，家庭环境不同，优势智能不同，学习方式不同，家长不要看到别的孩子掌握什么就急于让自己的孩子也要学会什么。如果孩子的思维没有发展到那个水平，你非要让他做计算题，只会让孩子感到更加紧张，甚至会从此害怕数学，认为自己就是笨，根本就不可能学好数学。

“有意思、感兴趣”是小孩子学习的最大动力。



数学在生活中无处不在，家长要让孩子接触数学就像接触母语一样自然，从培养幼儿对数学的兴趣开始，放慢脚步，细细享受孩子成长的过程。

识字与阅读

让孩子识字和阅读是为了顺利上小学吗？当然不是。

我们这里所说的识字与阅读其实更多指的是一种兴趣和习惯，这种兴趣和习惯能够给人积淀下优雅的气质和高贵的涵养。阅读可以让人足不出户而知晓天下事，可以让人无需亲身经历而体会百味人生；阅读可以让人心胸豁达，乐观处事；阅读可以让人浪漫，也可以让人理性。如果我们把识字和阅读的意义定位在人一生的发展上，那自然会理解我所

说的并不是为了让孩子上小学，至少不止于此。

识字是学习的重要工具，孩子认字了，就可以读更多的书，可以自己学习。提高阅读能力，又有助于孩子学习其他内容。

我曾经和小学低年级的老师沟通过，上小学具备什么能力最有助于孩子学习，其中就谈到识字量和阅读能力。识字不等于阅读，但识字有助于阅读。阅读能力不仅关系到孩子将来的语文学习，而且影响着孩子对应用题的理解、对老师讲课内容的理解。

引导孩子识字，可以从孩子很小的时候就开始。

孩子都喜欢听故事，家长可以选择一些有简单文字的故事书，念给孩子听。开始时可以选择故事不太长、情节内容比较简单、字也不多的书，念的时候，家长可以让孩子坐在自己腿上，让孩子和自己同方向看到书上的图和字，用手指着书中相应的位置念。因为念书是一句句地念，而不是一个字一个字地蹦，所以我们不用一个字一个字地点指，那样会打断故事的连贯性，影响孩子理解故事，降低孩子听故事的兴趣。而且这个阶段让孩子看着字，也只是让他知道，妈妈讲的故事是书上写的，认识字就可以看书，就可以念很多故事，认字很有用。

小孩子喜欢重复，经常会要求妈妈总讲同一个故事，时间长了他们可以背下整个故事，有时候家长某个地方讲得和原来不一样，他们还会给予纠正。在这样反复讲故事和看文字的过程中，虽然他们可能还不认识字，却可以逐渐在读书的抑扬顿挫和划指的动作之间建立某种联系。

家长还可以为孩子选择一些配有简单图画的儿歌和古诗，同样指着字带孩子念。

孩子每一次涂鸦之后，家长可以问孩子“你画的是什么”，把孩子说的话记录下来，然后指着字念给孩子听，并将记录纸附在孩子的作品

上。家长写字的过程可以引发孩子对文字的兴趣，因为记录的内容是孩子说的话，所以这段文字对孩子来说是有意义的一段文字，孩子会经常指着文字来“念”。

这是孩子对文字熟悉和积累的过程，就像孩子学习说话一样，你教他说的时候他并不一定说得出来，但突然某一天，孩子可能一下子说出原来你教过他的话。识字也是一样，大量的看、听、读的过程就是一个积累的过程，家长不必在此时急于让孩子念出单个的字，可能忽然有一天，孩子会抱着手中的书念出书名来。

文字对孩子来说就像一幅画，孩子对文字建立的是整体认识，看得多了，听得多了，自然就认识了。家长不用将字拆成几部分让孩子来认，认识偏旁部首和认识一个字对于孩子来讲是一样的，笔画多的字和笔画少的字对孩子来讲也是一样的。将一个字拆分成几部分，反而增加了识字的难度，容易让孩子感到枯燥无趣，影响孩子对识字的兴趣。

学习识字，最重要的是在生活中学习和运用，让孩子体会到识字的快乐和用处。

去幼儿园，在车站等车，去商店里买东西，去动物园玩，都是教孩子识字的好时机。如果孩子感兴趣，喜欢念广告牌、念动物的名字、念安全提示牌上的字，家长要顺从孩子的兴趣，这是一个自然的识字过程，孩子不仅可以学习认字，而且丰富了相关知识。

学习识字，最重要的是在生活中学习和运用，让孩子体会到识字的快乐和用处。



在家里，家长可以准备一块小黑板或者留言板，在上面用文字和家人沟通。比如妈妈可以写给奶奶，“妈，注意休息，别太累”；爸

爸也可以写给孩子，“儿子，多喝水哦”，等等。这种留言板是增进亲子关系的有效途径。有时，父子之间闹了别扭，也可以通过在留言板上写一句“对不起，爸爸刚才不该打你”，化解双方的小矛盾。当然，上面的文字可以根据孩子的识字情况，适当用图或符号代替。家长也可以准备一些孩子已经认识的字卡，让孩子用其中的某些字拼成自己想说的词或者句子，表达自己的意思，这有助于孩子加深对文字的认识。

家长还可以把家庭成员的名字、称谓、年龄以及各自喜欢的水果、蔬菜、运动项目、工作场所等都分别写在卡片上，和孩子一起玩配对游戏，不仅有助于孩子认字，而且可以使孩子更加了解家庭中的每一位成员，增进亲子关系和感情。

如果家里存放鞋子、袜子、背心等小件物品用的是储物箱或者抽屉，家长还可以在密封的盒子外面写上物品的名称和所属人，如“帅帅的白球鞋”“妈妈的丝巾”“爸爸的袜子”等，这样既方便查找，又可以教孩子认字和学习物品分类。

如今，写信似乎已经过时，但对于孩子来讲还是一种很好的沟通和教育方式。家长可以定期或者不定期地给孩子写信，内容可以是家长对孩子做的某件事的看法、对孩子的生日祝福，等等。信不必过长，有时短短几行，甚至几个字或者字配画即可。念着家长写给自己的信，在识字的同时，更能够让孩子体会到家长的关爱和希望。把这些信积累下来，或者到孩子18岁时再拿出来看，就是孩子成长的一串足迹。

手机是非常普及的通讯工具，家长也可以利用手机让孩子和同伴保持联系。用手机发短信或者微信，需要通过拼音打出文字，这会让孩子

在学习拼音上很有主动性。同事家有个6岁的孩子，老师教他们学拼音的时候她并没有完全学会，但用手机发过几次微信之后，她已经完全可以独立运用拼音了，识字量也随之大大增加。

孩子在认识了拼音后，家长给孩子阅读的图书就更为广泛。孩子在生活中越是体会到识字的作用，就越有识字的兴趣和愿望。家长可以用孩子感兴趣的绘画、故事等形式，进一步激发孩子对文字的兴趣。

识字有助于阅读，但阅读并不一定以识字为唯一的基础和前提。

培养孩子的阅读兴趣，要从营造家庭的阅读氛围开始。家长要爱读书，家里要摆书，孩子的房间也要有书。家长读书时要专注，家里要安静，这样孩子的心才能静下来。家长要给孩子提供一个适合读书的地方。对于2～3岁的孩子来说，读书的地方不一定很大，空间太大会让孩子缺乏安全感；也不一定必须是由桌子和椅子组成，可以是软软的垫子或小沙发，小孩子首先要感觉在这里很舒适，才会喜欢来。读书要每天坚持，哪怕只有10分钟。坚持会让孩子习惯，习惯读书的生活，习惯将读书作为生活中必不可少的组成部分。

带着情感的亲子阅读，才能让孩子真正爱上阅读。



孩子的阅读开始于亲子阅读。虽然阅读的内容不会给一两岁的孩子留下什么印象，但影响一定是有的。爸爸妈妈拿着图画书念给孩子听的时候，书就成了连接父母与孩子的情感纽带，孩子虽然小，却可以感受到亲子阅读的温情，感受到父母的爱，可以拥有安全感，而安全感则是孩子今后大胆探索世界的心理保障。亲子阅读的目的不是为了让孩子看懂，而是为了增进父母与孩子的感情，为了让孩子体会到爱，为了系紧

家庭成员之间的纽带。

绘本是非常适合亲子阅读的图画书。孩子小，不认识字，家长可以选择画面优美、色彩协调、角色形象简单夸张可爱的绘本，以吸引孩子。选的书要先可以感动自己，这样念的时候才会带有真情实感，才会带有一种感动，孩子也才能从中感受到父母传递出来的情感。带着情感的亲子阅读，才能让孩子真正爱上阅读。

绘本中的图画为孩子提供了观察的对象。家长要引导孩子认真观察图中的线索，猜想下面一幅图会是什么样子，以提高孩子的观察和思维能力；引导孩子观察图画中人物的表情，猜想他的心里在想些什么，以提高孩子理解他人情绪、情感的能力；图画书上既有封面和封底，也有作者和绘画人的姓名，以及出版社的名称，家长引导孩子阅读的时候关注这些内容，这有助于让孩子懂得尊重作者，了解书的结构，学习一页一页按顺序看书。

孩子有了一些识字量后，家长就可以鼓励孩子自己读书。在最初孩子可以自己读书的时候，家长一定要多多鼓励和肯定，让孩子体会到识字的好处，体会到读书的乐趣。家长可以先让孩子自己读，然后把这个故事讲给家长听，从中了解到生字对孩子理解书中内容有没有影响。如果有影响，家长可以先教孩子认识这些字，然后再让孩子来读；如果没有影响，家长是否需要教，可以先看孩子是否主动提出要学习生字。孩子主动要学的时候，才是最适宜教的时候。

给孩子阅读的图书尽量选择经典幼儿文学作品，比如金波老师的作品，文字优美，充满童趣，富有想象力，非常适合幼儿和小学生阅读。

孩子读的书多了，词汇量自然越来越丰富。有时候孩子会在说话的过程中使用这些新学来的词汇，家长要注意及时鼓励，从使用中了解

孩子对阅读的内容或词汇是否理解。有时家长也可以和孩子玩“你说一我对一”的游戏，引导孩子运用学过的词汇。比如，看到花，家长可以说“美丽的花”，孩子可以对“漂亮的花”，家长可以再对“红艳艳的花”，孩子继续对“香香的花”“五颜六色的花”“绚丽的花”“粉嘟嘟的花”“大大的花”“小小的花”……我们在班上玩这样的游戏时，把孩子分组，让组与组之间比赛，孩子们积极性非常高。

孩子阅读儿歌类作品后，家长还可以鼓励孩子对儿歌进行仿编或者续编，久而久之，孩子逐渐领会了儿歌的语言特点，还可以自己创编儿歌。有的孩子模仿“一二三四五六七，我的朋友在哪里？在这里，在这里，我的朋友在这里”创编了《大家一起做游戏》的儿歌：“一二三四五六七，小朋友们做游戏，你也来，我也来，一起游戏真欢喜。”还有“啄木鸟，啄木鸟，专吃害虫本领大，它是大树的小医生，笃笃笃，笃笃笃，我们大家喜欢它”，“彩虹彩虹真美丽，高高架在天空里，我要坐上小飞船，飞到天上去看你”……都是小朋友们自己仿照儿歌进行的创作。

家长要把孩子读过的书和仿编、创编的儿歌都保留起来，孩子看到自己读过的书和创作的儿歌越来越多，这本身就是一种极大的激励。相信家长看到孩子的创作也会被深深地感动和震惊，原来自己的孩子也很有语言天赋，是个小小的诗人呢！

识字就像一把钥匙，可以帮助孩子提高阅读能力；而阅读同样像一把钥匙，可以帮助孩子获取更多信息。孩子的学习能力在这个过程中自然得到了发展，这不仅对于孩子上小学有很大帮助，对孩子将来一生的学习也都十分有益。

做作文

小闫是一名记者；小杜是报社编辑；辰辰现在读大学三年级，是一名中文系的学生；菲儿去年去了加拿大读书，只用3个月的时间就通过了别人通常要用半年才能通过的语言考试……这都曾是我教过的孩子，他们和我教过的很多孩子一样，有个共同的特点，就是上学后语文和外语成绩都很好，特别是写作能力非常强。有些孩子上小学时就开始在报纸上发表文章，有的孩子还出版了自己的作品集。

由于个人爱好所致，我对幼儿的语言教学很感兴趣，在带班当老师的时候也曾做过这方面的教学探索。我的体会是：要想让孩子将来语文学得好、有较高的写作能力并不是难事，做作文在幼儿阶段就可以开始！

要想让孩子将来语文学得好、有较高的写作能力并不是难事，做作文在幼儿阶段就可以开始！



幼儿阶段的孩子不会写字，他们的作文要通过他们说、大人写来完成。

孩子的每一幅绘画作品就是一篇作文。绘画就是孩子的文字，他们用绘画的方式表达对世界的认识，表达自己内心的感受，所以，孩子的每一幅画就是一篇作文。关键是我们要懂得欣赏和珍惜，千万不要用自己的主观判断来评价孩子画得像不像、好不好。无论孩子是否能画出具体或者形象的东西，哪怕只是些点点、道道，哪怕成人什么也看不懂，重要的是要让孩子讲出画的内容，帮助孩子用文字记录下孩子说的话，这就是幼儿的“作文”。

每一次画完画之后，我都会让孩子给我讲一讲他画的是什么。对于中班和大班的小朋友，我还会根据孩子说的话与他们进一步沟通：爸爸妈妈带你去游乐场时你的心情是什么样的？妈妈生病的时候你的心里有什么感受？小兔得到了小羊的帮助，小兔会怎么说？帮助了别人小羊心里会怎样？小熊是怎么和老虎说话的？……以引导孩子体会他人情感，表达自己的感受，关注角色的心理活动。对于五六岁的孩子，我还会鼓励他们用连环画的形式表达一个故事的完整情节或事件的发展过程。

每一次记录下孩子的“作文”，我都会把孩子运用恰当的词汇、新学会的词汇，或者富有想象力的情节等用彩笔勾出来，给予孩子鼓励和肯定。这些“作文”也是孩子们吃饭前、睡觉前、离园前等过渡环节的欣赏内容。我将孩子们的“作文”一一念给全班小朋友听，不仅极大地鼓励了“作者”，而且为孩子们提供了一个交流学习的平台。在这样的交流学习中，孩子们相互欣赏，丰富了词汇，激发了新的“写作灵感”。

讲画的过程既是孩子梳理思路的过程，也是孩子语言表达的过程，更是孩子深刻体验内心的过程。在这个过程中，成人要尊重孩子的想法和表达，不要牵着孩子按照成人的思路和认识去思考和表述。

当孩子不知如何用适当的语言表达的时候，我也会提出自己的建议，以帮助孩子学习使用恰当的语言。如果我认为孩子用很长的语言讲的内容可以用一个词概括时，也会用提建议的方式将这个词介绍给孩子。这样既尊重孩子的想法，又能适时且自然地引导孩子理解一个新的词汇，丰富孩子的语言。

每次记录下孩子说的话之后，我都要指着记录的文字完整地念给孩子听，问问孩子我记录的是不是他想说的意思，还有没有其他想说的。当孩子确认已经讲完了，我会肯定孩子，真诚地欣赏他的作品。

除了绘画，对于孩子的摄影作品、软陶作品、剪纸作品、粘贴作品等，我也经常使用这种方法。

这是完全按照孩子的思路来架构和完成“作文”。除此之外，我有时也会给孩子一些框架，让孩子按照一定的逻辑关系或者线索完成“作文”。

比如，我经常给孩子讲故事，但有时只讲故事的开头，让孩子将故事续编完成；有时也会给孩子一个故事的结尾，让孩子推想出故事的前半部分；有时是将一个故事用几幅画表示出来，让孩子根据画中的线索给图片排出合乎逻辑关系的顺序，然后再讲出来；有时我还会将图画书的文字部分遮挡起来，让孩子通过观察图片讲述故事内容。

这种“作文”能够锻炼孩子通过认真观察寻找和发现线索的能力，培养他们的逻辑思维能力，使孩子想问题时思维更加缜密，心思更加细腻，情节也更加合理和完整。

我将帮助孩子记录完成的这些作品，按阶段或者类别装订成“自制小书”，放在班上，经常拿出来和孩子一起反复欣赏，念给孩子听。也鼓励孩子和家长借阅，以便家长及时了解孩子在幼儿园的发展情况，促进小朋友和家长之间的相互交流。

随着孩子“做作文”越来越自如，我会有意识地逐步引导孩子将情节讲述完整。在情节完整的基础上，进一步引导孩子理解和表达角色内心的情感，这既是帮助成人了解孩子内心世界的机会，同时也是引导孩子形成正确道德观和价值观的渠道。

此外，还有一种方法对幼儿“做作文”也非常有帮助。这种方法类似于我们上小学时的造句：给孩子几个关键词，让孩子讲一段话，要求在这段话中必须包括这几个关键词。这种方式有助于孩子围绕一个中心

议题去思考，情节简单，语言简练，特别适合在学习和运用新的词汇时使用。

需要注意的是，家长提供给孩子的关键词应是孩子能理解的、贴近孩子生活的，这有助于孩子运用生活经验来理解这些词汇。不要真的像小学生学课文那样，不能为了“做作文”而练习。

为了让孩子“做作文”的时候有话可说，我会特别注意以下三点：

第一，让孩子有丰富的生活和情感体验。

这是写作的基础，孩子有了丰富的生活，才能有写作的素材和强烈的情感体验，才能有写作的动机和欲望。所以我会经常提醒家长，不论自己工作多么繁忙，也要安排出时间和孩子一起游戏、聊天，一起运动、做家务，一起旅游……孩子经历的事情越多，自然经验就会越丰富，见识就会越广阔，可与别人沟通的话题也会越多，思想也就越开放。

我常常和家长们说，家长之间、家长与孩子之间，要经常用语言、微笑、拥抱等相互表达情感，经常谈论内心的感受、对事物的认识和看法，特别是引导孩子懂得理解和关注别人的情感。家长病了，不必刻意在孩子面前装作没事的样子，应该让孩子看到爸爸妈妈也有需要关心和照顾的时候，接受孩子端来的一杯水，或者让他帮你揉揉腰。在看到初春的一抹新绿时，家长完全可以像孩子那样兴奋一下，感叹生活的希望和美好。带孩子去旅游，看看波涛汹涌的大海、巍巍耸立的雪山、广阔荒芜的戈壁、一望无垠的草原，让孩子领略大自然的鬼斧神工，感受不一样的文化和风情。

和孩子在一起的时候，家长要用积极的人生态度去感染孩子，否则孩子在小小年纪就学得玩世不恭，会严重影响他的心理健康。

我曾经教过一个男孩，当老师赞扬某个小朋友帮助了别人的时候，

孩子们都为那个孩子鼓掌，而他则会不屑地撇一下嘴；当老师教育小朋友要主动扶起倒在地上的椅子时，他会悄悄绕过椅子躲到一边；如果小朋友不小心碰了他，他会在别人不注意的时候从背后踹人家一脚……我问他为什么要这样做，他像个小大人一样，说："他帮助别人不就是为了让老师表扬他吗？""我扶起椅子，别人就会认为是我弄倒的。""我个子小，打不过他，他碰了我，我就要在他不注意的时候还他！"

谁能想到这话竟然出自一个6岁的孩子之口，多么世故甚至可怕啊！在他心里，一切都不值得信任，一切都是灰色的！我和他的家长谈过之后，才知道孩子为什么会有这样的认识：他的爸爸、妈妈充满抱怨和不满，不满单位、不满社会、不满家中老人，甚至对彼此也有很多不满，两个人争吵不断。

从某种程度上说，孩子就是家长的翻版，他们的身上印证着家庭教育的烙印，反映着家长的人生观和世界观。乐观积极的孩子，有一双善于发现美的眼睛；善良细腻的孩子，有一颗善解人意的心，这些都是写作的动力和源泉。

从某种程度上说，孩子就是家长的翻版，他们的身上印证着家庭教育的烙印，反映着家长的人生观和世界观。

第二，为孩子营造有话敢说的环境。

让孩子有话敢说，就要尊重孩子的想法，认真倾听，不轻易打断孩子的话，更不强制孩子按照别人的想法去说去做。如果成人总认为孩子认识问题肯定不会像自己那样周到全面，总是压制孩子表述自己的想法，总是指出孩子说得这也不对那也不对，或者用词不当，总是不采纳孩子的意见而一味让孩子依顺自己，久而久之，孩子就不愿意表达自己的想法，就不会有自主思考的能力。让孩子有话想说、敢说、会说，才

能使孩子获得更多学习和运用语言的机会，这对于孩子做作文无疑非常有利。

第三，给孩子提供大量阅读的机会。

阅读就像写作的翅膀，可以让写出的文章有高度、有深度。阅读就要阅读优秀的作品，阅读名著，这就像让孩子站在巨人的肩上。

孩子对文学作品的理解能力有时会超乎成人的想象，因为他们比成人更富有想象力，他们的思维比成人更加发散和自由。孩子的记忆力很强，很容易记住文学作品中的语言和词汇，能在大量阅读的基础上感受语言的韵律，吸收语言的精华。孩子的模仿能力很强，善于将阅读中学习来的表达方式、语言词汇运用到自己的“作文”中。

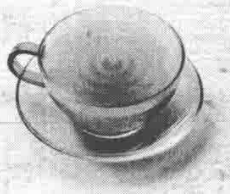
优秀的作品不仅语言或优美，或简练，或富有哲理，或平实质朴，而且都具有深刻的思想，能让人领悟人生哲理，激发人性中美好的潜质。虽然幼儿也许并不能完全理解，作品对孩子的影响也不是立刻显现的，但它往往作用于人的心灵深处，对孩子培养气质和认识人生都具有深远意义。

写作来源于生活，引导幼儿“做作文”同样要生活化、自然化，要让孩子像呼吸一样自然地学会“做作文”。大人一定要“有心”，未必一定要让孩子“有意”。

通过记录孩子的话帮助孩子“做作文”，非常适合在家庭中运用，家长一对一倾听和记录孩子的语言，不仅比老师面对几十个孩子一一倾听、记录要省时省事，而且还可以更有针对性地引导和启发孩子。

重视孩子的每一次讲述，记录他们讲的话，日积月累，你一定会惊喜地发现孩子的成长，惊奇于他们超人的想象能力和语言表达能力。

博雅故事



您在培训领域一定听说过这些人：

曾仕强 《中国式管理》系列

余世维 《领导有方》系列

刘　峰 《新领导观》系列

付　遥 《输赢》

吴甘霖 《做最好的中层》《做最好的执行者》系列

由于领域差异，您未必听说过这些人：

王建四 服装行业 《导购这样说才对》

伍　昊 创意职场 《你早该这样玩Excel》

鞠远华 沟通励志 《5分钟打动人心》《为自己工作到最好》

王金战 学习指导 《王金战育才方案》《数学是怎样学好的》

刘称莲 家庭教育 《陪孩子走过》系列

……

是的，他们都是销量超过50万册的培训书。只是我们书单中的一部分。

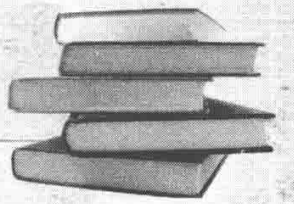
8年来，我们合作的作者超过500位，平均图书销售量超过4万册。图书出版后，课量和课酬增长的作者超过60%。

我们是专注地做图书产品的手艺人，我们深知，对图书的任何一点轻忽，都是对作者和自己的深度冒犯。

我们是中国培训图书第一团队！

博雅文化

博雅故事



换个行头 再聚江湖

从离开学校那天开始，我们必须学着工作、学着成为主管、学着协同他人，必须学着成为父母，和孩子一起刷新看世界的方式。

培训是伴随一生的能量提供站，

“为终生学习赋能”成为博雅广华的信仰。

从博雅光华到博雅广华，我们改换了行头，本质从未改变。

我们齐聚江湖，让培训变得更为性感、生动和饱满。

博雅广华

大宗购买、咨询各地图书销售点等事宜，
请拨打销售服务热线：010-82894445

媒体合作、电子出版、咨询作者培训等事宜，
请拨打市场服务热线：010-82893505

推荐稿件、投稿，
请拨打策划服务热线：010-82893507，82894830



来！
向心仪的作者面对面请教

博雅私学App

图书+App = 一本全媒体图书
一次以图书为依托的培训
一个可定制的解决方案

电话私学：每标段30分钟。不管您在哪儿，您都可以通过电话跟作者一对一交流。

咖啡私学：每标段90分钟。是的，您可以跟作者一起喝咖啡，直接讨教您最关心的具体问题。

咖啡主题小班：每标段120分钟。一个人去见心仪的作者，有点不好意思，正好有两个朋友也有这个需求，你们3个人（最多不能超过5个）一起凑一个小班，跟作者喝咖啡吧。

公开课预留席位：作者有公开课的时候，我们可以帮您预留席位。

预约电话：010-82062183（人工服务时间 9：30—17：30）

女儿上幼儿园的时候，她和班上的小朋友常把班主任杨雪扬叫作“杨妈妈”。遇到杨老师偶尔请假，有的孩子甚至会想念到掉泪，可见杨老师是带着妈妈般的爱来做老师。书中写的那些故事，正是杨老师用心带孩子的结晶，相信更多的家庭会从中受益，更好地培养孩子。作为家长，我对杨老师怀有深深的敬意。

——家庭教育专家　刘称莲

杨雪扬在我所教学生中出类拔萃，她在《陪孩子走过幼儿园三年》中讲的每个案例、每个道理都紧紧抓住我的心，我被她多年辛勤耕耘积累的精神财富感动，含着泪读完。书中从选择幼儿园开始，直至幼小衔接，对孩子容易出现的问题、家长的疑惑，给出具体的解决方法，字里行间透露出她对学前教育的高水平理解及对孩子的挚爱。这本接地气的指导用书，相信会让众多家庭和幼教专业的学生从中受益。

——北京市海淀区艺术职业学校办公室主任　杨美古

杨雪扬老师出书了，将会有更多小朋友分享到这位大眼睛老师带来的快乐。回忆童年，唯一留下深刻印象的就是美丽的杨老师。岁月匆匆，曾经才不过三五岁的我们已经年过三十，身边的同龄人也逐渐成为三五岁孩子的父母。是时候和孩子们一起，再次回到幼儿园，再当几天杨老师的“小朋友”，去学习如何照顾身边的小朋友，这一课对于已经做父母或者打算做父母的人来说，都要努力学上一辈子。

——中央人民广播电台《文艺之声》记者、旅行专栏撰稿人　王　雪

CBPCIP
中国北京出版创意产业园区

上架建议：家庭教育

ISBN 978-7-5502-4278-4

9 787550

定价：