

<<长大不容易>>

图书基本信息

书名：<<长大不容易>>

13位ISBN编号：9787535449566

10位ISBN编号：7535449565

出版时间：2011-3

出版时间：长江文艺出版社

作者：卢勤

页数：352

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<长大不容易>>

前言

长大不容易，成长有规律新书要出版了，朋友们都问：“你的新书叫啥名呀？”

“长大不容易”，我脱口而出。

“太好了，说到我们心里去了！”

“朋友们异口同声。”

的确，“长大不容易”，这正是养育过孩子的父母共同的感慨。

我是第一代独生子女的母亲。

当我同你一样，经历了一个小小的生命从孕育到出生，从婴儿到幼儿，从童年到少年，从青年到成人的全过程，才真真切切地感受到“长大不容易”！

也才会从心底里感悟到“养儿方知父母恩”千真万确。

如今做了奶奶，目睹了小孙子从0岁到1岁长大的过程，与他的父母一起经历了焦急和纠结，又更加感到，“长大真的不容易”！

有人说：“第一个孩子翻书养，第二个孩子当猪养。”

“虽是玩笑话，但也说明成长规律的重要。”

第一次养育孩子，做父母的除了欣喜与惊奇，更多的是焦虑和郁闷。

不知孩子的表现是正常还是有病？

是必然还是偶然？

经历了，知道什么时候会发生什么变化，心就放下了。

小孙子4个月大时，来了陌生人，只要朝他笑，他就会咯咯笑；到6个月大时，见到陌生男人，他就会大哭；到9个月大时，见到陌生人，他会用怀疑的眼光盯着这个人的脸看，看过20秒后，再决定是哭还是笑。

三十多年前儿子的小时候，我没那么仔细地观察过，如今看到孙子的变化，我有点担心，是不是宝宝受了什么惊吓？

是不是他不高兴了？

为了逗他笑，我把他抛入空中，再接住，两次我的腰就抻了……躺在床上翻书一看才得知，这是宝宝成长的必然规律：4个月的宝宝大脑皮层还没有完全联通，没有陌生感；6个月后，大脑皮层的机能逐渐完善了，可以辨别熟悉和陌生事物，感到危险时他就会哭。

“认生”实际是长大的表现。

到12个月大时，怯生的感觉才逐渐消失，认为眼前这个陌生人，不会对自己有伤害，所以不再恐慌。

果然，小孙子长到12个月时，见到生人就很少哭闹了，又咯咯笑了。

宝宝的变化，完全是大脑独特运转的方式，不是早教的结果，更不是有什么毛病。

做了三十来年的“知心姐姐”，我接触过无数焦虑的父母。

我写这本书，就是想告诉父母朋友们：“长大不容易，成长有规律。”

“我们不必焦虑，但是，我们需要学习。”

正像法国启蒙思想家、教育家卢梭所言：“教育儿童必须符合儿童身心发展的规律和年龄特征，否则会导致不良后果”，“在万物的秩序中，人类有他的地位，在人生的秩序中，童年有他的地位，即应把成人当成人，把孩子当孩子。”

“一天外出讲课互动，上来一位3岁的孩子，我蹲身问他：“孩子，你有什么烦恼呀？”

“男孩儿想了想，天真地问：“阿婆，什么叫烦恼呀？”

“我忽然意识到，他还是一个孩子，他还不懂什么叫烦恼。”

生活中，我们常常会忽略不同年龄的成长特点，用成人的思维看待孩子，把孩子当成人，所以，我们会做出一些违背孩子成长规律的事情。

在《长大不容易》这本书中，我总结了不同年龄段、不同成长期要特别关注的点滴问题，与大家作一分享。

比如：在孕育生命期中，你想让宝宝健康漂亮吗？

就“不要生蜜月宝宝”，记住“心情影响长相”。

<<长大不容易>>

在婴儿成长期，要抓住“大脑发育的各个关键期”；爷爷奶奶要把孩子的起名权交给孩子的父母，并让他们明白“孩子要自己带”，付出了才会有感情，经历了才会有经验；2~3个月的宝宝爱吃手，这是一种心理需求和最初的性行为，所以“该吃手时就吃手”，大人千万别打扰。

在幼儿成长期中，面对孩子第一个反抗期，一定要让他体验到“无理取闹不能赢”，否则你将很难对付他；早期教育应该学什么？

千万记住“人生是马拉松不是短跑”，不能因为我们的短视，误把人生的长跑当短跑；不能因为我们的无知，错把孩子看成学习的机器；更不能因为我们的功利，剥夺孩子最宝贵的童年。

我们既不能急功近利，也不能坐失良机。

在儿童成长期中，别忘了“替孩子”等于“害孩子”，“放手才能放心”；想让孩子快乐，最好的办法是培养孩子的爱心，因为“爱心决定快乐”；想让孩子有创新才能吗？

一定“把问题留给孩子”；想让孩子学习好吗？

“习惯影响一生”。

在少年成长期中，经历最重要，“小孩打架，大人别管”，孩子是在交往中学会交流的；想让孩子成为“重要人物”吗？

一定让他有“小孩儿说话也管用”的成功体验；风华正茂的少年，一定要出宅门，融入大自然，“眼光决定未来”“梦想让你了不起”。

在青年成长期中，自尊、自立、自爱最重要，不要和别人攀比，“龙生九子，子子不同”嘛；面对留守与孤独、面对父母打工或离异、面对灾难与失败，永远不回避，经历就是财富，挺起腰杆做人，“理解了，就长大了”，记住：“舍得用，孩子才能成大器”，用了孩子，别忘了说：“有儿子就是不一样！”

”“有个女儿真好！”

”步入成人期后，应把成人当成人，引导孩子不靠你我，“理想，给力”；把选择权交给孩子，选择职业，选择伴侣，选择人生，靠的是责任，“责任心让你成为自己的贵人”；家的影响是巨大的，父母不要把财富留给孩子，要“把孩子培养成财富”。

人与人之间，什么最重要？

明白了，你就幸福了！

快乐的秘诀是什么？

做到了，一家子就快乐了！

“长大不容易，成长有规律。

”走过了，才会明白，世界上没有后悔药，如果明白地走，会走得更明白。

卢勤二 一一年二月十七日（元宵节）于北京

<<长大不容易>>

内容概要

本书是国内首席教育专家、“知心姐姐”卢勤30年来两代人的家庭教育思想精髓，书中以数百个生动、鲜活的家教实例，让人深刻体味到“成长有规律，长大不容易”，是家长与孩子可以共同阅读一生的教育书、亲情书。

作者卢勤多年主持《中国少年报》“知心姐姐”栏目，针对当今时代背景下家庭教育面临的各种新问题，卢勤提出全新的“成长有规律”教育理念，帮助家长了解孩子成长规律，以孩子为本，培养出有责任心、有爱心、自立自主的孩子。

<<长大不容易>>

作者简介

卢勤，中国少年儿童新闻出版总社首席教育专家，著名的“知心姐姐”。

中国少年儿童新闻出版总社原总编辑，中国家庭教育学会常务理事，中国关心下一代工作委员会专家委员会委员，“韬奋新闻奖”获得者。

中央电视台、新浪网、搜狐网、新华网、腾讯网等多家传媒名牌栏目的主讲专家。

卢勤长期主持《中国少年报》“知心姐姐”栏目，积累了大量的家庭教育实践经验，是中国上亿家长及儿童最喜爱、最信任的权威教育专家。

卢勤所著《写给年轻妈妈》、《做人与做事》、《写给世纪父母》、《告诉孩子，你真棒！

》、《告诉世界，我能行！

》、《告诉自己，太好了！

》、《把孩子培养成财富》、《卢勤谈如何爱孩子》等书，累计销量突破1000万册，多次刷新中国教育类图书销售记录，并屡次荣获“五个一工程奖”和“国家图书奖”。

<<长大不容易>>

书籍目录

选目

自序

长大不容易，成长有规律

第一章 孕育生命期

不要生“蜜月宝宝”

心情影响长相

好心情从哪儿来？

爱子先爱妻

道德教育从胎教开始

准妈妈的情绪影响孩子智力

天赋可以培育

胎教音乐三阶段

第二章 婴儿成长期

宝宝出生那一天

名字左右孩子的一生

妈妈的微笑是最好的礼物

孩子要自己带

抓住大脑发育各个关键期

世上没有笨孩子

0~3岁：大脑开发黄金期

该“吃手”时就“吃手”

重复是小孩子学习的必要手段

“嘘”——小孩玩时别打扰

返璞归真的玩具最有益

第三章 幼儿成长期

妈妈，我从哪里来？

上幼儿园的孩子哭给谁看

怎样让哭闹的孩子安静下来

幼儿园给我留下了什么？

发现的乐趣

无理取闹不能赢

眼光可养人也可杀人

从“口吃”到“口才”

想象力比知识重要

冒险和闯祸是一步之遥

培养同情心从养小动物开始

童年离不开童话

第四章 儿童成长期

上学了“太好了！”

”

习惯影响一生

“替孩子”等于“害孩子”

<<长大不容易>>

放手才能放心
幸福从分享开始
我陪他哭
爱心决定快乐
父母，你到底要什么？

兴趣班呼唤兴趣
专注能够产生美
创新从提问始
把问题留给孩子
怎样惩罚孩子才有用
别对自己说“不可能”

第五章 少年成长期

远离“羡慕、嫉妒、恨”
小孩吵架，大人不用管
一句话成就人生
善解人意的孩子不抱怨
有面子的孩子有尊严
小孩说话也管用
“重要人物”是这样产生的
梦想让你了不起
理财教育从小开始
礼貌与德行不是教出来的
小学生活留下的六大财富

第六章 青年成长期

龙生九子，子子不同
热忱能激发潜能
舍得用，孩子才能成大器
儿子给您挣回来了
商量，沟通的好方法
过程比结果重要
一声叹息让孩子心碎
男孩女孩一起走
自制，做情绪的主人
理解了，就长大了
生日，给孩子写封信
美丽世界的“孤儿”
留守，农民工孩子的新考验
积极面对父母离异
公益心把世界点亮

第七章 步入成人期

步入大学第一难题：人际关系
选择，生存的本领
男生怎样选择女友
女生怎样选择男友
责任心让你成为自己的贵人

第八章 家的影响

<<长大不容易>>

把孩子培养成财富

《陈氏家纲》的启发

夫妻之间：善待与包容最重要

亲子之间：思念与牵挂最重要

婆媳之间：倾听与知心最重要

岳婿之间：使用与赞美最重要

快乐生活的秘诀

<<长大不容易>>

章节摘录

【不要生蜜月宝宝】在韩国，如果有谁生了“蜜月宝宝”，就会被人嘲笑。

这是为什么呢？

因为人在度蜜月时最辛苦。

喝酒、放纵、生活无规律。

精子、卵子疲劳不堪，状态较差。

30多年前，我在白城地区知青办担任副主任，白城地区管辖下有11个县。

我经常去乡下调查知青的生存状态，同时也了解了许多农村的生活情况。

有一次，我去一个蒙族村，发现村里有好几个“傻”孩子。

我问村干部这是怎么回事？

村干部摇摇头说：“嗨！

你到他们家去看看就知道了。

”我走访了三户“傻”孩子家。

发现，这些家都很贫穷，屋里没有什么家具，有的只是一堆堆的酒瓶子，连屋檐都是酒瓶子砌成的。

原来，孩子的父亲和爷爷都是“酒鬼”，饮酒无度。

我明白了，这些“傻”孩子，正是因为酒精中毒而变傻的。

许多年轻的朋友要结婚，我都会和男青年说，怀孕前一段时间，千万别喝酒，不一定哪个精子处在半麻痹状态，一旦和卵子结合，没准会生个“呆傻”儿童。

生孩子是件很神圣的事情，有半点大意，都会对孩子造成终身的伤害。

如果因为你的失误，给孩子带来残疾和发育不良，你怎么对得起你的孩子？

同时，我也要女青年说，结婚当年和度蜜月时千万不要怀孩子。

因为结婚当年新娘是最累的，婚礼前要准备宴会上吃的用的，布置新房，还要精心打扮，好人也会累个半死。

婚礼当天，新娘还要一桌桌敬酒，一个个嘉宾都要应酬，自己饭也吃不好，等人走席散时，你也筋疲力尽了。

体力不佳不说，精神也十分疲惫，心情自然不是最佳了。

如果你想生个健康快乐的宝宝，一定要等在自己健康快乐时再怀孩子。

这些年轻人听了我的劝告，生出了健康快乐的宝宝，都会来感谢我，让我给孩子起名字，我自然很有成就感。

我和我老公是结婚一年后要的孩子。

值得庆幸的是，我老公和儿子都不喝酒祖上又无遗传病史，自然不必担心孩子的“呆傻”。

于是，怎样让宝宝健康快乐成长是我最关心的事。

一是，要让精子“精力旺盛”，充满生命力。

怀孕前，我鼓励我先生经常去帮邻居家挖菜窖。

东北储存冬菜，家家都有菜窖。

邻居家夫妇都是大学教授，年纪大了，挖不动，我家先生年轻力壮，正好帮上忙。

他干劲冲天，一为老人二为孩子，积极性很高，每天下班回来都干得满头大汗，身体自然很健康。

二是，要让卵子“活力无限”，保持好心态。

我呢，每天又唱又跳，快乐无比，从不生气。

当时我被派到地区“五七”干校，怀着孕还下地干活。

我的体质从小就好，又经过下乡插队锻炼，干点活不算什么，只是格外小心罢了，像年轻时登高、跳墙头这种冒险的事就不干了。

实践证明，多晒太阳、适量运动和负重，对准妈妈来说是十分有益的，可以靠自己的消化吸收去补充能量，起到补钙的作用。

本来我准备六月份在东北生孩子，那个季节东北瓜果梨桃都下来，阳光灿烂，气候宜人，不冷不热，“坐月子”正适宜。

<<长大不容易>>

谁知，我老公所在的吉林农大搬回长春，白城只剩下我一个人。

我只好回北京生子了。

北京的六月都热得我汗流浹背。

可是毕竟是回到我妈妈身边，我心里还是很开心的，放心了很多。

预产期马上要到了，可我没有一点异常反应，只觉得肚子里的小家伙在踢我，好像在说：“我要出来！”

”我带着他，每天跑来跑去，玩得很开心。

分娩前一天下午，我竟独自跑到北京“蟾宫”电影院看了一部电影《列宁在十月》。

回家还和我妈开玩笑：“让列宁同志先走！”

”晚上七点半，开始见红。

我年迈的父母把我送进北京妇产医院，第二天清晨，儿子就出生了，那第一声啼哭声音特大，好像在说：“列宁同志别走，让我看看你长得什么样！”

”说来也巧，我儿媳分娩前一天，我和儿子全家去北京“蓝色港湾”看了一部现代大片《阿凡达》。

儿子幽默地对我说：“我出生前看的是《列宁在十月》，我儿子看的是《阿凡达》。”

事隔31年，世界发生了多大变化！

我俩隔了好几个时代了呀！

”

<<长大不容易>>

媒体关注与评论

姐姐、妈妈、奶奶，卢勤老师集几个身份于一身，她的眼里总是有孩子。

——央视著名主持人 敬一丹知心姐姐卢勤用爱心和几十年的努力为中国家庭教育和儿童教育作出了巨大贡献，《长大不容易》会让所有的家长更好地教育孩子，让孩子更加容易长大。

——新东方教育科技集团董事长 俞敏洪用科学态度给生命一份承诺，用爱的温柔给梦想一片天空。

——著名文化专家 于丹养孩子是一项拉动内需、增加动力的全民运动，运动指南请参照知心姐姐卢勤的《长大不容易》。

——《蜗居》作者 六六每个孩子都是父母的宝贝，但什么对孩子好？

只有经历过才知道，从别人的经验中科学地学习，长大虽不易，我们还是能陪着孩子“慢活”，一起快乐地成长！

——凤凰卫视著名主持人 吴小莉

<<长大不容易>>

编辑推荐

《长大不容易》孩子成长不容易，家长教育不容易，长大不容易！
首席教育专家、“知心姐姐”卢勤30年一线教育践行经验，两代父母、一亿家长的选择，值得阅读一生的成长之书，亲情之书！

<<长大不容易>>

名人推荐

姐姐、妈妈、奶奶，卢勤老师集几个身份于一身，她的眼里总是有孩子。

——央视著名主持人 敬一丹知心姐姐卢勤用爱心和几十年的努力为中国家庭教育和儿童教育作出了巨大贡献，《长大不容易》会让所有的家长更好地教育孩子，让孩子更加容易长大。

——新东方教育科技集团董事长 俞敏洪用科学态度给生命一份承诺，用爱的温柔给梦想一片天空——著名文化专家 于丹

<<长大不容易>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>