

# 美国妈妈的26堂育儿课



[美国妈妈的26堂育儿课 下载链接1](#)

著者:王小兔

出版者:浙江大学出版社

出版时间:2013-7-1

装帧:平装

isbn:9787308115247

## 编辑推荐

《美国妈妈的26堂育儿课》编辑推荐：美国儿童的乐观、自信、富有创造力常为人称道，是怎样的教育成就了他们？美国教育高地波士顿典型中产家庭的真实育儿故事；以儿童心理学和现代教育理论为支撑的科学育儿法。美国父母、社区义工、幼儿园老师、儿童教育专家联手打造的育儿经典课。

## 名人推荐

我一直听说中国的家长非常注重孩子的教育，所以当小兔要来我家做“保姆”的时候我非常高兴。我的小本有过令我头疼的时候，但现在的他懂事、乐观、好人缘、可以自己处理很多问题，让我觉得很欣慰。这一切不是我一个人的功劳，还要归功于身边朋友和专业人士的指导。小本的成长并非个例，我分享给大家我的苦恼、我的乐趣、我的泪水、我的欢笑，更多的是科学对待孩子成长的态度和知识。

——小本的妈妈 艾米

这本书简直就是为我而写，育儿过程中的常见困扰在书中都得到了解答。感谢故事后面通俗而严谨的理论分析，我反复读了好几遍，每一遍都有收获。我激动地把它推荐给身边的妈妈们，希望大家都能受益！

——一位两岁孩子的妈妈 叶子

总想用更多的知识来武装自己，让我成为更好的妈妈，结果却发现，理论派遇见实际问题往往无所适从；总想给孩子更好的成长空间，让她的成长没有遗憾，结果却发现，有遗憾的那个人往往是我。可惜没有早点读到这本书，原来自己能做的不仅是这些，最主要的是掌握孩子的心理，以适合她的方式去爱她。

——一位四岁孩子的妈妈 晓非

序言

前言

为什么美国能培育出乔布斯？

这是最近几年国内经常议论的话题。尤其是2011年乔布斯去世之后，大家在缅怀之余，也在思考：为什么中国出不了乔布斯？

按照著名的史学家、文学评论家法国人丹纳的理论，一个天才的诞生绝不是孤立的现象，不是“从天上掉下来的奇迹、从别个星球上来的陨石”，在莎士比亚周围，会发现十余个优秀的剧作家。而放在更广阔的背景下看，一个天才本身还包含在一个更广大的总体之内，正是他所身处的社会的风俗习惯与时代精神培育了他。

丹纳说：“在传到我们耳边来的响亮的声音之下，还能辨别出普通大众的复杂而无穷无尽的歌声，像一大片低沉的嗡嗡声一样，在艺术家四周齐声合唱。只因为有了这一片和声，艺术家才成其为伟大。”

美国孩子快乐、自信、阳光，与中国孩子相比，似乎在创造力和想象力上更胜一筹。按照丹纳的理论和思路，正是美国的风俗习惯与时代精神培育了乔布斯以及像乔布斯那样的孩子。而创造力和想象力的形成与塑造最重要的是在儿童时期。也许我们应该深入这块土壤，看看一个典型的中产阶级家庭是如何进行早期教育的，看看美国孩子的家长、学校和社区是如何参与他（她）们的早期教育的。

这本书，就是以这样的视角进行撰写的。

2009年的金秋，刚从国内一所知名师范大学毕业的我申请到了美国麻萨诸塞州波士顿市的一所学校，继续攻读心理学硕士。为了更好地了解美国文化和美国家庭的儿童教育，我通过学校的资助计划找到了怀特一家（the White）——我的寄宿家庭。从来到美国的第一天起，我就是这个家“最大的女儿”了。

两年多中，我一边在美国学习最前沿的儿童早期教育的理论和经验；一边零距离地观察

着美国的中产家庭是如何进行早期儿童教育的。整整两年的学习生活中，我记录下了那些感动过我的瞬间和引发我思考的细节，再附上自己在美国学习的心得体会、美国教育学家的观点和分析，写成了一本厚厚的笔记。我给这一本笔记取了一个很戏谑的名字——“保姆日记（A Baby-Sitter Journal）”。本书正来源于我笔记中的精华。

如果可以从我所关注的儿童早期教育的角度找寻开篇问题——为什么美国能培育出乔布斯——的答案，我想怀特一家的育儿故事给了我最简单、最直接的答案：

美国的儿童早期教育更加尊重孩子与生俱来的个性，而不是时时刻刻地在比较自己的孩子和邻居家、同事家的孩子有什么不足；

美国的儿童早期教育更加看重父母在亲子交互的过程中扮演的重要角色，而不是全家齐上阵、“六一式”<sup>①</sup>的宠爱；<sup>①</sup>“六一”式的宠爱，是一种戏谑的说法。现在的“八〇后”多数是家里的独生子女，当他们为人父母的时候，家里就呈现这种“六一”式的亲子交互方式，六个大人——爷爷奶奶、外公外婆、爸爸妈妈一起呵护和宠爱家里唯一的孩子。

美国的儿童早期教育更加以家庭、幼儿园、社区等多个生活重点为中心，而不是单纯地注重孩子在幼儿园学了些什么。

当然，乔布斯在美国同样是一个神话，同样是许多孩子心目中的偶像。还是个孩子的乔布斯就显得非常与众不同，他的父母也是如此的“标新立异”——不去强求辍学的他重新回到课堂完成那些他根本没有兴趣的课程，而是鼓励他在车库里自己动手创新。

美国的家长很习惯结合孩子的表现，每天思考一个关于孩子成长的问题：父母会帮助孩子树立一个偶像；会告诉孩子每天刷牙的时候，对着镜子微笑，并且带着这样的微笑开始一天的生活；会在给孩子自由和空间的同时，告诉他们还要承担责任和压力；会很认真地对孩子说“你已经很棒了，不需要再过多地表现自己”；会专门制作一个陈列柜，用来展示孩子所有的手工作品，无论这些作品看起来有多么粗糙；会主动出击，整合和利用孩子身边的教育资源，比如定期联络幼儿园、参加专业咨询以及社区活动……

这些都是我从怀特一家那里“偷师”来的育儿秘籍——是我从美国研究生课堂以外看到的、最为真实的美国家庭教育。之所以美国的家长会有如此先进的育儿理念，不仅因为美国是现代科学心理学和儿童心理学的发源地以及科研中心——世界各地的学生对此趋之若鹜，更重要的是这些研究成果在民众中、在社会上得到了广泛的普及和传播。我想，这些或多或少回答了开篇的那个疑问。因为这里有这样一种土壤，滋养着每一个孩子的不同：

优秀的父母之所以优秀，并不在于他们的肤色是白色还是黄色，也不在于他们是否真的深入研究过育儿理论和系统接受过育儿培训；优秀的家长是真正对孩子抱有无私而宽广的爱的人，也是对自己选择更多责任和自律的人。有了这个基础，他们就一定会想尽一切办法去为孩子营造一个利于生长的环境，竭尽所能地“自我修行”，以跟进孩子的成长需求。这样的家长不一定要出身名门，不一定要具备很高的文化素养，但是一定需要一种爱——这种单纯的、自然的爱是最根本的驱动力，它会推动家长朝着最适合孩子的方向去塑造孩子。

这个塑造孩子的过程，同样也塑造了父母，他们开放、民主，欣赏和包容自己孩子的个性，同时也会严格要求自己的孩子，不会没有底线地溺爱孩子。他们自己会研究更好、更合适自家孩子的教育方式去辅助自己那份单纯的爱，使这份爱的能量更为强大。如果你也认为“爱是一种艺术”、“爱孩子是一种艺术”，那么如何修炼成为“艺术大师”，就是这本书愿意抛砖引玉帮助您完成的。

三岁到六岁——这个被教育学界、心理学界誉为“黄金发展期”的时间——是儿童发展最为关键的阶段。中国有句俗语“三岁看大，七岁看老”，强调的也是学前阶段对孩子

的意义。三岁，是孩子身体、智力、交往能力等全方位成长的一年。在这一年，大部分孩子要开始上幼儿园。这一重大的生活事件也是对孩子生活的巨大改变。孩子的性格特点、处世风格、行为习惯等的形成都取决于这一时期的教育。如何了解自己的孩子？如何建立稳固的亲子依恋关系？如何培养孩子健康的人格？如何约束孩子形成良好的性格和行为习惯？如何帮助孩子树立面对生活的信心？如何给孩子创造一个适合其发展的环境？这些问题，不分国界、不分肤色，是美国妈妈最关心的，也是中国妈妈最在意、最渴望获得借鉴的。为了更好地探讨更加合适的、更加具有普遍意义的育儿方案，我邀请到了自己大学的同窗晏妮——德克萨斯大学奥斯汀分校人类发展与家庭研究的博士——一起完成本书的创作。

本书讲述了怀特一家的有趣的育儿故事，以他们的儿子小本（Ben）的成长经历为素材，描述了26个父母在育儿过程中经常遇到的问题，并结合美国的儿童早教思想给出了科学的解释和可行的建议。这本书让你和我们一起分享美国中产家庭的育儿经验，让你的早教不走弯路，让你学会“用孩子喜欢的方式来爱孩子”。

## 人物介绍

在开始这段奇妙的亲子互动旅行之前，让我们先一起来认识一下我的寄宿家庭——怀特一家。怀特一家是典型的美国中产家庭②：爸爸杰森是一家之主，他是当地一个基金公司的投资伙伴，每天朝九晚五地工作，相对较高的家庭收入让妈妈艾米在有了儿子小本之后，彻底转行成了一名家庭主妇③。艾米曾经是一个知名的对冲基金公司的高管，有条不紊地管理过一个65人的团队。②美国的中产阶级家庭，这是一个既清晰又模糊的概念。中产阶级的划分标准通常有两个，一是职业，二是人均或家庭收入。从经济地位、政治地位和社会文化地位上看，中产阶级均居于现阶段社会的中间水平。在美国判断中产阶级家庭有以下一些标准：年收入20万美元以上；持有一定已经上市的股票或者期权；有度假小屋或别墅以及一辆看上去不错的车；有较高的文化知识；有良好的礼仪风范等等。③在美国，有近一半的中产家庭的女性是“全职太太”，他们将自己的生活重心放在家庭、社区和慈善事业中。

他们的儿子小本是一个非常典型的美国孩子，白白的皮肤，金黄色的、软软的头发，海蓝色的眼睛配着深棕色的睫毛，脸上点点的小雀斑，活脱脱一个国内商场里洋娃娃的样子。他喜欢穿格子衬衫、牛仔裤、粘扣的运动鞋。他喜欢吃香草味道的冰激凌、番茄沙司配炸薯条，还有美国超市里随处可见的牛肉棒。小本的生活规律而稳定，喜欢睡前听故事，但是一定要爸爸来讲。妈妈艾米每天的生活都是围绕着小本展开的：早上送小本去社区的幼儿园（preschool），中午再接回家来。比起国内三岁开始上全天幼儿园的孩子，只去半天幼儿园的小本有更多和父母相处和自由支配的时间。

做一个好的家长并不难，最重要的是要站在孩子的角度想问题，理解孩子的长成。小本和小时候的我们没有什么不同：他去幼儿园的时候也会哭，他偶尔也会撒谎，他也会忍不住偷吃厨房柜子里的M&M豆（一种巧克力糖）。这些小时候在我们身上发生的事情小本也都没有躲过去。孩子并不因为肤色的不同而不同，不同的是小本的爸爸妈妈是如何面对和处理这些问题的。

爱孩子，要用他喜欢的方式。让我们一起从认识真正的他开始（为方便起见，本书中使用“他”指代“他／她”）。

## 文摘

版权页：

1.如果你有一个“三分钟热度”的小孩

尊重孩子与生俱来的个性

爸爸妈妈，你们真的不要指望我能安安静静地坐在那里，学这个，学那个。

对我来说，有时候，真的只有那么“三分钟的热度”。我喜欢接触一切新鲜事物，你们不觉得这也是一种优点吗？

“是不是每个人都要学画画？”小本拿着刚涂完色的画，仰着脑袋问我。

“我是长大以后，因为自己有兴趣才学的。”

听了我的回答，小本耷拉着脑袋，扔掉彩笔，对妈妈艾米大喊大叫：

“不是每个人都要学画画的。”

接着，就把画笔扔在了地上。

最近，因为画画的事情，小本已经摔坏了好几支水彩笔了。

事情的起源是这样的：

小本的幼儿园教室里设有一个观察室（observingroom），用一面单向玻璃将儿童的活动区域和家长、老师的观察区域分割开来（美国的幼儿园很多都设有这样的观察室，尤其是在设立在大学里的、有研究用途的幼儿园，这样的室内设计很常见）：在孩子们看来，这就是一面简单的玻璃；而“镜子”的那一面，家长和儿童心理学的相关研究者可以在里面做观察和研究。有时候，艾米送小本去幼儿园，去得早了，就在观察室里多待一会儿，观察观察小本在幼儿园的表现。

两个月前，小本对幼儿园凯瑟琳老师的吉他表现出了浓厚的兴趣。每当凯瑟琳老师弹琴唱歌的时候，他总喜欢凑得很近很近；当老师放下吉他的时候，还没乐器高的小本会自己学着老师的样子摸摸琴弦，偶尔弹出的泛音让他惊喜不已。于是，杰森和艾米在接下来的那个周末带着小本去了一家离家很近的乐器行，打算对小本进行音乐方面的启蒙教育——三四岁是孩子学习音乐和乐器的黄金时期。让爸爸妈妈大跌眼镜的是，小本在乐器行并没有对音乐表现出他在幼儿园时的那种渴望，相反，各种各样的乐器发出的声音让他感到很烦躁，竟“哇——”的一声哭了起来。等小本再回到幼儿园，他似乎对那把曾经钟爱的吉他失去了当初的热情。

类似的事情反反复复发生过很多次：小本有时会站在钢琴边听幼儿园的老师弹钢琴，真的要给他启蒙的时候，却撒腿就跑。有段时间，他甚至一听到钢琴声，就会捂耳朵。在幼儿园，小本似乎对几乎迷倒所有孩子的乐高玩具很感兴趣。可真的等到爸爸给他买了一套最新款的乐高时，他却只在家玩过一次，还弄坏了其中的好几块。

小本的“三分钟热度”让艾米开始头疼起来。她经常抱怨：“是不是所有的孩子都这样？”让艾米更加困惑的是，她发现小本在幼儿园的其他小伙伴并不都是这样。

作者介绍：

王小兔，本名王晓丹，2009年北京师范大学毕业后赴美留学工作，对儿童早期教育、发展心理学方向有浓厚的兴趣和较深的研究。

晏妮，2009年自北京师范大学教育专业毕业，同年9月进入德克萨斯大学奥斯汀分校攻读人类发展和家庭科学方向博士。在导师西欧多尔（Theodore Dix）的指导下，重点研究母亲抑郁对儿童情绪社会化发展的影响，并在该系的实验幼儿园担任了两年的助教。

茫茫，本名赵茫茫，插画师，本科毕业于清华大学美术学院，研究生毕业于美国纽约布拉特艺术学院。目前是一位自由设计人、插画人，乐得创作广告设计、品牌设计、网站设计、书籍设计以及插画作品。

## 目录: 目录

### 第一章 “我和每个人都不一样” 认同和欣赏孩子与生俱来的个性

- 1.如果你有一个“三分钟热度”的小孩
- 2.一岁、二岁、三岁，跟着他成长的步伐走
- 3.高质量的亲子时间，孩子将受益终身

### 第二章 “让我这样试探一下你” 建立健康、稳固的亲子依恋关系

- 4.解决“小病小痛”的小偏方
- 5.孩子的十万个为什么，不需要十万个答案
- 6.一去幼儿园就哭的孩子

### 第三章 “让我自己来” 放手让孩子掌控自己的生活

- 7.能把妈妈气哭的“反抗期”
- 8.什么时候教育他最管用？
- 9.幼儿园里的“大事”：小朋友之间闹矛盾了

### 第四章 “我想学，才能学得好” 早教要先懂点儿童心理学

- 10.在学习方面，父母干预太多并不好
- 11.这样做，孩子会爱上阅读
- 12.怎样树立你在孩子面前的威信？
- 13.当孩子不听你的话
- 14.无条件爱他，但不是溺爱
- 15.备受争议的体罚

### 第五章 “亲爱的爸爸妈妈，你们自信吗？”

座自信的家长，从读懂他发出的“信号”开始

- 16.让孩子从“教训”中学习
- 17.如何面对孩子的刻薄？
- 18.孩子不是你生活的全部

### 第六章 “我要在你们面前做最真实的自己” 帮助孩子控制情绪

- 19.教孩子学会致歉
- 20.批评孩子的方法
- 21.正确理解孩子的“说谎”
- 22.如何处理孩子的“歇斯底里”？

### 第七章 “外面的世界很精彩” 和他一起分享多姿多彩的生活

- 23.让幼儿园成为他的“第二个家”
- 24.如何回应他对“性”的好奇？
- 25.如何凝聚全家的爱？
- 26.可以让他接触“特殊”的孩子吗？

参考文献

后记

• • • • • ([收起](#))

[美国妈妈的26堂育儿课\\_下载链接1](#)

标签

育儿

儿童教育

美国妈妈的26堂育儿课

美国

心理学

教育

孕育

ebook

## 评论

kindle手机版

-----  
真实的生活化的具体事例的案例比理论来得实用多了，很赞。

-----  
读完老外写的 在看中国人写的思路 确实差的不是一星半点  
老外是从打造系统的深层去解决问题 一套系统解决多个问题 中国人就喜欢见招拆招  
一个问题一种解决方式和攻略

-----  
作者通过一个美国家庭中的育儿经历，引出了许多关于育儿方法的推荐和见解。每堂课都分为两个部分，前半部分主要描述事件的经过，后半部分引用一些心理学试验作为论据，提出推荐的育儿方式。书的内容很好，很多事件养儿育女的人都会经历过。不过感觉书中的分类方式不如国外一些其他育儿书籍的分类清晰明确，书里也缺少整体上内容的总结以便家长快速查询。

-----  
一般，案例不错，后面的理论也很及时很专业，就是系统性和全面性略逊。

-----  
首先买这本书是因为当当在打折～怎么说呢、书中的育儿道理肯定是正确的，但方法却说的非常少，比较浅显，专业性不强。

-----  
补充了很多知识，印证了很多想法，值得一读。

-----  
孩子是独一无二的

-----  
故事论文的形式，很喜欢！有再读的想法

-----  
道理是好道理，就是记不住，也不好查找

-----  
从心理学方面解读，受益。

-----  
从怀孕到孩子1岁半，隔段时间就会拿出来看看，或者调出来听听。自己一个人锻炼的时候听会有更深的感触和思考。作为新手妈妈，通过这本书获得不少自信和帮助。

-----  
[美国妈妈的26堂育儿课\\_下载链接1](#)

## 书评

这本书很有意思，作者作为儿童心理学的研究生寄住在美国一个中产家庭，选择这家的目的正式因为这家有一个3岁左右的小男孩，正好可以作为她研究观察的对象。



于是这本书很明显地就分为：案列和理论分析。  
案列就是小男孩和他朋友、同学所发生的事情，以及家长的反应；理论分析就...

-----  
[美国妈妈的26堂育儿课\\_下载链接1](#)