



她是一个大忙人,同时还是两个孩子的妈妈。在孩子渐渐长大的过程中,她始终不敢懈怠,努力学习,既要做更好的自己,也要做更好的妈妈——这么一件有难度的事,杨澜却做到了,许多人都很想知道,她究竟有着什么样特别的育儿经?

杨澜

我在认真学做一个“智慧妈妈”

◆ 本报记者 宋铮

1 怎样做个好妈妈,我一直在摸索

大热天,北京市中心紧挨着王府井的东方广场,因建筑物高大遮阳而透出了一丝清凉。在阳光媒体投资控股有限公司宽敞明亮的办公室,我和杨澜聊起了一个当今但凡做家长都会感兴趣的话题:“如何做一个智慧妈妈”。

一袭利落的黑色短连衣裙,泛着微光的珍珠项链和耳钉恰到好处地衬着白皙干净的皮肤——近距离看杨澜,她比电视里还要好看。“我很熟悉《新民晚报》的,我父母是上海人,我们全家都在上海住了多年了。”刚刚在沙发上坐下的杨澜显得很随和。

都说杨澜在工作、事业、家庭之间具有极其高超的“平衡能力”,可说起如何做妈妈,她的语气一点也不确定:“其实我也常有困惑,怎么才能做一个好妈妈,我也一直在摸索啊……”“今天的孩子都金贵得不得了,我们现在的社会变化如此大,社会和家庭的矛盾集中体现在怎么带一个孩子上,因此做妈妈的压力也是前所未有的,她们既要应付来自职场的考验,又一点也不能忽视自己的家庭和孩子,而要带好孩子又会面临许多新的课题,过去老一代的育儿方法在今天已经不再适用了……”说起做妈妈,杨澜变得滔滔不绝。她说,至今她还记得儿子一岁半时的一个场景——那是儿子出生后她第一次比较长时间的出差,离开儿子有5天,那天回家时,杨澜发现儿子脸上的表情特别有层次:先是把脸转过去,憋了半天之后才哭出了声,委屈得呀,最后把她自己的眼泪也带出来了。儿子当初这个无比丰富的表情,一直重重地定格在了杨澜的心里,她意识到孩子幼小时期不能离开母亲,三岁前,孩子最需要的是安全感,如果不小心造成了损失以后会很难弥补。后来,她下定决心扔下所有工作,命令自己在家做了整整一年的“全职妈妈”。直到今天,说起当初自己的这个决定,她依然感到分外欣慰:“那一年太值了!”

可是,矛盾不可能每一次都调和,女儿吃奶才3个月时,刚好遇上申奥,杨澜必须得北京上海来回跑,怎么办?心中有百般不愿,也曾想方设法努力挣扎,可最后还是不得不提前给女儿断了奶。说起这件事,杨澜依然一脸无奈。幸亏如今已经上小学的女儿能体谅理解,她会开玩笑地说:“我也为申奥做过贡献哦!”

妈妈确实不是万能的,但至少可以做到这一条——面对孩子的每一件小事,都不马虎、不敷衍,这是杨澜给自己定的规矩。现在,她每次出差,一定都会在出发前先极其详细地告知两个孩子:会去多久,什么时间段回家,上午还是下午,吃过晚饭,还是深夜……



■ 杨澜和先生吴征

2 做父母不要太“紧张”

杨澜说:“记得有位心理专家说,无论你多么小心,你的孩子都会留下一些心灵创伤。所以我一直告诉自己做妈妈不要太紧张,很多情况下,父母和孩子应该是一种最自然的关系,其实重要的是我们如何把自己变得更好。”

杨澜也希望孩子能多一点艺术熏陶而从小就安排他们学习弹钢琴,没想到,同在一个家里,儿子和女儿的情况大相径庭:儿子学了一年不到,就开始不耐烦,要打退堂鼓,最终儿子和妈妈之间有了一次“谈判”,结果以妈妈的放弃而告终。尽管有哥哥的“坏榜样”,可女儿打一开始就迷上了钢琴,天天都会要求多弹多练,完全不用别人催促……杨澜意识到,我们

3 运动、慈善、会表达和有幽默感

“我不觉得做神童有什么好,也不要求我孩子哪方面必须要有特别突出的成就,但我衷心希望他们做一个快乐的人,也能给人带去快乐。”为此,杨澜身体力行地努力培养孩子具有这么几种习惯和品性:爱好运动、慈悲为怀、善于表达和富有幽默感——

谁都知道杨澜英语特别好,可她和孩子在一起时,从没正经做过什么“英语辅导”,他们的时间绝大多数都花在了她并不特别擅长的体育运动上。她和孩子一起滑冰、一起去体育场。即使有一次和女儿滑冰时杨澜还不小心摔坏了尾椎骨,养好了伤还是继续奔向运动场。杨澜还发现,孩子更喜欢和他们一起运动的妈妈。最近,孩子们喜欢上了动画片《网球王子》,



牙齿松动,切莫忽视!

很多人经常牙龈红肿、出血,认为仅仅是“火气大”,不以为然。其实这是牙周病所致。牙周病的反复发作不仅会导致牙龈红肿、萎缩,牙床降低导致牙齿松动、脱落,而且还会诱发心脏病,动脉硬化,脑中风等重大疾病。

中医理论认为“肾主骨生髓,齿为骨之止”,就是说牙齿是长在骨头上的牙齿,而骨质的生长发育依靠肾气充养,肾气不足,便会髓亏骨枯,骨质疏松,松动移位、咀嚼无力等牙周病,使牙齿坚固。

最先表现在牙齿,导致牙龈萎缩、牙齿松动、咀嚼无力等。所以牙周病的根源就在肾上。九芝堂牌肾固齿丸,精选四川蜀山特有骨碎补、鸡血藤等珍贵药材精制而成。不仅可以补肾,而且具有填精、固齿、活血解毒等功效。用于治疗牙龈出血,牙周酸软,松动移位、咀嚼无力等牙周病,使牙齿坚固。

咨询电话 (021) 62263989

九芝堂 肾好,牙齿好,生活好,补肾固齿丸。

2 让孩子在最接近现实生活的环境中成长

孩子长大了,该上学了。杨澜在这些事情上的关注点,似乎和当下大多数父母很不一样——

按条件,杨澜可以很方便地找到贵族学校,特色学校,或更有利于学习外语的国际学校,无论在上海还是北京,她都坚持为孩子选择了普通的公立学校;儿子如今已上小学5年级,那么多年过去了,杨澜从来也没有给他请过一次家教,也从不做任何校内功课的额外辅导,甚至不要求他的学习成绩一定要在班里拔尖;唯一给孩子安排的补习班是学习中国书法。

杨澜说,她有这样一个原则:无论孩子们今后去哪,做什么,他们是中国人这点是决不能变的,所以必须要让优秀的中华文化渗透进他们的血液里……聪明的妈妈于是作了权衡和比较——相对来说,中文比英文难学,假如孩子从小没有一个中文写作的环境,就一定不能学好中文。因此,孩子小时候需要重点补充的课程不是奥数,不是英文,恰恰是如今许多父母忽视的中文。

杨澜选择让孩子上公立学校还有一个“私心”,就是想让孩子接触到最真实的生活,也生活在最接近社会现实的环境中,这样的成长环境对孩子才是真实可靠和有益的。

真的不该将成年人的想法强加到孩子身上,许多时候,我们不必在意孩子的选择是否和自己一致,太刻意、太紧张的父母可能会在孩子的问题上适得其反。

比起刻意地为孩子安排额外的学习,杨澜觉得考虑让孩子生活在一个怎样的家庭气氛更重要。父母都是爱读书的、兢兢业业工作的,还是整天搓麻将,无所事事?孩子的感受最敏锐,无形的影响才是最大的。如果父母自己不学习,怎么能要求孩子学习?

说活间,办公桌上的电话铃响起,她对我说抱歉后过去接电话。“你那都几点了,还不睡啊……”虽压低了声音可语气变得格外温柔——对着远在纽约出差的孩子爸爸,杨澜的回应让我看到了她成功育儿的另一个原因:和

谐的父母关系是儿女健康成长的良好环境。

有一次,儿子学校开联欢会,老师事先要求杨澜在会上作一个三分钟的发言。连杨澜自己也没料到,经历过无数大场面的她,居然会为这三分钟演讲无比紧张,生怕不能让老师满意,又怕家长们会觉得自已矫情,更害怕给儿子丢脸……儿子看出了妈妈的担心,同时也看到了妈妈的认真,在她最终讲完下来后,儿子给予了高度的赞扬。杨澜由此得出结论:“其实孩子也会非常在乎父母做事的态度。”



百计鼓励他们说出来。“表达能力的培养太重要了,几乎是一个人是否成功的关键!”

还有幽默感的培养,虽然做起来不太容易,但还是值得去努力。在家时,只要孩子们说了什么好玩幽默的话,杨澜总会不失时机地报以开心的大笑,同时给予回应和赞赏。她后来发现,和孩子一起看卡通书和卡通片是个好办法,能培养和强化幽默感,大家笑作一团时,互相之间的语言自然而然会变得机敏和幽默。

“妈妈应该观察孩子的潜在能力和才华,你的任务是为他们打好基础,至于将来孩子做什么你是无法设计的啊!还有,千万不要做一个‘抱怨’妈妈,有些女人喜欢抱怨,怨社会不公,怨孩子不孝,怨男人不好……即使是爱也化作了无尽的唠叨。要知道,这样一个抱怨的妈妈对孩子的杀伤力特别大!”

一样是做妈妈,用不用心会很不一样!“智慧妈妈”是通过不断学习长成的。