

## <<妈妈一定有办法1>>

### 图书基本信息

书名：<<妈妈一定有办法1>>

13位ISBN编号：9787505730830

10位ISBN编号：7505730835

出版时间：2012-10

出版时间：中国友谊出版公司

作者：一汀

页数：245

字数：150000

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>

## &lt;&lt;妈妈一定有办法1&gt;&gt;

## 前言

好妈妈的探索之旅 一直以为，养个孩子，不算什么难事。

大学里心理学考试全系第一；媒体行业里浸染十余年，也算见多识广；有小儿缘，是个孩子都喜欢我……养孩子，小儿科。

直到玩够了，闹够了，拥有了自己的孩子。

一个无比强大的新生命，嗷嗷待哺——孩子想吃奶的时候，那种急切甚至让我有一些恐惧和敬畏。

他信任你，依赖你，需要你精心护理，需要你深入其中，了解他的秘密，引导他的成长，这是多么重大的责任——大得初为人母的我几乎招架不住，接近体能和精神的承受极限。

我开始按自己的方式探索孩子，探索这神奇的秘密花园，我努力学做一个合格的妈妈，大量阅读，寻找方法；密切观察，尝试了解他的气质；细心分析，探寻他行为背后的心理状态……每天手忙脚乱，又乐在其中！

幸运的是，之前的生活积累给予我许多敏感的直觉——这很重要，在信息庞杂的现今社会，屏气凝神，叩击内心后，按直觉行事往往最为灵验。

我喜欢养育孩子，辛苦中孕育的巨大喜悦无与伦比。

更可贵的是，在帮助孩子建构他的世界的同时，自我建构也拜孩儿所赐，得到修复和重建，无论是道德上，还是智力上。

这是多么美好的事情！

我喜欢这些宝贵的经验，它们让我很有成就感。

世界上最容易给你成就感的也就是育儿事业了吧，因为你用心付出的每一分都会有非凡的效果！

我喜欢分享这些经验，一点小小的悟性让我小有名气，得到同事好友的追捧。

在他们热情鼓励下，我记录下自己体悟到的点点滴滴，希望和更多的妈妈一起分享。

我曾经有所顾忌，因为我的孩子还没有达到任何世俗意义的成功，但他阳光、健康、善良，富有灵气……还有，一切正常！

这些正是我最看重的。

也正因为他还处在成长，这些关于成长的经验才更鲜活，更逼真，更具有现实意义和实际操作价值。

3岁以前是孩子社会性发展的萌芽期，在这一时期注意对其进行社会启蒙，这对他个性的健康成长和道德观念的形成都有重要意义。

英国著名文豪狄更斯曾说过：“一种健全的性格比一百种智慧都更有力量。”

这句名言告诉我们一个真理：有什么样的性格，就会有什么样的人生。

性格是人在对现实的态度和行为方式中所表现出来的稳定心理特征。

儿童从出生后就不断地接受各种社会环境的作用，并在一定的教育影响下和自身的实践活动中，逐步形成自己的性格。

因此，儿童良好的性格不是自然形成的，而是需要经过长期磨炼，是教育培养的结果。

以“发现——理解——驯育”的思路应用于0~3岁宝宝的早教和情商养成，是我希望与妈妈们分享的核心理念。

在我看来，每一个孩子都需要我们准备妥当，信心满满，以寻宝探秘的身姿深入其中——观察、发掘、引导、培育。

当面对孩子，相比爱心和耐心，或许好奇心和理解力更为重要。

我尽可能把自己认可的经典理念和实际体会融会贯通，让妈妈们可资借鉴。

当然，任何一本育儿教科书都是无法照搬的，任何的经验都是难以复制的。

不同的生物差异性和生存环境，需要妈妈们调动每一根智慧的神经，大胆创意，灵活应变。

美国前第一夫人埃莉诺·罗斯福曾经有这样的名言：“女人就像一个茶袋儿，只有把她放到热水里才知道她的厉害。

”孩子正如热水，给予妈妈一泓遨游施展的水域，激发出妈妈的芬芳韵味。

妈妈为什么是了不起的？

正因为她在养育子女方面有天然的灵性。

## <<妈妈一定有办法1>>

一个好妈妈，一定善于处理千变万化的事情。

希望有缘见到本书的妈妈们的，可以怀着和我一样的心情，共同开始一次探索发现之旅。

## <<妈妈一定有办法1>>

### 内容概要

妈妈的方法，影响孩子的一生。

本书针对0~6岁孩子的情绪、心理、饮食、社交等生活各方面的讲解，收录众多生动的育儿案例，并浓缩先进的家教理念，提出“发现——理解——驯育”的金牌早教理念，鼓励父母自我提升、帮助家长了解孩子内心世界，培养自强、自尊、自立的孩子。

为妈妈们提供最实用的建议、最有效的方法，增强信心，减少焦虑，让养育的过程处处充满惊喜。

1首歌，让孩子不再任性发脾气 7个办法，让宝宝乖乖配合你 10条通道，给孩子最好的爱 12个妙招，全面发展关键智能 .....

## <<妈妈一定有办法1>>

### 作者简介

一汀

中科院心理研究所，儿童发展专业研究生，历任重庆经济台主持人，央视记者、编导。  
作者在育儿方面“发现——理解——驯育”的金牌早教理念，得到众多好友和妈妈的追捧，被奉为“育儿顾问”，她鼓励家长提升自我，增强育儿信心，与大家分享简单、实用的教养方法。  
积极探索儿童的内心世界，理解、尊重孩子，妈妈的一切方法，源于爱……

## <<妈妈一定有办法1>>

### 书籍目录

#### 第一章3岁以前，他是神的孩子

纪伯伦在他著名的《论孩子》一诗中写道：你们的孩子并非你们的孩子，他们是生命对自身的渴求的儿女；他们经你们而来却非因你们而来。

虽和你们同在却不属于你们。

你们可以给他们爱，却不可给他们思想，因为他们有自己的思想。

因为他们的灵魂，是在明日的宅中，那是你们在梦中也不能想见的。

你们可以努力去模仿他们，却不可企图让他们来像你，因为生命不会倒行，也不会滞留于往昔。

你们是弓，你们的孩子是被射出的生命的箭矢。

他只属于他自己

妈妈摆脱羁绊，才能进入孩子的世界

别再对孩子粗暴地说“不”

在他眼中没有“你”“我”，更不懂“体谅”

孩子任性怎么办

别阻止他探索自己的身体

真正的哭，只有三分钟

给他有限的选择权

追随，永远是为了引导

#### 第二章孩子需要什么样的爱

教育家夏丏尊在亚米契斯《爱的教育》译者序》中非常形象地说：“好像掘池，有人说四方形好，有人说圆形好，朝三暮四地改个不休，而于池中之所以为池的要素的水，反而无人注意。

教育上的水是什么？

就是情，就是爱。

教育没有了情爱，就成了无水的池，任你四方形也罢，圆形也罢，总逃不了一个空虚。

”

有智慧的爱，胜过无条件的爱

好妈妈，把孩子像衣服一样穿在身上

“紧紧拥抱”，是爱与安全感的约定

改变嘴角的线条，是最具体的爱

千万不要忽视孩子的感受

抚爱，令人安心

时间是爱的最佳证据

睡前阅读，给他最美的童年

#### 第三章游戏是最好的办法

孩子会认认真真地对待游戏，处于游戏中的孩子会视之为此刻人生的全部。

游戏可以给小孩子快乐、经验、学识、思想、健康。

培养会玩的孩子，鼓励孩子在游戏中探索，是父母最需具备的见识。

最好的人生，从游戏开启

“淘气包”里出人才

“野孩子”真欢乐

一袋最简单的积木，胜过十件高级玩具

让孩子用他自己的方式尽情玩耍

和孩子一起探索新玩法

把“太淘气”变成“会游戏”

## <<妈妈一定有办法1>>

“听话”未必好孩子

听懂孩子

不要用你的粗率毁掉孩子的想象

第四章关于吃的那些事儿

现在太多的孩子不是缺乏营养，而是被过多的关注弄得失去了食欲。

孩子吃的目的是品尝、感知味道、探知世界，进而满足腹中之需。

妈妈要学会放松，不要因为孩子一餐饭没吃好就大动肝火或内疚自责。

有了这个态度，再去关注科学饮食，事情会容易得多。

没有偏食的孩子，只有糊涂的妈妈

添加辅食不必太着急

边吃边玩，说明他在成长

孩子的健康是妈妈“管”出来的

原始味觉是孩子一生健康的资本

让孩子明白，吃饭是他自己的事

从餐桌礼仪开始，培养孩子的感恩心

第五章好妈妈的心理正能量

拥有孩子，就拥有了世上最美妙的幸福。

享受幸福的同时，不免伴随着种种风险。

面对孩子的种种状况，妈妈要培植强大的心理能量，将危险降至最低。

沮丧越来越少，惊喜越来越多

哭是孩子的自由，别焦虑！

咆哮，是伤害孩子的利器

妈妈的目光应落向何处

请耐心等待孩子的成长

让孩子顺利通过一个又一个敏感期

有时候，可以采取强硬手段

爱是无条件的接纳

放手，培养坚强的孩子

第六章不断提升自己，才是最好的父母

当不成熟的成人在孩子面前展示自己的情绪，孩子得到的经验价值一定是负面的。

当上帝给你一个孩子，或许为你关上了一道门，但也同时为你打开了无数的窗。

父母有机会借助孩子重新建构自己的人格，学习如何认识儿童，掌握儿童心理的奥秘，同时管理好自己的情绪，并带着爱心实施规则。

不断地完善自己，给予孩子示范和榜样，是父母的职责。

别忽略爸爸的力量

孩子的“主心骨”和“好榜样”

孩子为你关上一道门，却打开无数扇窗

依据孩子的年龄改变自己的行为

懂得放手的父母，成就独立的孩子

让孩子接受“被拒绝”

让孩子平静地放松自己

制定规范，再带着爱心实施它

和孩子一起做好情绪管理

## <<妈妈一定有办法1>>

帮助孩子提升自尊

惩罚之前，要让他明白“为什么”

第七章给孩子最好的家庭环境

孩子如同一个小气球，他所处的家庭环境如同包裹着小气球的大气球，大气球的空间决定了小气球的生存。

人若没有一个好的家庭环境，就很难展开一个正常的生命。

那些爷爷奶奶代替不了的爱

让你的“他”学会做爸爸

千万不要带着坏情绪回家

用你自己的行为去感染孩子

快乐是一种能力

男孩女孩，分而养之

帮助孩子爱上自己的性别

给男孩更多鼓励，给女孩更多的爱

元元成长日记摘录

主要参考书目



## &lt;&lt;妈妈一定有办法1&gt;&gt;

## 章节摘录

有智慧的爱，胜过无条件的爱 孩子得到爱，才能去爱别人；得到爱，才能去爱生活。

爱孩子是一种天性，但妈妈们很容易走入误区。

“吃掉这勺青菜，妈妈才会爱你哟！”

” “好好练琴，不然妈妈就不爱你了。”

” “别乱跑，才是妈妈最爱的孩子。”

” 这样的“爱”不是“智爱”，而是盗用了爱的名义误导孩子。

这种所谓的爱，只会因为各种各样的现实条件而大打折扣。

在孩子心里，他会认为妈妈爱的是他的行为，爱的是他为父母带来的荣誉或面子，并不是他。

在元元3岁之前，我几乎每晚都和他共同入睡，因为惦记着没做完的家务或工作，经常凌晨两点惊醒，又爬起来做事；或者总想着给他盖好踢开的被子，几次折腾下来睡意全无。

我熟识的一位妈妈说，她很长一段时间都是凌晨一两点开始洗澡……元元8个月时，正逢夏天，当时我是一个人带他，忙着把他照顾入睡后自己也同时昏昏睡去，累得没力气洗澡，胳膊起了一堆奇痒的疹子！

对于一个全心投入的母亲来说，这样那样的辛苦是无法避免的。

我常想，为什么母爱如此无私？

真正是天性使然。

孩子越小，就越需要妈妈无条件地付出自己的爱。

爱带来了敏感。

“一个孩子的低声呜咽就能使妈妈从睡梦中惊醒，即使此时窗外正是电闪雷鸣、暴雨倾盆。

凭着妈妈的敏感，母亲可以从孩子的视角看到东西。

” “妈妈把她的孩子，当成自己的一部分。

他的喜悦，他的痛苦，她都仿佛同样感受得到。

她为他的每一点成就而异常欣喜，因为它们就是她自己的成就。

妈妈从母子相处中感受到了快乐。

对彼此交流的关注和对孩子做出反应的强烈期望，使得她不由得把孩子当成了自己唯一的关爱对象。

当妈妈发现孩子的失败和缺点时，她也同样会觉得羞耻和愤怒。

” “爱代表着对一切情感的放大和强化，包括积极的和消极的，恨和爱几乎没有什么距离，即使是母爱最深的妈妈也会对她的孩子大发脾气。

” 蒙特梭利说，儿童应该得到成人全部的爱，而不是成人忙于生活所残余的爱。

孩子们需要爱。

尽管每个人都需要爱，但是孩子更为需要，这就像一棵新生的树苗比一棵长大了的树更需要阳光和水分一样。

孩子得到爱，才能去爱别人；得到爱，才能去爱生活。

蒙氏对妈妈们提出了自己的思考：什么是妈妈的爱？

我们能否做到在对它歌颂、咏叹的基础上有所超越？

爱不只是一种温暖的感情，它有清楚的表达，会对孩子产生影响。

爱有一种移情作用，不过得靠妈妈超越自我中心。

自信、冷静、理性，同时充分相信自己的直觉，让自己时刻处于观察和学习的状态，大胆去爱，增强自己爱的能力，学会“智爱”，这就是我的答案。

沟通和交流，是联系父母和孩子之间最重要的纽带。

但是如今“80后”父母对于孩子的爱，多表现在给他们提供尽可能好的环境，尽可能丰富的物质上，却很少关注他们内心的需要。

有时候，大人和孩子近在咫尺，却也让他们感受不到来自父母的关爱。

孩子需要来自父母高质量的陪伴。

一个5岁小女孩的姥爷曾不无感慨地对我说：“我自己的孩子是‘80后’，说句不中听的，他们的确太

## &lt;&lt;妈妈一定有办法1&gt;&gt;

自私，事业做得不错有什么用，孩子扔给我们老两口，我们精力不够，知识结构跟不上，孩子从幼儿园回家后，精力旺盛，缠着让讲故事、玩游戏，我们身体真是吃不消，带着孩子去学钢琴，耳朵也不行，记了30分钟笔记，回来也不知从何下手辅导孩子，学了5次就放弃了。

”有一位年轻的母亲鉴于自己曾深受性格内向、不善表达之苦，下决心在孩子的身上扭转这一局面。孩子出生不久，她就经常抱着孩子对他说“我爱你”。这样最原始的爱的表达一直持续，但内涵会有轻微的变化，到了孩子更大一些，她问孩子：“爸爸妈妈最爱谁？

”孩子会习惯性地回答“宝宝”。

她会说，爸爸妈妈爱自己也爱对方，还特别爱宝宝，再问：“宝宝最爱谁？

”孩子则快乐地回答：“爱自己，也爱爸爸妈妈。

”这个孩子很小就确定自己是被关注被爱的，建立了强烈的自信，就有足够的力量爱家人，在外面也知道爱护比他更小的幼儿。

孩子3岁多时，说过一句话：“大家都喜欢我。

”这让母亲觉得很欣慰，因为这正是她通过各种努力希望孩子明白的事。

孩子上了幼儿园，不少家长经常找老师“套近乎”，给老师送礼，要求关照孩子。

她从不这样做，因为她知道一个对自己有信心，同时对别人充满爱心的孩子，完全可以凭自己的表现赢得老师的喜爱。

元旦来临了，孩子想给班上的老师寄张贺卡，却不知该写什么。

她先问清楚孩子想对老师说的话，然后帮孩子写上：“老师，我爱你。

”老师收到贺卡后，很感动，自然也更喜欢这个孩子了。

学期结束时，在这个孩子的《成长纪念册》上，老师对他的评价是：“你通情达理，聪明好学，积极进取，表现欲强。

特别是你有着美好的情感世界，对每个小朋友都很友善。

”一个孩子如果对自己得到的爱满足，他的心中就会充满种种美好的感情，不必任何说教，他就能自然融入周围的世界，获得别人的喜爱。

孩子得到爱，才能去爱别人；得到爱，才能去爱生活。

不要让爱因为各种各样的条件而大打折扣。

不要让孩子认为，妈妈爱的是他的行为，爱的是他为父母带来的荣誉，并不是他。

爱代表着对一切情感的放大和强化，包括积极的和消极的，恨和爱几乎没有什么距离，即使是母爱最深的妈妈也会对她的孩子大发脾气。

自信、冷静、理性，同时充分相信自己的直觉，大胆去爱，增强自己爱的能力，学会“智爱”。

儿童纪律的主要之点在于不是去压制顽皮，而是去改造它。

不能要求儿童去做我们用我们的教育学不能开导他们的事。

——【前苏联】阿莫纳什维利

## <<妈妈一定有办法1>>

### 媒体关注与评论

这是一部写给母爱的书……细细品味字里行间，温婉细腻的母爱智慧，真的被感动！  
被开启！

常常感慨在屏幕上扮演过太多的母亲角色，唯有生活中的母亲最难扮演，因为，没有脚本为我依据！  
感谢一汀为天下所有的母亲学习母爱撰写了脚本！

让我们用爱与智慧和孩子一起快乐地成长吧！

——萨日娜 我们时常好奇宝宝的小脑袋里究竟在想些什么，现在就跟着一汀寻找答案吧。

做“妈妈”是一生都要研习的功课。

除了吃饱穿暖，妈妈更要关照宝宝小小的内心世界。

跟一汀一起，做个有智慧的好妈妈！

——王姬 一汀与天下所有的妈妈一起解读孩子，解读人生。

一汀与所有的妈妈一起走进孩子的世界。

——李菁菁 培养孩子好性格：宝宝别生气，妈妈别担心！

——吴秀波

## <<妈妈一定有办法1>>

### 编辑推荐

《妈妈一定有办法1:发现宝宝神秘世界》介绍67则私家教养配方，轻松解决一切教养难题。爱+信心=方法之源，拥有开启秘密花园的金钥匙。

## <<妈妈一定有办法1>>

### 名人推荐

这是一部写给母爱的书……细细品味字里行间，温婉细腻的母爱智慧，真的被感动！  
被开启！常常感慨在屏幕上扮演过太多的母亲角色，唯有生活中的母亲最难扮演，因为，没有脚本为我依据！

感谢一汀为天下所有的母亲学习母爱撰写了脚本！

让我们用爱与智慧和孩子一起快乐地成长吧！

——萨日娜 我们时常好奇宝宝的小脑袋里究竟在想些什么，现在就跟着一汀寻找答案吧。

做“妈妈”是一生都要研习的功课。

除了吃饱穿暖，妈妈更要关照宝宝小小的内心世界。

跟一汀一起，做个有智慧的好妈妈！

——王姬 一汀与天下所有的妈妈一起解读孩子，解读人生。

一汀与所有的妈妈一起走进孩子的世界。

——李菁菁 培养孩子好性格：宝宝别生气，妈妈别担心！

——吴秀波

<<妈妈一定有办法1>>

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>