

<<妈妈养育心经>>

图书基本信息

书名：<<妈妈养育心经>>

13位ISBN编号：9787510103230

10位ISBN编号：7510103231

出版时间：2010-1

出版时间：中国人口出版社

作者：康海燕

页数：186

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>

## <<妈妈养育心经>>

### 内容概要

相对目前国内出版界种类众多的侧重于生活养育的家庭与育儿类图书而言，本书作者在养育心理方面作出了有益的尝试，并大胆探索70后80后的新一代白领母亲养育观念与方式，关注宝宝成长心情，调适妈妈养育心理，通过与孩子用心交流，发现了母亲与孩子的心理互动，养育理论与实践的结合，婚姻感悟与家庭教育交融，生活实景、养育片段、妈妈心语、专家解答，由浅入深、从个例到共性，从幼儿哺养，家庭教育等方面做了详细记录与观察，发现普遍存在的养育问题，给年轻父母提供科学的解决办法，以中国母亲养育心理自我追踪的题材，真实亲切、感同身受，是中国父母不可多得的实用生活手册。

<<妈妈养育心经>>

作者简介

康海燕，女，33岁，中共党员，硕士，中国报告文学学会会员。

北京某单位负责人。

爱好文学创作，发表过新闻纪实、散文、随笔、报告文学、调查报告作品2000余篇。

近年对情感婚姻、母婴关系、妇幼健康、家庭文化等问题有一定感悟及研究，并有独到见解。

用心感受婚育生活，对个人

<<妈妈养育心经>>

书籍目录

PART 1 预备做妈妈 1.优生优育要准备 2.避免缺陷宝宝 3.意外怀孕怎么办PART 2 准妈妈孕育心得  
1.妈妈宝宝的心灵对话 2.父母性格对宝宝的影响 3.准妈妈心理调适 4.胎教要不要 5.产检别紧张  
6.孕妈妈营养要留心 7.孕期“性”福生活 8.新生活物质准备 9.孕期不适的缓解 10.待产的复杂心情  
PART 3 育婴生活心情健康 1.分娩时的妈妈心境 2.实践母乳喂养 3.眼观病房，心有感受 4.坐月子的苦闷  
5.如何给新生儿洗澡 6.宝宝皮肤护理有心得 7.自己给孩子理胎发 8.“做的还是买的”……  
PART 4 宝宝长大妈妈成熟PART 5 面对养育难题与困难PART 6 学习教管与家庭教育后记

## <<妈妈养育心经>>

### 章节摘录

PART 1 预备做妈妈1.优生优育要准备生活片段生育一个健康聪明的孩子是需要年轻的爸爸妈妈做计划和准备的。

在结婚之前，我们一般都会接受相关机构的医学检查，如果夫妻双方都没有严重的遗传性疾病、指定传染病、有关精神病(精神分裂症、躁狂抑郁症等其他精神病)，或者不利于生育的疾病，那就可以准备要一个小宝宝了。

看着周围的同龄朋友一个个都结婚生子，听着父母的催促和叮嘱，自己也开始想，也许是该经历这个结婚生子的阶段了。

但是说真的不知道从哪里开始做准备，总觉得自己还是个孩子呢，二人世界的生活都还没有好好体验，就要去承担起当妈妈的责任，去照顾一个那么小的孩子？

真的没有心理准备。

有时候感觉：我和他之间的二人世界生活也很好，两人相爱，彼此关心，安静而温馨，家里增添一个“孩子”，还有这样安静的生活么？

我和他之间还会像现在这样和谐吗？

一次，和朋友应酬的时候，发现有个女友任朋友怎么劝说也不喝酒了，大家觉得很奇怪，她骄傲地告诉大家：准备要生孩子了，所以要“封山育林”呢！

在准备怀孕的前三个月她就开始戒烟戒酒了，早早地开始了生活调理，每天特别注意营养饮食，不吃刺激性食物，并已经开始口服叶酸片。

她还娓娓道来：缺乏叶酸的人类子代可能发生多种畸形，引起DNA合成和复制障碍，从而引发神经管畸形(无脑儿、脊柱裂、脑膨出)。

从孕前3个月到孕后3个月是补充叶酸预防神经管畸形发生的关键时期。

是啊！

其实怀孕需要做的准备很多呢。

准爸爸和准妈妈不但要做好心理上的准备，还要做好身体准备，更要进行新的生活规划。

<<妈妈养育心经>>

编辑推荐

中国母亲首部养育心理追踪，献给新一代年轻父母的养育启示。  
8位知名专家指导，关注宝宝成长心情，调适妈妈养育心理，发现母亲与孩子的心理互动。  
著名心理学家中国家庭教育学会顾问茅于燕倾心指导。  
母亲的行为习惯、生活方式，家庭教育方法直接影响着孩子的未来^

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>