

<<这样养孩子就对了>>

图书基本信息

书名：<<这样养孩子就对了>>

13位ISBN编号：9787512705135

10位ISBN编号：7512705131

出版时间：2013-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：孙杰

页数：222

字数：184000

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>

<<这样养孩子就对了>>

前言

孩子的显性成长在外部，其个性成长在内部。

外部的成长在当下，内部的完善在久远。

孩子外在显性的成长可谓日新月异，令我们惊奇不已；而内在的完善则是个日积月累的过程，是一次次体验的升华。

在养育孩子的过程中，父母的举动、言语、态度和情绪都在潜移默化地影响着孩子。

俗话说：“三岁看大，七岁看老。”

科学研究也证明，人类生命的最初三年是大脑发育和变化最迅速的时期，孩子在出生后的三年时间内无意识吸收的知识量相当于大人60年拼命学习所获得的知识量。

由此可见，三岁之前的养育与发展对人一生的重要影响。

而孩子的很多问题也往往发生在三岁之前，特别是一岁之前，比如睡眠习惯、饮食习惯、学习习惯、沟通习惯等，更重要的是情绪情感和健康依恋关系的养成。

这些看似普通的习惯会影响孩子以后的工作、学习和生活，也会影响他今后对自己孩子的养育方式。

三岁之前，孩子最主要的活动范围是在家里，家长必须关注生活中的细节，不要给孩子不恰当的干预和影响。

在孩子成长的过程中，我们过度关注教孩子什么，但对于为什么要教和怎么教却思考不足。

我们强调教育源于生活，却忽略了生活中的教育，甚至违反生活的教育。

我们过度关注孩子的学习成绩，却忽略了自身学习；关注孩子潜能的开发，却忽略了孩子现有能力的发挥利用；关注课程和技能学习，却忽略了孩子与周围人和事物的关系。

作为父母，最重要的是帮助孩子做好长大成人的准备，让孩子懂得如何快乐幸福地生活。

授人以鱼不如授人以渔。

我认为最好的教养方法是不教。

“不教”的内涵是认识孩子生长发育的自然规律，尊重孩子的个性和特点，给孩子准备安全、适宜、有序的环境，帮助孩子养成良好的生活习惯和学习习惯；发现孩子的个性特点，因势利导，发掘和培养孩子的兴趣爱好，为孩子能力发展营造有利条件。

教育不只是知识技能的传授，更多的是要让孩子学会思考、学会提问、学会质疑、学会担当、学会承担责任。

家庭是孩子出生后需要适应的第一个团队，是三岁前儿童的主要生活场所，而父母则是孩子的第一任老师。

家长是孩子行为模仿的对象，家长的言行举止将给孩子的性格、行为打上最深的烙印，影响孩子的一生。

我认为，在家庭教育中，家长只需要做好两件事，第一是培养孩子良好的行为习惯，预防孩子出现问题，这需要家长不断地学习，了解孩子真正的需要；第二是家长要学会接纳孩子，接纳孩子所有的优点和缺点，让孩子感受到家庭的爱。

如果孩子不能被自己的父母接纳，又怎能被社会接纳呢？

在孩子的成长过程中，我们是关注孩子的个性和特点，还是紧盯着其缺点和错误，是注重发现和发挥孩子的优势，还是热衷纠正其缺点和问题，这值得我们思考。

本书从生活中常见的一些细节和场景入手，分析了日常生活中哪些不当的干预会对孩子产生怎样不利的影响，并给家长提供了一些简单有效、切实可行的实施方案，供年轻的父母们参考，帮助家长成为孩子优点的发现和创造者。

书中参考了大量蒙台梭利有关婴幼儿发展关键期的书籍，还简明扼要地介绍了孩子发展的一些关键期，让家长了解孩子生长发育的规律性特点，从而有针对性地为孩子成长准备好适宜的环境条件，促进孩子自然协调发展。

孙杰 2012年8月于北京

<<这样养孩子就对了>>

内容概要

家长的言行举止和生活习惯往往会影响着孩子将来的工作、学习、生活，本书从生活中一些常见的细节和场景入手，介绍了影响孩子一生的55个细节，指出家长哪些不当的干预会对孩子产生什么样不利的影响，并给家长提供了一些简单有效、切实可行的实施方案，供年轻的父母们参考，帮助家长成为孩子优点的发现和创造者。

<<这样养孩子就对了>>

作者简介

孙杰，女，国家人力资源和社会保障部儿童健康指导员、育婴师培训专家、北京亿佳佳教育机构首席专家。

致力于推广生活即教育、简单做父母的家庭教育理念，著有《孙杰教你简单做父母》

<<这样养孩子就对了>>

书籍目录

第一章 喂养与看护

1. 孕期状况对孩子的影响
2. 母乳喂养——关系孩子一生的幸福
3. 长期使用奶瓶或安抚奶嘴
4. 过度喂养会影响孩子的自信
5. 过度依赖营养品和药物
6. 客观认识孩子要求自己吃饭和拒绝喂饭
7. 客观认识孩子吃手和咬玩具的行为
8. 孩子长大后为何口齿不清或说话不完整
9. 脚套和手套的利弊
10. 抱孩子的方式对孩子的影响
11. 包裹方式对孩子的影响

第二章 沟通与交往

1. 关注孩子的沟通需求
2. 掌握有效的沟通方法
3. 关注涂鸦与说话的关系
4. 孩子向别人要东西——主动交往的开始
5. 关注孩子交往的困惑
6. 认识孩子“打架”获得的智慧
7. 婴儿凭感觉确认自己的成长
8. 通过日常活动建立健康的依恋关系
9. 不当安慰影响孩子的性格形成
10. 了解孩子产生不良情绪的原因
11. 孩子的体质与家长的主观判断——标签儿童

第三章 家庭环境与习惯

1. 家庭氛围对孩子的影响
2. 父亲要积极参与孩子的养育
3. 关注孩子团队意识的形成
4. 如何让孩子懂得爱
5. 孩子写作业错行和漏字的直接原因
6. 模仿——长大后我就成了你
7. 重复——重播快乐的过程
8. 色彩对孩子的影响
9. 不愿意理发和洗头
10. 培养完美性格还是可塑性性格
11. 要接纳，不要评价
12. 如何养育不同性情的孩子
13. 特点和错误，个性和缺点
14. 家长的情绪对孩子的影响
15. 如何对待孩子扔东西或玩具
16. 环境对孩子秩序感的影响
17. 帮助孩子顺利度过入园焦虑期

第四章 积累与成长

1. 兴趣是快乐学习的基础
2. 孩子一出生就具有学习的能力

<<这样养孩子就对了>>

- 3.让孩子体验快乐
- 4.重视孩子的提问
- 5.在生活中培养孩子的专注力
- 6.让孩子学会欣赏自己
- 7.让孩子爱上读书
- 8.幽默是生活的智慧
- 9.想象和破坏是创造的开始
- 10.关注孩子的独立宣言
- 11.自我服务是责任心建立的开始
- 12.拒绝是接纳内心的开始
- 13.个性决定不同的精彩人生
- 14.相信孩子解决问题的能力
- 15.过度关注孩子技能的学习
- 16.不可忽视的生活细节

第五章 关键期与行为特点

- 1.健康依恋关系建立的关键期
- 2.语言发展的关键期
- 3.翻身及连续翻滚的关键期
- 4.双手发展的关键期
- 5.爬行的关键期
- 6.幽默感关键期
- 7.模仿的关键期
- 8.无意识吸收关键期
- 9.感觉统合发展的关键期
- 10.添加辅助食品的关键期
- 11.秩序关键期
- 12.手的触觉关键期
- 13.分辨物体同异性的关键期
- 14.工作的关键期
- 15.自由溜达的关键期
- 16.混乱的关键期
- 17.执拗的关键期
- 18.对细微事物观察的关键期
- 19.自愿行走的关键期
- 20.感觉发展的关键期
- 21.跳跃的关键期
- 22.绘画关键期
- 23.数学概念的关键期
- 24.音乐学习的关键期
- 25.学习生活规范、社会礼仪关键期
- 26.大脑的构思建构能力发展的关键期
- 27.幻想关键期
- 28.书写关键期
- 29.审美关键期
- 30.学习自然文化关键期

<<这样养孩子就对了>>

章节摘录

版权页：插图：生活中常见的场景 给母乳喂养期间的孩子吃牛初乳，认为这样可以增加孩子的抵抗力。

为了孩子大脑智力的提升，吃DHA或添加DHA的奶粉或食物。

孩子一打喷嚏就紧张，去医院咨询是否需要吃药或打针。

孩子生病后，频繁地更换用药或医生，以寻找最有效的治疗方法。

长期给孩子吃营养品或其他补品。

孩子一年四季生活在恒温的环境里，家里夏天开空调，冬天开暖气，并且要有室内温度计，不相信自己的感觉。

害怕孩子生病给孩子穿过多的衣服，并限制孩子出门活动。

不恰当的干预对孩子成年后的影响 体质较差，经常生病。

经常懒得动，生活中依赖性比较强。

认为自己本身体质就差，不喜欢参加集体活动，更不喜欢剧烈的运动。

认为自己很多事情不可能完成，缺乏自信心。

受看护方式的影响，经常会有焦虑的情绪。

简单的执行方案 坚持母乳喂养，在母乳喂养期间不需要给孩子添加任何营养品。

4~8个月期间，及时给孩子添加辅助食品，注意均衡的饮食。

不要过度地保护孩子，不要给孩子穿太多的衣服。

孩子在清醒状态下，会不停地活动，活动就会产生热量，即便小婴儿也是如此。

孩子偶尔打喷嚏或流鼻涕不一定是感冒，不要过于紧张，紧张的情绪反而会影响孩子的心理健康。

不要让孩子生活在恒温的环境里，否则会抑制孩子身体免疫力的自我调节。

让孩子多接触清新的空气和温暖的阳光。

不要给孩子补充营养品，孩子身体的抵抗力，不是靠营养品建立起来的。

孩子生病后的康复需要一定的时间，康复的过程也是孩子免疫力建立的过程。

任何疾病都没有一招制胜的方法。

一般情况下，不要频繁地更换医生和用药，这样会延误孩子的康复。

保证孩子身体健康最有效的方式：均衡的营养及日常生活中的锻炼，重在坚持。

家长都希望自己的孩子比同龄孩子高大或强壮。

要知道孩子的身高和体重是有个体差异的，也会受很多因素的影响。

儿童营养学家认为孩子不应随便服用营养保健品，尤其那些功能不明确的营养品最好不给孩子服用。

孩子平时的饮食结构能做到粗细粮结合、荤素搭配、不偏食不挑食，就能基本满足人体对各种元素的需要，不需要进行额外补充。

其实，孩子身体原本是健康的，由于盲目补充营养，反倒破坏了原有的平衡。

况且一些补品中所含有的激素或生理活性物质，反而会对孩子的成长发育造成不利影响。

家长应该明白一个道理，即人的身体是一个精密的仪器，所有的营养都是按照比例来吸收的。

<<这样养孩子就对了>>

编辑推荐

《这样养孩子就对了:0-6岁宝宝养育的55个关键细节》编辑推荐：从我做起，关注生活中的细节，用正确的言行引导孩子，孩子成长准备好适宜的环境条件，促进孩子自然协调发展，生活即教育，简单的执行方案，让家长成为孩子优点的创造者。

<<这样养孩子就对了>>

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>