

<<为什么咱家孩子怎么管都管不住？>>

图书基本信息

书名：<<为什么咱家孩子怎么管都管不住？
他们家孩子不管照样好！
>>

13位ISBN编号：9787549905430

10位ISBN编号：7549905436

出版时间：2011-10-1

出版时间：江苏教育出版社

作者：[美]梅德赫斯

页数：308

译者：咏鹏

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>

<<为什么咱家孩子怎么管都管不住？>>

内容概要

提醒他再多次，玩具还是会乱扔；盯在他旁边，作业还是在乱做；嘴上答应会改正，一转头还是老样子。

孩子管不住这些小毛病，说明他缺乏自制力。

他心里知道这样不好，却管不住自己，这种挫折感会不断累积，最终影响到自信心和性格的形成。

聪明妈妈知道，孩子的自制力是所有好习惯、好品格的基础，越早培养效果越好。

拥有自制力的孩子会更自信、更有责任心，更能发挥与生俱来的天赋和才能。

只要您稍微改变一下做法，在小事上多让孩子做决定、负责任，就能帮他一点一滴累积自制力：

- 1、创造机会让孩子做决定：“你喜欢穿红色外套还是蓝条纹外套呢？”他就更乐意遵守。
- 2、当孩子的顾问而不是指挥：“让我们把这么做的好处和坏处列下来，你就能自己做决定了。”
- 3、让孩子有机会为家庭做贡献，比如让他吃完饭扫地、帮妈妈择菜，培养他的自豪感。

读完本书，您不但能学到更多培养自制力的方法，还能直接对照其中88个经典问题场景，现学现用，立刻看到孩子的改变。

当您能熟练运用这些方法时，您就会惊喜地发现：自己管得越来越少，孩子却越来越好！

作者简介

艾莉萨·梅德赫斯医生（Dr. Elisa Medhus）：开设私人诊所已有23年，帮助了成千上万个家庭成功培养出有自制力的孩子。她本人用这种方法教育自己的5个孩子，从6岁到16岁都卓有成效。

<<为什么咱家孩子怎么管都管不住？>>

书籍目录

上篇：什么样的孩子能自己管好自己？

1. 只有“自我指引型”的孩子才能管好自己...
2. 什么是“自我指引型”和“外部控制型”？
- ...
3. “自我指引型”孩子的五大核心特质...
4. 方法正确，就能培养出管好自己的“自我指引型”孩子...

中篇：七个步骤让孩子自己管好自己

- 第一步，让孩子远离“外部控制”...
- 第二步，打基础，让孩子学会内心对话...
- 第三步，强化内心：信任直觉...
- 第四步，教会孩子设身处地、用“善意的自私”思考...
- 第五步，现在轮到你做出改变了：12条原则+8大技巧，让孩子自己管好自己...
- 第六步，12招让孩子勇敢地走出失败...
- 第七步，帮孩子抵御外部影响，进入自我指引的良性循环...

结论...

下篇：应对88个具体问题，让孩子自己管好自己

可以一直用到16岁的行为纠正指南

- 128页 1.小事故
- 130页 2.吮手指
- 131页 3.什么都想摸
- 132页 4.令人厌烦的习惯（挖鼻孔、咬指甲等等）
- 134页 5.不愿意洗澡
- 136页 6.不愿上床睡觉
- 138页 7.尿床
- 140页 8.刷牙以及其他个人卫生问题
- 142页 9.具有攻击性的肢体动作
- 144页 10.欺凌弱小
- 146页 11.车内躁动
- 148页 12.动不动就哭
- 150页 13.坐立不安
- 152页 14.嫉妒
- 154页 15.没有礼貌

.....

章节摘录

版权页：73.上瘾(电话、电视、电子游戏、电脑)孩子为什么会这样?现在的孩子有很多接触电子设备的机会。

这些被动的娱乐方式是不用动脑子的、能够催眠的、让人放松的。

他们不需要去迎合任何人的命令或期待，而且也避免了外部世界无情的挑剔和评估。

至于电话，在特定的年龄阶段，朋友是他们的生活中心，而电话线就是联系他们的纽带。

合理的结果如果你的孩子违反了你所制订的使用规则，那么剥夺他们的使用权。

如果你的孩子在一个人使用电话、看电视和玩电脑一段时间后，变得任性而暴躁，那么剥夺他们的使用权一个星期。

如果他们在使用电话、电脑这些东西的过程中没有理会你的要求，也照此办理。

自我指引的解决方式制订一个清晰、合理的规则，告诉孩子什么时候可以看电视、打电话、玩电子游戏、使用电脑以及可以进行多长时间。

列清单，帮孩子找到不用机器娱乐自己的方式，列一张清单贴在冰箱上。

提问：“我们关于使用电话的规则是什么?你觉得为什么这些规则很重要?你现在应该怎么做?”提供选项：“你是想自己遵守使用任天堂游戏机的时限，还是把它放在我屋里，每次记录你的使用时间?”

使用客观的描述，提供信息：“你玩电子游戏的时间已经超过了限制，而你的家庭作业还没有完成。

无论如何9:30是要上床睡觉的。

”“户外活动对你的身心都有好处。

”及时表扬。

当你的孩子没用电子设备在玩时，观察到这一点：“我看到你用纸叠出了很漂亮的造型!这看上去很有意思。

你真有创意!”

<<为什么咱家孩子怎么管都管不住？>>

编辑推荐

(3~16岁) 男孩自制力速成手册。

孩子的自制力是所有好习惯、好品格的基础，越早培养效果越好。

读完本书，您不但能学到更多培养自制力的方法，还能直接对照其中88个经典问题场景，现学现用，立刻看到孩子的改变！

荣获Winner of Parent ' s Choice Award (家长评选大奖) NAPPA Gold Award (美国全国亲子出版物金奖) National Parenting Center Seal of Approval (美国全国亲子学习中心认可) 。

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>