

<<接纳孩子>>

图书基本信息

书名：<<接纳孩子>>

13位ISBN编号：9787807632658

10位ISBN编号：7807632658

出版时间：2009-5

出版时间：广西科学技术出版社

作者：小巫

页数：229

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>

<<接纳孩子>>

内容概要

从某种程度上说，父母的接纳，会奠定孩子一生的幸福！

《接纳孩子》以儿童安全感、自主意识、认知模式、社会交往、规则规范以及性意识为主题框架，详细论述了父母们最关心的诸多话题。

它深入贯彻“学习一种方法，必须明白其中道理”的主张，以家长所思所惑所求为主线一气呵成，真情地把孩子的天然气质和人性底蕴昭示于字里行间，提醒家长要正视孩子的这六大天性，学会接纳孩子。

书中的大部分问题和解答，是从小巫在《心理月刊》网站上《专家答疑》栏目里主持的《育儿》专栏，以及她为《父母世界》《妈咪宝贝》《都市主妇》等杂志撰写的专栏文章里挑选出来的，再经过扩充解答，已不仅仅针对当事人家长和孩子，还具备了更加广泛的意义和共性，可让更多的读者产生共鸣。

[点击免费阅读更多章节：接纳孩子](#)

<<接纳孩子>>

作者简介

小巫，美国Rutgers大学教育学硕士，国际母乳会哺乳辅导。
近年来致力于儿童发展、家长心理及亲子关系的研究和咨询工作，著有《让孩子做主》、《给孩子自由》、《和孩子划清界限》及《跟上孩子成长的脚步》等畅销书。
曾在全国各大城市举办育儿讲座，深受广大年轻父母的喜爱。
在

<<接纳孩子>>

书籍目录

接纳孩子

第一章 安全感，儿童生命发展的地基

分离焦虑来源于父母内心

“黏人”是儿童迈向独立的第一步

家庭成员之间的关系影响孩子安全感

“怕生”值得庆贺，“认生”不是错

儿童不宜离开父母寄读

都是寄宿的错

面对事业和分离

从成人那里找原因

婚内单亲母亲的困惑

降低行为标准，一切云开雾散

高标准严要求是安全感的死敌

为了减压会吃手

不要强迫孩子迎合成人

好胜心强的孩子缺乏安全感

孩子被迫去“偷”妈妈的爱

不要对着孩子表扬其他孩子

捍卫孩子的安全感

第二章 叛逆，儿童情商发展的过程

“不听话”是成长的表现

宝宝为什么会发脾气——认识儿童的“怒”

请留在他身边

尊重孩子的选择

宝宝怕医院，妈妈有对策

压力导致“退化”

负面情绪是成长必经之路

接纳孩子的负面情绪

遭遇秩序感

孩子懦弱的根源

孩子说“狠话”的背后

正视自己内心的恐惧

认识孩子的本性

叛逆是有独立意识的表现

暴力 权威

孩子的发展要顺其自然

让孩子做生活的主人

父母是什么样的人，孩子就是什么样的人

第三章 玩耍，儿童认知发展的途径

贪玩是儿童天性

对身体的探索是最基本的智力开发

花样翻新才玩得久

玩出好奇心

越玩越聪明

帮助宝宝建立自己的玩伴圈

<<接纳孩子>>

在玩中模仿有利于学习和成长
成年人在玩耍中扮演的角色
玩耍，能培养宝宝的社交能力
贪玩的宝宝个性乐观
自在玩耍更容易发展创意思维
会玩的孩子更容易独立
不必规定孩子玩什么
为了孩子的身心健康，请关掉电视和录音机
尊重孩子的意见
精神充实最重要

第四章 冲突，儿童社交能力发展的助手

小儿不会分享很正常
在群体接触中学分享
为何宝贝如此“没礼貌”
多接触才不认生
单亲的孩子更怕生吗
有些孩子天生内向
孩子有进攻行为在所难免
示范胜于批评
打破孩子的行为模式
不要给孩子贴上“爱打人”的标签
老师 社会
不要轻易为孩子换环境
内向的孩子尤其需要保护
家长不要流露出痛苦
让孩子自行解决与同伴之间的矛盾

第五章 规则，儿童健康发展的护卫

选择有规矩有原则的抚养人
树立规则从家里开始
慎用“time out”
在生活中调整
耐心地等一等
不必戳穿“假话”
不要过度认同孩子的痛苦
大人放开了，孩子才放得开
从明确疆界和原则入手
为孩子划立牢固的疆界
自信心来源于承担生活责任
让聪明的孩子自己管自己
让孩子感受爱
换一个角度来看，柳暗花明
好习惯的养成不在一朝一夕
让良好的亲子关系削弱网恋

第六章 性别，儿童与生俱来

怎样处理孩子吃奶摸生殖器的问题
智慧地面对宝宝的游戏
宝宝摸乳房没有性意味

<<接纳孩子>>

女孩子喜欢漂亮女生是在学做女人
不要跟儿子像情人那样吵架
关掉电视和电脑，跟孩子好好玩儿
儿童自慰行为很正常
恒定的慰藉物给孩子安全感
儿童恋物癖需要专业治疗
接纳同性恋的孩子
附：夜晚的闯入者

<<接纳孩子>>

章节摘录

第一章 安全感，儿童生命发展的地基 众所周知，盖房子需要先打地基。房子盖得越高，地基越要打得深而稳。

换句话说，地基坚固而牢靠，房子也会矗立得良久，不怕风吹雨打。

反之，如果地基不牢固，那么房子就会摇摇欲坠。

人的生命也需要牢固的地基才能健康持续地发展。

这个地基是在人出生之后头几年建筑起来，影响这个人一生的身心健康。

这个地基的名字叫做“安全感”。

理解安全感并不难。

就拿最基本的生活起居来说，我们必须知道脚下的土地是结实的，不会松动和坍塌，才敢放心地迈出脚步去走。

我们知道街道上熙熙攘攘人来人往，没有战乱没有暴动，我们没有生命危险，于是我们敢到外边去游玩办事。

这种安全感是存在我们脑后的，平常并不会浮现于意识层面，我们习以为常。

但是如果我们不知道这些最基本的安全系数，如果我们感觉脚下的路松松垮垮、随时可能塌陷，如果我们看到窗外乱七八糟、人们面目狰狞、争斗得你死我活，那我们绝对不敢迈步，不敢出门。

对于儿童来说，什么是安全感呢？

就是对世界对人间的基本信任。

儿童必须怀有这样的信念：“世界是可靠的，生活是美好的，父母（以及他人）是可信赖的。

”才能获得生存的动力、勇气和毅力。

安全感好的儿童内心坚信：“我是可爱的，我是被爱的，我的存在是有价值的，我有能力克服困难解决问题，我相信自己的判断。

” 儿童最初的安全感是从哪里来的呢？

它来自于养育者。

养育者（主要是母亲）对孩子需求的反应必须是及时的、可靠的、始终如一的、预料当中的，儿童才能认为这个世界是安全的、可靠的、善良的，同时儿童也在自我规范当中建立对自己的基本信任。

有了这两个基本信任，儿童才能感受到自己的生命是有意义的，自己的存在是有价值的，自己是可爱的、受到保护的，从而建立起生命的意志力。

给孩子安全感不仅要给予他们恰当的爱，也要给予孩子恰当的规则，他们才会觉得这个世界是坚实可靠的。

有安全感的孩子意味着：安全感充足，儿童才能发展自己，不会受到外界的左右和干扰，也不会遇见困难轻易放弃努力。

一旦确认他在这个世界上生存的意义和价值，儿童就可以继续发展自己，不会再浪费精力和时间去获得安全感。

没有安全感的孩子总是感觉到世界是有危险的、父母是不爱自己的，觉得会被父母抛弃。

他总是在想办法证明：父母是爱我的、他们会照料我、不会抛弃我。

父母怎样给孩子安全感呢？

有以下几件事情我们要做到： 1、长时间、高质量的陪伴，尤其是孩子入睡之前的陪伴。

2、不批评、责备、惩罚孩子，而是欣赏、鼓励、支持孩子。

3、不要挟、威胁孩子，不从身体和感情上抛弃孩子。

（不说“你不听话我就不喜欢你了！”

”或者“你不听话我就不要你了！”

”这样的话。

） 4、鼓励孩子独立，接纳孩子个性。

5、给孩子树立恰当的规则。

6、修炼自己，以身作则。

<<接纳孩子>>

事实上，父母的安全感好，孩子的安全感才充足。

父母相信自己、热爱生活、关爱他人、信任世界，孩子才能获得坚实的安全感。

怎样判断一个孩子安全感好不好呢？

首先，孩子与父母形成安全依恋的关系。

安全依恋的孩子不是没有分离焦虑，不是一下子独立不需要父母。

很小的孩子不在意父母去哪里了，妈妈走掉他都没反应，这不是安全感好，而是缺乏安全感的表现。

安全依恋的孩子在父母离开时会表现出焦虑，但不是生离死别那种绝望式的哭闹，他们会逐渐平息；在父母返回时他们会很乐意看到父母，跟父母亲热一番之后再松手去做自己的事情。

安全感稳固的儿童有以下特点：他们不随意冒险，不在马路上乱跑，每到一个陌生之处也不会一下子闯进去，而是沉稳地观察环境，慢慢地融入。

他们与父母的关系是依恋式独立，他们很自信，不怕犯错和失败，乐于分享与合作，不以竞争获胜或物质占有定义自身的价值，不怕不同意见，不刻意逢迎。

安全感缺乏的儿童则有以下表现：他们要么过度怯懦，要么胆大妄为，不顾自身安全。

他们要么过度粘人，要么过度独立；他们不愿意独立解决问题，而是依赖他人的帮助；他们迷恋物品，渴求物质满足，离开慰藉物就六神无主、寝食不安；他们不敢参与竞争，或者不能接受失败；他们不愿意接受不同意见，而是要求大家必须跟他意见统一。

安全感是人类儿童身体、情绪、认知发展的基础，没有安全感，其他的一切都好比空中楼阁，也许看上去很不错，但却缺乏根基，不堪一击。

分离焦虑来源于父母内心 我的宝贝现在1岁又1个月了，最近在我和他爸爸早上出门上班的时候明显的表现出焦虑不安，一定要我抱，不让放下，好像知道我们这一走就得晚上7点多才能回家似的。

今天早上也是这样，我本来抱着他，到时间要上班了，阿姨过来抱，宝贝就开始哭闹，我赶紧说“好吧，送爸爸妈妈上班吧，我抱你到外面去”。

我和他爸爸、阿姨一起到外面后我要他自己推车子（他现在在学走路，很喜欢推车子），他不要，还是不让我放下他。

阿姨要强制抱他过去，他就开始哭，爸爸赶紧抱过来说：“我们到花园去！”

这样他才趴在爸爸的肩头，一脸的幸福相。

到了花园爸爸要把他放下了，他又开始哭闹。

我原来觉得我宝贝的安全感应该建立得挺好的啊，从出生到现在，除了平时上班，其他时间都是和他在一起，连晚上睡觉也是我带。

周末阿姨带他出去玩的时候，他和我分开也没有闹。

现在看见宝贝这样依恋我，我心里很难过，觉着有些对不起他。

我们都是早上7点多走，一直到晚上7点多才到家啊，吃过饭，也就能和他玩一个小时，他就要睡觉了。

我很矛盾，不知是不是该辞职回家带他，这事一直让我很矛盾。

不知道你自己看出来没有？

来信最后一段话道出了问题的实质：“我很矛盾，不知是不是该辞职回家带他，这事一直让我很矛盾”。

一句话里出现两次“矛盾”，可见你内心挣扎有多厉害。

一岁左右的幼儿出现分离焦虑是正常的，这是他们情感和认知发育的一个里程碑，是必经阶段，是进步的表现。

在襁褓期，他们以为自己跟妈妈还是一体的，这种感觉一般延续到8个月左右，也就是孩子学会爬行的时候。

大部分孩子在8个月学会爬、1岁左右则学会走路，从身体上可以自行远离妈妈，也继而从心理上开始与妈妈分离，他们开始意识到自己和妈妈是不同的个体。

这种分离既带给他们兴奋，也带给他们恐惧和焦虑。

他们迫切地需要确认：无论离开多远，妈妈仍然是爱他的，会照料他、保护他。

<<接纳孩子>>

而这个时期，他们对时间的概念还很模糊，不能预见未来，他们往往认为暂时看不到的东西是不存在的。

而如果父母离开，宝宝会误以为爸爸妈妈会消失不再来，因此出现分离焦虑。

宝宝能否顺利地渡过这一阶段，则取决于家长的处理方式和态度。

任何家长都深知产假结束后开始上班的日子，跟宝宝道别是最令人揪心惆怅的时刻。

但是我们必须意识到，怎样做才是有利于宝宝成长的，而不能一味地宣泄自己的情绪。

如果爸爸妈妈欢快地与宝宝道别，说完再见后干脆地离去，宝宝在一开始肯定会哭闹，但是日复一日的道别仪式和父母畅快的态度，以及在一定时间之后父母肯定会重现，则向宝宝反复说明：分别虽然令人一时难过，却也不是什么痛断心肠的坏事。

宝宝也渐渐学会平静快乐地向父母道别，今后和自己依恋的人道别的场面还很多呢，这只是最初的练习而已。

然而，如果父母内心忍受不了跟宝宝暂时分离，告别时成年人比孩子还痛苦，更忍受不了孩子的哭闹，内心充满矛盾、愧疚、伤痛，那么宝宝也无法忍受这种分别，每每闹得跟生离死别一样。

孩子的状态往往是成年人内心状态的镜像，成年人内心是什么样子，孩子就会是什么样子。

成年人忍受不了与孩子暂时分离，孩子就会哭闹不停，因为哭闹满足了成年人内心的需求，给他们一个理由不跟孩子分开。

而在和孩子道别时，孩子的哭闹会撕裂成年人内心深藏的伤口，也许父母在幼年时经历过跟亲人分离的伤痛，甚至感受遭到遗弃，所以今天才会如此难以忍受和孩子的分离。

从来信看得出，你们夫妻俩特别心疼孩子，宝宝一哭，大家立刻想办法哄他，把一个简单的告别仪式一直拖延到花园里，还是依依不舍。

这不是安全感的问题，也不是宝宝分离焦虑的问题，而是父母舍不得跟孩子道别，孩子为了满足父母内心的需求，而表现得难分难解。

我相信你们走掉之后，宝宝跟阿姨玩儿得好着呢，跟刚才的表现有天壤之别（来信能够看出，阿姨也蛮好的，宝宝不肯跟父母分离，不是因为阿姨有什么问题）。

你觉得工作时间长，陪孩子的时间少，对不起孩子，内心充满矛盾，甚至恨不得辞职回家带孩子。

但是这里有一个问题：你对孩子的依恋超过孩子对你的依恋，即使你辞职回家，也并非意味着将来孩子能够和你正常分离。

也许你不打算让孩子离开你，但这是孩子的需求，他必须独立。

全职妈妈也有很多苦恼之处，对此你有没有充分的心理准备？

建议你先梳理清楚在分离这一事情上，哪些是你的情绪，哪些是孩子的情绪，把你的痛苦与孩子的感受划清界限，处理好了这一关，再考虑是否辞职回家。

<<接纳孩子>>

编辑推荐

1. 畅销书作者、著名家庭教育专家小巫的最新力作 2. 《接纳孩子》对中国众多父母教子的问题进行了系统地思考和总结, 结合案例理性分析, 得出了最适合中国父母亲培养杰出孩子的方法, 一看就懂、一学就会、一用就灵。

如果您已为人父母, 本书涉及到了不同年龄段孩子的六大行为问题, 让您总能找到为您孩子量身定做的那一部分。

其实, 孩子诸多问题的诱因均是心理问题所致, 您每天改变自己一点点, 接纳孩子一点点, 孩子会跟着拥有不一样的人生。

如果您已身为人师, 本书将帮助您洞察孩子的心理, 与离子快乐沟通, 有的放矢地给予孩子和家长切实有效的心理指导, 收到事半功倍的精神效益。

<<接纳孩子>>

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>