

图书基本信息

书名：<<我在日本当妈妈-百合的幸福教子秘笈>>

13位ISBN编号：9787535171566

10位ISBN编号：7535171567

出版时间：2012-2

出版时间：湖北教育出版社

作者：百合

页数：192

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>

## 内容概要

您了解日本的食育吗?知道如何通过食物培养孩子的好性格吗?

您听说过日本的耐寒教育吗?在日本的公立小学,是不允许父母开车接送孩子上学放学的,您知道为什么吗?

您听说过住育吗?知道如何通过房间布置让孩子更爱学习吗?

您知道孩子为什么要说谎和爱发脾气吗?悦纳孩子,您做到了吗?

全职妈妈和隔代抚养的困惑,您遇到过吗?在日本又是如何通过亲子洗浴直面早期性教育的,您听说过吗?

总之,本书将是你了解日本先进和独特教育理念的一扇窗。

书中在向大家介绍日本家庭教育和学校教育的先进理念和独特方式时,也不忘结合中国国情,给中国的父母提供了许多可供借鉴的教子方式。

作者百合教你如何用心和技巧,让爱和尊重循循善诱地走入孩子的内心,让孩子真正拥有当下的幸福和成功的未来。

## 作者简介

百合，两个孩子的妈妈，目前在日本公立高中教汉语。  
毕业于国内大学的英美文学专业，在大专和外语学校担任过英语教师。  
2003年随丈夫赴日定居，现居九州。  
在日本当过6年全职妈妈，照顾孩子之余曾在日本的育儿支援机构爱育班担任过委员，支援其他母亲的育儿活动。  
并在《妈妈宝宝》《为了孩子》《亲子》《幼儿教育》《人之初》《聪明宝宝》《孩子》《家庭教育导读》《大东方cookie world》《生命时报》《家教》等育儿与家教类报刊杂志上发表文章多篇。

作者还为新浪育儿知名博主，其在新浪网开设的博客受到网友广泛持续的关注和喜爱，所写博文每每都被新浪育儿首页推荐。

书籍目录

篇章一 幸福教子从食育开始

- 1 食育, 为孩子一生的健康奠基
- 2 如何让孩子爱上吃饭
- 3 饭桌上的快乐早教
- 4 父母容易忽视的饮食误区
- 5 不偏食的孩子会更幸福
- 6 通过食物培养孩子的好性格
- 7 零食是孩子的好朋友
- 8 日本妈妈的爱心便当

篇章二 培养孩子的良好品格

- 1 孩子更需要尊重
- 2 鼓励孩子从挑战中培养自信心
- 3 负责任是一种重要的生活能力
- 4 爱做家务的乖孩子
- 5 小宠物的大意义
- 6 敢做悬崖上凛凛开放的花
- 7 只教孩子诚实的说“ Yes ” 或“ NO ” 是不够的
- 8 好的习惯是孩子一生的财富
- 9 孩子的“财商”从小培养
- 10 再给旧袜子一次机会吧
- 11 日本幼儿园和小学的安全教育
- 12 亲历日本的“耐寒”教育
- 13 张开双臂拥抱失败
- 14 礼仪是通往全世界的通行证

篇章三 让孩子成为爱学习的天使

- 1 亲子阅读是爱上阅读的最佳起点
- 2 让孩子养成阅读习惯的小技巧
- 3 和孩子一起享受游戏的乐趣
- 4 如何让孩子爱上学习
- 5 通过房间布置让孩子更爱学习
- 6 如何辅导孩子写作业
- 7 爱报纸的孩子一定聪明
- 8 让孩子学音乐是学什么
- 9 一切皆教材
- 10 大自然是孩子的好老师

篇章四 父母的悦纳, 尊定孩子一生的幸福

- 1 称赞让孩子更明亮
- 2 这样的批评让孩子更上进
- 3 善于说话的人首先是善于倾听的人

.....

篇章五 温馨和睦的家庭是给孩子最好的礼物

后记

章节摘录

饭桌礼仪折射出文化和教养 饭桌礼仪在世界上大多数国家都存在，我们在日常吃饭的时候也是一边注意饭桌礼仪一边用餐。

特别是在国际交流的时候如果对对方国家的饭桌礼仪不加以注意会给对方带来不快的印象，因此饭桌礼仪不是可有可无的东西，尊重和遵守礼仪就是尊重该国家和地区的文化。

即使无法教给孩子具体的礼仪，礼仪的重要性以及对礼仪的尊重一定要教给他。

懂得饭桌礼仪的人不一定有好的教养，但有良好教养的人应该懂得一定的饭桌礼仪，至少在不懂的时候能够虚心的请教和认真的学习模仿，不卑微自己也不让别人难堪。

西方和日本某些大企业常常在西餐厅里举行面试，通过吃礼仪最繁琐的法式料理，观察面试者的举止，在谈话过程中判断其家庭教养和文化程度。

在一些东方国家，能够正确和优雅的使用筷子反映了一个人的基本教养。

在日本，某些著名企业和一些升学考试的严格面试中考官甚至会通过考查面试者使用筷子的方法来判断其家庭教养。

在日本的大城市里，要想考入某些门槛高的幼儿园和小学，饭桌礼仪也是考查项目之一。

由此可见社会对饭桌礼仪的重视只有上升而没有下降的趋势。

人的教养就是在日常生活中一点一滴的逐渐渗透到身体里去的，不可能在短时间内一下子得到改变。

饭桌礼仪并不是孩子长大后就能够自然学会，一个坏习惯要改起来却很难，因此对孩子的礼仪教育就始于饭桌。

从孩子能够独自坐的时候就可以让他学习用儿童椅，大人调节桌椅的高度让孩子愿意并舒服的坐下来。

让孩子学习饭桌礼仪首先应该让他明白吃饭和玩是两码事，吃饭前要关掉电视，收拾好玩具。

自己端端正正地在椅子上坐好。

在日本，全家人会一起合掌说“我吃了”作为开饭的示意，在中国的饭桌上虽然没有明显的语言或者动作信号，但往往全家人都坐好了，一家之主动筷子就是一起吃饭的信号，这是孩子应该学习的最基本的饭桌礼仪，没有大人的允许不能在客人面前先动筷子。

大人也要和孩子一起坐下来进餐，餐具、餐巾纸和其他一些必要的东西最好在饭前都准备完毕，吃饭过程中大人尽量不要离座。

如果宝宝不愿意自己坐，可以在旁边的椅子上摆上他喜欢的玩具让他安心。

让孩子从小养成坐下和大人一起吃饭的习惯，坚决不追着喂。

日本幼儿园的孩子吃午饭时要在饭菜下垫一块长方形的午餐垫，练习在上面吃饭尽量不洒，弄脏后妈妈就会换一块干净的带去幼儿园。

有的家庭在用餐时也用餐垫或者托盘，都是为了提醒自己吃饭的时候要谨慎一些。

在日本，饭桌上可以交流但绝对不可以喧哗，想开口必须等咽下食物以后，非说话不可的时候应用手轻掩一下。

厨房是个奇妙的世界 孩子们从1岁起对厨房里的东西似乎比自己的玩具更要感兴趣。

我家厨房里只要是让孩子摸的材料她们全都摸过，米缸里的大米沙啦啦的玩起来容易让人忘乎所以，我要看着她们不要洒出来。

绿豆和黄豆装在塑料瓶里就变成了乐器，手制乐器带来的快乐会超过真正的乐器。

我做面食的时候会给她们一块面让她们和我一起面板上“玩耍”。

收拾鱼的时候，孩子们摸一下滑溜溜的鱼然后惊喜地尖叫着跑开。

我剖开鱼肚给她们看里面的鱼籽和鱼鳔，让她们看浸在盐水里的贝壳慢慢吐出“舌头”，请她们帮助我剥虾壳。

上山挖了春笋，孩子们剥掉它们一层层的“衣服”。

蔬菜在削皮和去根之前我都会给孩子们看原本的样子。

由于现在商品加工得越来越精细，生活越来越方便，现在的孩子接触农畜和水产品的机会越来越少，

很多孩子成年后都不知道盘中食物的原本样子，更不知道它们是从哪里来的，家长应该尽可能的多传授给孩子这些最基本的生活知识，让他们尽量从多种渠道接触。

一同下厨促进亲于交流 很多家长抱怨工作太忙没有时间和孩子做亲子游戏，其实和孩子一起做饭就是非常实用的亲子游戏。

孩子到了3岁左右，就可以试着和他一起下厨房了。

我给孩子们用布头做了围裙，让她们和我一样正式着装上岗。

适合孩子做的比较简单的工作有剥皮、搅拌、和面、择菜等等，只要是安全和力所能及的事情就都可以放心叫她们去做。

我的孩子们从两岁起就学着剥煮鸡蛋壳，剥豆荚，3岁开始用儿童专用的刀切豆腐和蔬菜，4岁以后学会了打鸡蛋、包饺子和卷寿司，几乎没有孩子不喜欢这些工作。

P9-10

## 后记

非常感谢各位朋友抽出宝贵的时间来读我的书。

我花了约1年时间在照顾家庭以及工作的余暇里零零碎碎地写下了这本书，我在这本书里谈到的不只是日本此刻育儿和家教方面一些普遍的做法和智慧，还包括很多个人感悟。

我从零开始做过6年全职妈妈，经历了独自育儿的艰辛，也接受过很多妈妈朋友的帮助和指教；我与孩子们一起在5年间经历了两所幼儿园以及小学，接触到了不同幼儿园以及学校的做法；我还做过爱育班的委员协助其他妈妈育儿，和很多妈妈及孩子打过交道；此外，我还把目光投向了欧洲以及北美的育儿方法以及理念，最终逐渐摸索出了现在的育儿和教育方案，并且还在不断的调整和改善中。

没有几个人从一开始就会做父母，大家都是逐渐的接受和融入这个角色。我们必须以比孩子更快的速度成长，努力跟上他的成长步伐，在他需要的时候用积累的智慧给予他最恰当的建议以及帮助。

育儿是一个不会立刻呈现结果的过程，也没有标准的答案和统一的终点。

不知道怎么妥善解决孩子不断带来的新问题再自然不过，不需要责怪自己也不需要改变，但一定要保持自己的头脑能够接受新的思想，寻求可能解决问题的更多选择。

在遇到难题的时候想想每个孩子都会长大，我们也都有过小时候。

将自己与孩子换位，在这种情况下希望大人如何对待自己。

有时最好的解决方法就自然而然的出来了。

如果相信某个方法是正确有效的，就要耐心的坚持做下去，总有一天你的努力会得到回报。

我在日本见过很多美丽的樱花树，樱花开放时灿烂如霞，让人如痴如醉。

可是我也见过一株最丑的樱花树，在那个城市住到第三年的春天，邻居家院子里的--一棵树上开出了淡粉色的樱花。

花开得稀稀落落，又没有叶子陪衬和遮掩，被雨淋过就像是秃头上的疖子。

樱花很快就凋零了，我叹息一番之后也就忘记了它。

谁知有一天突然发现了闪烁在树间的红润饱满的红玛瑙，那不正是美味的樱桃吗？

我立刻就想揽它入怀了。

樱桃树的存在不是为了取悦别人，而是静静的顺应自然和内心在成长。

它的花难看是因为它的价值还没有到展现的时候。

我把它当成是丑陋的樱花是出于自己的见识短浅。

我们一样都是门外汉，预料不出我们的孩子到底是樱花还是樱桃，要做的就是精心的照顾它，让它健康的成长。

无论最后结局是哪一个，都自有它的动人之处。

我5岁的时候失去了母亲。

在我的成长过程中，除了亲人以外，教师、朋友、邻居甚至陌生人都给过我很多的温暖和帮助。

虽然我还没有来得及向他们报恩甚至道谢就离开了中国，但是他们给我的温暖都清晰的刻在脑海里，给我的爱都流淌在血液里。

尽管我们不一定能够直接收到自己的付出带来的回报，但是爱是流动的，爱不光可以传递给自己的孩子，亲人和朋友，也可以给陌生人。

教育自己的孩子，希望他德才兼备，想给他一个宜于居住的幸福环境，同时也要给别人的孩子。

因为幸福是每一个人自呱呱坠地起就拥有的权利。

只有家庭、学校和社会共同努力，才能创造出让每一个孩子都感到幸福与和谐的环境。

我没有征得女儿们的同意就私自引用了，很多她们的事情在书里（这一点我深感抱歉），也因为写书而少做了很多家庭的工作。

在这里感谢女儿们的协力和老公的宽容，感谢编辑老师的伯乐之恩，也感谢在我成长过程中所有关心过和帮助过我的人。

我用尽自己微弱的全部力量写下这本书，希望能够缓解一部分家长在育儿方面的焦虑和孤独，给国内的父母和教师在教育孩子时一点参考，更希望有更多的人来关心教育和社会。

如果能够达到此目的，就是我为这本书的最大收获了。

愿和所有的父母一同加油。

百合 2011年秋于日本九州



媒体关注与评论

百合女士将自己的育儿感悟结合日本的家庭教育理念与实践亲切自然地娓娓道来，博得了国内外数以万计的读者的拥戴，也让我深受感动并引起思考。

提高我国人口素质的工作需要教育、卫生和体育等部门的通力协作，这得到了全社会的广泛认同。相比之下家庭教育的作用与方式方法尚未被国人所重视，相关理论与实践的研究甚少，这也是众多家长感到困惑的难题。

《我在日本当妈妈》一书的出版发行弥补了这方面的缺憾。

感谢百合女士从家庭教育方面为提高我国人口素质所做的贡献。

——裴丽君

编辑推荐

百合编著的《我在日本当妈妈》内容介绍：没有几个人从一开始就会做父母，大家都是逐渐的接受和融入这个角色。

我们必须以比孩子更快的速度成长，努力跟上他的成长步伐，在他需要的时候用积累的智慧给予他最恰当的建议以及帮助。

育儿是一个不会立刻呈现结果的过程，也没有标准的答案和统一的终点。

不知道怎么妥善解决孩子不断带来的新问题再自然不过，不需要责怪自己也不需要改变，但一定要保持自己的头脑能够接受新的思想，寻求可能解决问题的更多选择。

在遇到难题的时候想想每个孩子都会长大，我们也都有过小时候。

将自己与孩子换位，在这种情况下希望大人如何对待自己。

有时最好的解决方法就自然而然的出来了。

如果相信某个方法是正确有效的，就要耐心的坚持做下去，总有一天你的努力会得到回报。

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>