第一图书网, tushu007.com

<<九步，走进孩子的心>>

图书基本信息

书名：<<九步，走进孩子的心>>

13位ISBN编号：9787561777251

10位ISBN编号：7561777256

出版时间：2010-8

出版时间：华东师范大学出版社

作者：夕子

页数：194

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

前言

我确信人的心灵是可以不受身体的约束自由发展的，而真正的快乐也是来源于心灵的进步和满足，而不仅是身体所能感受到的那些饱暖舒适。
左右我们的情绪和行为的，不是真正的生活处境，而是我们自己对这个处境所作出的解释。
对生活作出什么样的解释，则取决于我们养成了一颗什么样的心，拥有什么样的心灵世界。
所以，我们的身体是活在这个世界上，可同时，我们更是活在自己的心灵世界里。
孩子也一样。
从出生开始，在他的小身躯里层层包裹着的那颗心，就开始收集一切的信息，由简单到复杂地建构自己的心灵世界。
我们整日生活在孩子身边，看得见孩子身体的成长，有时候却对孩子心灵的发展熟视无睹；我们能把孩子的生活照顾得无微不至，按时做饭，而且亲手把饭送到孩子嘴里，却不知道如何观察和照顾孩子的心灵。
只要他一咳嗽、打喷嚏，哪怕吃饭打个嗝，我们都一阵紧张，动不动就请假去医院；可是，如果孩子早上起来心情低落，不想上学（幼儿园），我们就会说：那怎么行？
太任性了！
实际上，我们重视身体更甚于关注心灵，对我们自己是这样，对孩子也是一样。
所以在培养孩子方面，我们总是走不出这个误区：我们为孩子尽心竭力，孩子却不知道感恩；虽然我们和孩子吃住都在一起，可彼此的心却明显地沿着不同的方向前进，直到最后，互相都再也看不见，再也不能理解。
为什么会这样呢？
怎样才能避免这样的结局呢？
这正是这本书要探讨的问题。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

0～6岁的孩子生活在魔幻世界中，这不但是一个令人兴奋的世界，有时还是一个令人毛骨悚然的世界……于是，我们经常会发现孩子出现莫名其妙的恐惧或令人费解的行为……只有了解孩子的心理，才能正确理解、处理孩子在每个发展阶段所面临的问题，培养具有健康人格的孩子。
本书为数千万名家长了解孩子的心理，正确理解、处理孩子在每个发展阶段所面临的问题，培养心理健康的孩子提供了支持和指导。

<<九步，走进孩子的心>>

书籍目录

第一步 怀孕：0岁孩子妈妈开始充满激情的心灵建设 敏感的妈妈能够在第一时间知道自己怀孕 小测试：你有多敏感? 最好早知道：亲子关系从受孕的那一刻开始 最好早知道：奇怪的梦不奇怪 经验之谈：怀孕让人心烦意乱——应对初期的情绪反应 母性来源于孩子 臻最好早知道：孕期养宠物可以吗? 做点什么好呢? 最好早知道：情绪决定健康 安闲地感受到孩子的胎动 科学新知：配合胎动建立积极的母子关系 有胎动就可以进行抚摸胎教了 跟着身体的感觉走 最好早知道：营养和保健要顺其自然 爱和恨都会遗传 科学新知：快乐的多巴胺 给他起个好名字 为孩子准备应有的一切 经验之谈：沉着安定的心态是最佳的准备第二步 0-1岁孩子的新妈妈：做一个身心安定的母亲 分娩令人身心憔悴 最好早知道：孩子的“出生恐惧” 好想哭 最好早知道：产后抑郁症 孩子长得惊人地快 最好早知道：心灵世界需要重新启动 谁也不能忽视我作为母亲的权利 科学新知：听懂婴儿的语言 我不上班不行吗? 经验之谈：生活不安定是因为心不安定 断奶很顺利 攀科学新知：适当地延长哺乳期可以帮助孩子更好地适应环境 断奶一定要循序渐进 离开孩子我坐卧不宁 最好早知道：慎重对待分离焦虑 孩子一周岁了 科学新知：孩子1岁以后开始独立 七嘴八舌让我失去主张 最好早知道：如何养育孩子是夫妻之间心灵是否相通的 第一次真正的全面考验 孩子能说那么长的句子了……第三步 吃饭是个大难题 第四步 自然教育实验法第五步 当妈妈不如意时第六步 教育一个人说了算第七步 是大人伤害了纯洁的心第八步 越能干越自由第九步 献给两个孩子的母亲

章节摘录

你的心灵有多敏感？
心灵极度敏感的女人会在受孕的瞬间就知道，她敏感的心好像目睹身体内的一切变化，这样的人在人群中的比例不到5%。
稍晚一些的也会在之后的几天内就经历莫名其妙的情绪变化。
会有阵发的兴奋，就像喝多了咖啡或者喝多了啤酒。
又好像没那么严重，只是有想说或者想吃的冲动；也会有阵发的悲哀突然来袭，顿时一切兴味索然，刚才还兴致勃勃地谈论着双休日的登山计划，这会儿突然想趴在床上静静地想会儿、哭会儿。
这样折腾几天，她终于意识到问题的根源可能在哪儿了。
任性、崇尚自由自在是这一类女人的天性，她们在人群中大概占10%-15%。
当然，绝大部分的女人，心理上仅仅是有微小的波动，而且她平时又不怎么在意自己心理世界的变化，心智被外在的世界吸引并掌控着，物喜物悲，所以她是不能及时接收心理世界的变化信号的，但是她能够凭借女人本能的细心及时发现身体给出的变化信号，比如：几天之后的某个时刻，下腹部会突然刺痛一下（或一小阵）；内裤上出现褐色异常污迹；再过几天，乳房莫名其妙有发胀的感觉，乳头周围还有阵发的刺痛；接下来，嗅觉出现异常，原来能忍受的烟味、垃圾臭味，突然忍无可忍，令人作呕；食欲也跟着起伏不定，开始像小孩子一样，挑着吃才舒服……当然，所有的信号里面最明显最具有标志性意义的是：月经没有如期到来。
她们到这个时候才意识到自己可能怀孕，然后还要去医院做检验，让科学的力量证实自己的推测。
这样的人占70%。

<<九步，走进孩子的心>>

编辑推荐

《九步,走进孩子的心(0-6岁,妈妈的心理辅导书)》：九步，走进孩子的心。
当你成为新妈妈的时候，欣喜和焦虑相交织。
来看看你可能遇到的疑惑，来看看《九步,走进孩子的心(0-6岁,妈妈的心理辅导书)》给你的解答。
新手妈妈12问：·我怀孕了吗?·如何应对孕早期情绪反应?·孕期可以养宠物吗?·分娩可怕吗?·要买什么东西呢?·宝宝生病了，我该怎么办?·该全职在家带孩子，还是该上班挣钱?·宝宝断奶期，该怎么平复焦躁呢?·吃饭是个大难题，该怎么办?·当妈妈不如意时，控制不住发怒该怎么办?·夫妻为教育孩子有了矛盾该怎么办?·该怎么引导孩子自我意识?快乐的养育孩子，让孩子快乐，让妈妈的心更贴近孩子!

第一图书网, tushu007.com

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