

<<做个80后好家长>>

图书基本信息

书名：<<做个80后好家长>>

13位ISBN编号：9787121116056

10位ISBN编号：7121116057

出版时间：2010-9

出版时间：电子工业出版社

作者：东子

页数：311

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>

<<做个80后好家长>>

前言

当把孩子带到这个世界上，我们就多了一个角色——“父亲”或“母亲”，当然，还有一个共同的称谓——“家长”。

家长的角色赋予了我们很多义务和责任。

每个小天使的到来，我们做父母的都应该为这个小生命负责，既然我们将他（她）带到了人间，就应该尽我们所能给予他（她）幸福的家庭和美好的生活，这是为人父母的职责所在。

家长不仅仅是孩子的第一任老师，而且是终生的老师。

对一些成功人士的调查表明：对其一生长成发展影响最大的人，不是儿时的老师，也不是工作后的领导，而是自己的父母，即家长。

同样，对形形色色的犯人的调查也表明：对其一生思想意识及行为习惯影响最大，并最终导致其犯罪的也是家长。

家庭是每个人走向社会的窗口，家庭环境和家长对子女的教育方式是影响个体发展的重要因素，尤其是幼儿阶段，因为此时是人的生理、心理发展的关键时期。

家长应为孩子成长提供必要的物质和精神条件，给予孩子必需的保护、照顾和良好的教育，为孩子一生的发展奠定好基础，这样孩子才会身心健康地成长。

然而，在我国，很多家长缺乏科学的育儿教子经验，重养、重教但不善养、不会教的现象非常普遍，尤其是一些新手家长——80后家长。

当前，80后家长面临三大教子困惑。

1.心理准备不足：很多80后家长认为自己还是孩子，对于怎么带孩子一脸茫然，没有足够的心理准备就做了家长，使他们困惑不已；2.不愿教子：疲于打拼的80后家长普遍忙于就业、生存及发展，客观上没时间，主观上不情愿，于是把孩子推给了父母，而“隔代教育”给孩子成长带来了诸多弊端；3.不会教子：虽然也有些80后家长情愿自己教子，可由于既缺乏经验又不得法，所以尽管为此付出了很多辛劳，但却得不到应有的成效。

因此，做个好家长，养育并教育好孩子，这个在60后、70后们看来不是问题的问题，如今却变成了许多80后年轻家长的困扰。

80后家长大多是独生子女一代，很多人是迫于父母抱孙子的压力而选择生孩子的，因此他们觉得孩子是给老一辈生的，对带孩子的艰辛缺少必要的心理准备。

26岁的侄女莉莉十几天前生下了宝宝，现在正在“坐月子”，尽管家里给她雇了月嫂，一切事情都不用她动手做，可给宝宝喂奶她必须亲力亲为。

莉莉对前来看望她的闺蜜抱怨说：“我真的坚持不下去了。

宝宝一要吃奶我就得喂，不管什么时候，一天要喂十多次。

喂奶的时候还要挑他最舒服的姿势，我的手现在已经很疼了，腰也疼，真受罪。

自从怀孕后，我好像就没有自我了，干什么都要想着‘对孩子好不好’。

听说要喂一年的奶，天哪，我怎么受得了呢？

难道做了妈妈就要完全牺牲自己吗？

”东子在一个论坛上还看到了一位年轻妈妈的求助帖：孩子已经快满周岁了，但孩子的出生没有给我带来快乐，相反，我非常讨厌自己的宝宝，觉得他的到来抢走了老公对我的爱及和我相处的时间……

虽然觉得自己的行为很不妥，但是对孩子就是爱不起来。

苦恼的妈妈只能无奈地在网络上寻求解决之道。

想不到，这位妈妈的帖子引起了很多年轻妈妈的共鸣，而这些妈妈普遍都是80后的年轻人。

不得不承认，由于从小就是独生子女且受尽家人的关爱，很多80后家长其实在心理上还没有长大。

生下孩子后，不知道怎么带，只好请保姆，托父母；也不知道怎么教育孩子才合适，只好靠看书、上网寻求良方。

上面说的似乎都是80后家长的缺点，其实80后家长也有很多优点，比如文化水平高，善于学习，讲究科学育儿、科学教子等。

由于自身得到的家庭教育存在诸多误区，而且对当今社会激烈的竞争有着切身的体会，所以80后家长

<<做个80后好家长>>

对于家庭教育有更直接的认识，更加重视学习知识。

80后家长大多都接受了高等教育，收入也不错。

一些时尚的80后家长，为孩子的物质生活和精神生活狂热投资。

曾经为各种时髦消费品大把花钱而不惜成为“月光族”的他们，如今大把往孩子身上堆钱，一边嚷嚷“要给孩子最好的”，一边抱怨“如今的孩子真是养不起”。

其实，只要方法得当，少花钱也一样可以养育健康、快乐、优秀的孩子。

减少对孩子的金钱投资不但无损于孩子的幸福，还可以锻炼孩子，同时减轻自己的经济压力，可谓一举三得。

具备了物质和精神的基础，80后家长一般更容易接受新鲜事物和观念，在育儿和教子方面自然更时尚，对孩子讲民主，认为应该对孩子的每个要求给予充分的尊重和认同，不忍心拒绝孩子哪怕不合理的要求，不去表达自己对孩子无理要求的不快，认为这样可以给孩子营造宽松、民主的教养环境。

相对于我们以前的粗暴对待加棍棒教育，从理念上讲，这自然是一种进步。

但是也要知道，“过犹则不及”，没有原则的“民主”是对孩子一味的纵容，同样不利于孩子的身心发展。

世界上比较发达的国家都很重视家庭教育，他们的共识是只有高素质的家长才有高素质的孩子，有了高素质的下一代，才会有全体国民整体素质的提高。

家长的教育态度对孩子性格的形成和发展，有着巨大的直接影响，尤其是幼儿期间。

家长作为家庭教育的主要实施者，其自身素养决定着孩子的前程。

走在街上，我们常常一眼就能辨认出母子或者父子。

因为除了外貌上的相似，一个人的言谈举止、行为习惯等都会潜移默化地受到父母的影响。

生活在一起久了，很多习惯，甚至说话神态、表情和声调都会出现相似的地方。

这就是耳濡目染的结果。

我们都期望自己的孩子成为让人羡慕的好孩子，并为此付出了很多努力，但往往却收效甚微。

是什么原因呢？

当然是家长做得还不够好。

因此，要想有个好孩子，我们就得先做个好家长。

好孩子的标准，在此就不赘述了，大家的看法几乎是一致的。

而好家长则不同了，那么什么样的家长才算得上是一个好家长呢？

当然，好家长是没有统一标准的。

但是，在孕育孩子时，你就开始爱他；在孩子弱小时，你守护他；在孩子需要你时，你在他身边；在孩子失落时，你鼓励他；在孩子犯错误时，你不马上责备批评他，而是耐心地与其沟通；在孩子迷茫时，你引导他、帮助他；在孩子做事时，你赞赏和认可他；在孩子获得成功时，你与他分享成功的喜悦……这就可以了。

没有人天生就是好家长。

成为父母不能让80后立刻成熟，但他们却毫无疑问地在慢慢成长。

80后爸爸妈妈带着未脱的稚气，喜欢流行音乐，喜欢网络，有的还崇尚“非主流”，但随着小生命的降临，通过学习，与孩子一同成长，他们将不再迷茫。

他们可能以前是“月光族”，但随着年龄的增长、阅历的增加，他们定会意识到肩上的责任。

要想做个合格的家长，首先，要能吃苦耐劳，勇于承担责任，要多了解孩子，在忙于工作和娱乐的同时，不要将孩子只是扔给父母和保姆。

其次，不要溺爱孩子，不要有了孩子就失去自我，不要有了孩子就忘记一切，不要做“孩奴”，要多学习家教理论，研究探讨教子方法，而且还要与孩子多沟通，多陪孩子说话，这对孩子的语言发展和心理健康都是很有必要的。

如果你是一个能坚持陪孩子锻炼身体、陪孩子玩；一个能够控制自己的烦躁情绪，拥有幽默感；一个注重自身素质发展，给孩子养成良好的品德习惯；一个能客观公正地看待孩子，理性地面对孩子；一个具有开放的心态、宽广的胸怀；一个能经常与孩子换位思考，做到理解、尊重、信任孩子的爸爸或妈妈，那么你一定将收获一个好孩子！

<<做个80后好家长>>

如此，你也就是一个好家长了。

每一位家长都有很多事要做，工作、学习、娱乐、对老人尽孝、教育孩子等。

不工作没有饭吃，不学习赶不上社会的进步，有可能下岗，不对父母尽孝怕失去机会，但不研究对孩子的教育，同样会错过最佳教子期。

对孩子幼年的教育好比江河的源头，只需稍微用一点力就可以改变流向；如果形成江河以后，再改变它，则是非常困难的。

作为80后新家长，无论出于什么原因，我们都不该推卸育儿教子之责。

要做一个自立成熟的家长，努力承担起育儿之责；做一个有进取精神的家长，给孩子积极向上的影响；做一个身体力行的家长，给孩子以榜样的力量；做一个不娇惯溺爱孩子的家长，为孩子插上坚硬的翅膀；做一个能科学教子、会因材施教的家长，为孩子的成长开辟一方晴朗的天空，让孩子飞得更高更远……愿80后家长与孩子一同成长！

<<做个80后好家长>>

内容概要

身为80后的你，是否提起生孩子就一脸茫然，不知道孕前要做些什么准备？

是否对着襁褓中哇哇大哭的孩子不知所措？

是否为教育孩子而发愁？

如果你的回答是“是”，那么就赶快拿起本书看看吧！

本书由著名家庭教育专家、心理专家东子结合多年对家庭教育，尤其是对80后新家长的家庭教育研究的体会，及自己的成功教子经验，专门为80后家长量身打造，不但提供教育理论，更重要的是给出了许多简单、实用的操作办法，使新手父母不仅能立刻获得许多有效的经验，而且使其教育观念也随之改变。

本书内容全面，从孕前准备、育儿到家庭教育面面俱到，堪称80后家长的育儿教子一本通。

让我们一起跟着东子老师学做一个好家长吧！

<<做个80后好家长>>

作者简介

东子，原名范景宇，“父亲教育”和“快乐教育”的积极倡导者和践行者，现居长春，从事教育与写作，兼任中国教育学会家庭教育委员会理事、团中央青少年研究人才库专家、全国妇联家庭教育专家团专家等多种社会职务。

从事青少年心理咨询和家庭教育研究20年来，出版《好爸

<<做个80后好家长>>

书籍目录

序 有好家长才有好孩子第一章 80后家长~心理准备早做好 夫妻磨合好是要孩子的第一要件 经济收入要能应付养育孩子 夫妻对是否生育孩子要达成共识 对孩子到来80后的生活要有充分的了解 要能够担当起做父母的重任第二章 80后家长~孕前准备不可少 孕前,小夫妻要做身体检查 要拥有现代的优生理念 要学会缓解各种压力 要保持良好的生活方式 要坦然迎接妊娠期间的各种挑战 怀孕前的营养不容忽视 孕前保健很重要 防护辐射要记牢第三章 80后家长~幼童养好身体健 要关注宝宝的生长发育 婴幼儿成长的主要任务是长身体 宝宝健康,才能全家幸福 要搞好宝宝的养育与护理 宝宝常见病的家庭识别及处理方法 母乳喂养一定要坚持 吃好饭孩子才能长得壮 睡好觉孩子才能长得高 要多带孩子去锻炼身体 让孩子迈开自己那双小腿 家长必知:宝宝安全备忘录第四章 80后家长~幼儿玩耍心智高 玩耍对宝宝成长意义非凡 儿童应按“儿童的方式”生活 宝宝在玩耍中学习知识 宝宝独自玩耍好处多 宝宝玩耍,需要同龄伙伴 宝宝最好的玩伴是爸爸妈妈 不花钱照样玩得很开心 要引导孩子玩得更多彩 会玩+能玩+善玩=创造力 启蒙教育重在心智培养 玩好了,将来才能学得好第五章 80后家长~孩子人格很重要 自卑的孩子难以适应未来 自信是人生重要的精神支柱 乐观性格决定孩子的人生成败 坚强不是长大80后突然学会的 对胆小的孩子千万不可小视 教孩子学会控制欲望,把握自己第六章 80后家长~孩子品质不能丢 宽容的孩子有未来 感恩的孩子最可爱 善良的孩子最美丽 劳动习惯要从小培养 节俭并不是“小家子气” 教孩子做诚实守信的人第七章 80后家长~孩子自立必须有 生活自理是孩子必学的一门课 不要做孩子的“保姆” 放开牵着孩子的那只手 肯定与鼓励是一把金钥匙 给孩子创造自己解决问题的机会第八章 80后家长~不可盲目做早教 早教其实并不是越早越好 儿童过早读写弊病有很多 过早学外语对孩子成长不利 幼教“小学化”对孩子危害不浅 不要急着让孩子考级考证 要摒弃“神童化”教育第九章 80后家长~娇惯溺爱要不得 娇惯迁就的爱是害 过度保护等于剥夺孩子的能力 无原则满足对孩子贻害无穷 小孩子不可刁蛮无理第十章 80后家长~耐心细心要记牢 养育孩子要细心 教育孩子要耐心 粗心大意要不得 打骂恐吓要摒弃 呵护心灵不能忘第十一章 80后家长~身教榜样育儿郎 孩子这面镜子能照出家长的模样 家长要“处无为之事,行不言之教” 身教的根本是以身作则 要给孩子树立一个良好、端正的榜样 对孩子的承诺不要变成“空头支票”第十二章 80后家长~隔代教育弊端多 重“养”轻“教” 过分溺爱,管教不严 观念落80后,方法陈旧 孩子成长环境封闭 孩子缺乏来自父母的情感第十三章 80后家长~科学教子出英才 对孩子的期望要把握好“度” 不要急着告诉孩子答案 给孩子自己选择的机会 要经常给孩子积极的暗示 有知足的家长才有快乐的孩子

<<做个80后好家长>>

章节摘录

1.不要急于去陪伴孩子。

家长要学会适当克制自己，不要一听到孩子醒来的声音就像离弦的箭一样立刻冲到他面前，为孩子提供全方位的服务。

其实，家长可以给孩子一些时间，让他叽叽咕咕说点什么，或者在床上拳打脚踢玩上一会儿，时间越长越好。

如果天气比较寒冷，可以先给孩子穿好衣服，然后放下他，给他一些玩具让他学会自己玩耍。

只有在孩子完全失去耐性、身体不太舒服或者确实遇到什么问题的情况下，家长才应该立即去关注孩子。

在孩子很小的时候，家长就应该让他在安全的环境中自己玩耍。

孩子几个月大的时候，可以给他一个柔软的垫子；稍大一点时，可以给孩子一个两平方米大小的封闭空间，铺上毯子让他爬行。

另外，在孩子自己玩耍时，不必给他太多玩具，三两件就足够了，但要注意时常更换玩具，以免孩子感到厌烦。

家长还可在房间的某个地方专门为孩子摆一张小椅子和一张小桌子，在桌子上摆放一些孩子喜欢的玩具，如各种积木、玩具娃娃、卡片以及不易碎的瓶子、盒子等，在忙家务或其他事情时让孩子单独玩一会儿。

让孩子自己玩耍，开始时应事先告诉孩子：“妈妈要洗宝宝的衣服，你一个人坐在这儿玩玩具”。

然后，干自己的活，但不要让孩子离开自己的视线，以免发生危险，必要时和他说几句鼓励和表扬的话。

也可放放音乐，以鼓励孩子独自玩耍。

一般来说，孩子很喜欢有自由活动的时间和空间，他会自己搭积木，看卡片，同娃娃说话、喂他吃饭、哄他睡觉，或者打开、盖上瓶盖，往瓶子里装东西等。

渐渐地，大人可以暂时离开孩子的视线，但要让孩子听到大人做事的声音或者让孩子知道大人就在附近，以便让孩子有一种安全感。

但要注意，离开孩子的时间要慢慢延长。

如果孩子自己玩的时间长了，要提醒他上厕所。

一般来说，孩子自己玩的时间可由5分钟渐渐延长到半小时。

<<做个80后好家长>>

媒体关注与评论

刚出生的孩子就像一块玉，而“玉不琢，不成器”。

要想让孩子健康、快乐地成长，长大后成才，就需要掌握正确的育儿和教子方法。

东子老师的著作是我看过的幼儿教育书籍中少有的理论性和实用性兼备的作品之一，东子老师的成功教女经历也使他所倡导的快乐教育、素质教育理念更具说服力通过阅读本书，您将等获取开启幼儿教育大门的“金钥匙”

——被东子的教育理念所吸引的一个普通爸爸（网名：守林人，儿子臻臻刚满3岁）作为80后准妈妈，自发现怀孕之后，我就一直不停地做噩梦，因为我对孩子真的一无所知，觉得自己还是孩子呢！

很有幸在这个时候读到了这本书，我一下子轻松了很多，真可谓我的“及时雨”啊！

——准妈妈思语（82年出生，怀孕4个月）

<<做个80后好家长>>

编辑推荐

《做个80后好家长:80后新家长的教子手册》：作为父亲，他培养出了“品行好、能力强、分数高”的优秀女儿——范姜国一；作为家庭教育专家，他从事20多年家庭教育研究和青少年心理咨询，出版30余部家教作品，举办上千场家教讲座，赢得数百万家长信赖。

他就是《做个80后好家长:80后新家长的教子手册》作者，著名家庭教育专家、家教畅销书作家——东子。

没有人天生就是好家长。

要教好孩子，家长自身首先要进行学习。

有高素质的家长，才有高素质的孩子；作为家庭教育的主要实施者，家长的自身素养决定着孩子的前程。

80后家长新宣言：玩就要玩个够，工作就要有个样，当爸就要当个好爸爸，做妈就要做个好妈妈。

学做好家长，为孩子预约美好未来！

<<做个80后好家长>>

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>