

<<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

图书基本信息

书名：<<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

13位ISBN编号：9787122142566

10位ISBN编号：7122142566

出版时间：2012-6

出版时间：化学工业出版社

作者：[美]博尼特 著，苏海泉 译

页数：40

字数：27000

译者：苏海泉

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>

## <<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

### 前言

在我们的传统思想中，往往认为小孩子什么都不懂。但回忆自己的成长经历时，却发现我们其实有着很多不为大人所知的烦恼，也曾经渴望得到更多的支持。

也许我们在无助中度过了很多岁月，但我们的孩子不应该如此。

也许我们是稀里糊涂地长大的，也还长得不错，但我们的孩子应该更加享受成长的过程。

我们的父母在他们所知所能的范围内已经尽了他们的努力，今天，轮到我们的时候，我们也需要去努力。

曾经的小孩子成为父母，尤其是成为从事出版工作的父母之后，首先想做的就是奉献出一套帮助孩子成长的书：让孩子更勇敢地面对恐惧、焦虑、害羞等成长中的困惑，让孩子更顺利地走过上幼儿园、上学、交友等所有人生中的第一次。

我们也了解任何一个不经意的细节可能给孩子的威胁，所以，我们磨去了书的尖角，采用亚光的封面和内文……但愿我们的孩子长大之后，回忆自己的童年，曾经的烦恼可以成为笑谈，因为身边有父母、有书相伴。

## <<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

### 内容概要

《儿童情绪管理与性格培养绘本：拉便便好疼·给便秘孩子的健康指导》赖安很害怕用便盆。他害怕拉便便，因为他害怕会很疼，虽然他一点儿也不想这样。

霍华德J。

博尼特博士根据他在儿科临床中对患儿所采取的做法改编了这个故事。

对于孩子来说，一次痛苦的便秘经历就会使孩子对顺利排便丧失自信。

要让孩子知道，按照“便便方案”的步骤来做，养成健康的排便习惯其实很简单。

## <<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

### 作者简介

霍华德 J. 博尼特 (Howard J. Bennett)，医学博士，华盛顿儿科医生，同妻子和两个孩子居住在马里兰州。著有《不怕枪的狮子》(Lions aren't scared of shots)、《拉便便好疼》(It hurts when I poop!

)及《醒来屁股干干：纠正尿床指南》(Waking up Dry: A guide to help children overcome bedwetting

)。  
博尼特博士也是乔治·

华盛顿大学儿科临床教授，全美儿童医疗中心社区咨询组织成员。

他维护的[www.wakingupdry.com](http://www.wakingupdry.com)网站上，有许多关于如何克服孩子尿床问题的信息。

## <<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

### 章节摘录

《拉便便好疼！

》是根据我在儿科临床中对患儿所采取的做法改编而成。

尽管我会和所有来访的健康孩子谈排便习惯，但便秘问题依然困扰着他们。

一天一次规律排便的孩子，即便没有便秘，数周后，也可能会变成两天或者三天才排一次。

一旦发生这种情况，孩子们可能会退缩到这种状态：通过不拉便便来避免拉便便所带来的疼痛。

家长通常会误解这种行为。

父母经常告诉我，他们的孩子在努力与便秘作斗争，但实际上，孩子们通过对臀部肌肉施压，使得便便一直留在肚子里。

这本书旨在帮助那些害怕去卫生间的年幼孩子。

在孩子的生活中，恐惧的力量是非常强大的，一次痛苦的便秘经历就会使孩子对顺利排便丧失自信。

假如孩子了解到便便是可以变软的，则更容易养成健康的排便习惯。

通过改变孩子的食谱，就可以解决50%的如厕问题。

在很多情况下，减少容易引起便秘的食物，而不是要求孩子吃他们不喜欢的食物，通过这种方式可以成功解决孩子的排便问题。

如果改变食谱也不起作用，还有许多药物可以帮助解决。

药物分为两种：泻药和大便软化剂。

泻药加速肠运动，有助于促进排便。

大便软化剂锁住肠系统水分，使得排便变得容易。

在使用任何药物之前先咨询医护人员不失为一个好办法。

《拉便便好疼！

》包含适用于3？

6岁孩子的“便便方案”，表面上看，这个方案是为这个故事的主人公赖安所制定，但我希望您的孩子也一样可以照这些步骤来做。

根据孩子的年龄不同，您制定的方案也应不一样，绝大多数3-4岁的孩子不必以正式的方式来完成。

相反，您可以把方案的一部分纳入日常生活里：变换一些必要的菜谱，用贴画奖励每一次成功排便，回顾便便是如何从身体里排出来的。

虽然绝大多数5？

6岁的孩子对于完成整个方案都很感兴趣，但灵活对待仍很重要。

举个例子，如果一个5岁的孩子不想进行便盆练习，方案最好进行相应的调整。

孩子都喜欢自己做决定，当您想要开始制定排便方案时，如果您让他们自己主导来做，会非常有效。

您可以问他们：“你认为方案的哪部分是赖安最喜欢的？”

” “你觉得需要多长时间他的便便才能变软？”

” “我们应该最先开始方案的哪一部分？”

” 在孩子们准备开始解决自己的问题前，他们可能需要反复阅读这本书。

虽然赖安在每次拉便便后都得到贴画，但有的孩子需要更诱人的奖励来战胜他们的恐惧。

当这类孩子在有过一次成功排便的经历后，除了贴画，还要有一些别的小奖赏。

在方案刚开始的时候，孩子是在便盆里或是纸尿裤里排便无关紧要，最重要的是孩子不再退缩了。

鼓励使用便盆可以放在下一步。

在关注孩子行为时，父母拥有一个积极的态度是非常重要的，应该尽可能多表扬孩子。

积极的态度有助于孩子建立良好的自我感觉；而消极的态度，哪怕是程度很轻的，都不利于问题的解决。

如果您的孩子不愿意依照本书最后给出的建议来做，那么他拒绝的原因可能是他认为正确的如厕方式很难掌握，或者他非常害怕使用便盆。

例如，有的孩子很担心自己掉进便盆，有的很害怕便盆冲水发出的声音。

<<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

这些情况和问题都应该及时和医护人员探讨解决。

.....

## <<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

### 编辑推荐

《儿童情绪管理与性格培养绘本：拉便便好疼·给便秘孩子的健康指导》由美国心理学会资深儿童心理学家撰写，专业插画家绘图，具有心理学背景的专业译者。

国内首套以儿童情绪管理和性格培养为主题的心理自助读物。

生动、有趣的故事场景，成长的道理蕴涵其中。

鼓励家长与孩子进行更多互动交流。

书后附有“写给父母的话”，帮助家长与孩子共同成长。

幼儿园和小学情绪体验与性格培养课程的最佳辅助教材，适合3岁以上儿童与父母、老师共读。

<<儿童情绪管理与性格培养绘本>>

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>