

<<教孩子从放下开始>>

图书基本信息

书名：<<教孩子从放下开始>>

13位ISBN编号：9787301131268

10位ISBN编号：7301131267

出版时间：2008-1

出版时间：北京大学出版社

作者：吴娟瑜

页数：191

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>

## <<教孩子从放下开始>>

### 内容概要

对于现代家庭的子女教育问题，很多家长会从西方教育与传统教育中寻求援助，却苦于找不到一个可以沟通传统与现代的桥梁，以致于在面临现实问题时恐过又忧不及。

会对种种让家长茫然的问题，本书作者凭借浓厚的心理学功底和多年主讲亲子成长课程的经验过一个鲜活的安全和情境，为父母如何转变家庭教育观念提供了多元化的思路，并就如何帮助孩子身心健康地成长提出了具体的解决办法。

本书共分四部分，分别探讨了如何培养孩子进行自我管理、如何帮助孩子充分发挥自己的潜能、如何提高孩子的EQ经及家长如何以新的心太教育孩子四方面的问题。作者用亲切生动的语言，给为人父母者提供了耳目一新的方法。

## <<教孩子从放下开始>>

### 作者简介

吴娟瑜，美国印第安纳波利斯大学应用社会学硕士，华人世界顶尖演说家，著名培训师及专栏作家。她凭借丰富的肢体语言，风趣活泼的授课风格，在亲子教育、情绪管理、压力管理、沟通管理、职业生涯规划等领域独树一帜，经常受邀到世界各地演讲，帮助了許多人、家庭和企业，

## <<教孩子从放下开始>>

### 书籍目录

- 自序一、让孩子学会自我管理 1. 学会处理冲突 2. 学会情绪管理 3. 学会化解攻击性的行为 4. 学会认识轻重缓急 5. 学会抓对重点来做事 6. 学会自己作决定 7. 学会作正确判断 8. 学会精神上自立 9. 学会面对自己的问题 10. 学会自行解决争执 11. 学会面对现实 12. 学会面对挫折 13. 学会说道歉的话 14. 学会刚柔并济 15. 学会坚持和全力以赴 16. 学会重建生活秩序
17. 学会自我管理学业 18. 学会管理金钱 19. 学会积极高效地做家务 20. 学会尊重他人的“所有权”
- 二、如何开发孩子的潜能 1. 找出孩子的潜能 2. 潜意识力量 3. 善用“自我暗示法” 4. 善用“心像法” 5. 体能引发潜能 6. 培养孩子的创造力 7. 发挥孩子的想象力 8. 激发孩子的应变力 9. 建立孩子的沟通力 10. 培养孩子的幽默感
- 三、如何提升孩子的EQ 1. 为什么觉得无聊 2. 为什么感到孤单 3. 为什么不想理人 4. 为什么怕死 5. 为什么想不开 6. 为什么不快乐 7. 为什么不敢尝试 8. 为什么怕被比较 9. 为什么不想和父母外出 10. 为什么顶嘴 11. 为什么爱吵架 12. 为什么说慌 13. 为什么不想上学 14. 为什么在差班 15. 为什么想谈恋爱 16. 为什么抱着电话不放 17. 为什么想要一个手机 18. 为什么喜欢留在浴室 19. 为什么慢吞吞 20. 为什么挑食
- 四、换种心态做父母 1. 培养儿女的自信心 2. 没有一定的模式 3. 谁听谁的话 4. 放得下的父母 5. 正视孩子的考试分数 6. 用孩子能接受的方式 7. 爱孩子所爱的 8. 没有不能感动的孩子 9. 改变态度的一念间 10. 暂停的艺术 11. 构想好就做 12. 说改就改 13. “每日一新”的启示 14. 每日一分享 15. 每日一赞美 16. 孩子的人生规划 17. 孩子也有成长的动力 18. 家庭也要管理 19. 爸爸生气了 20. 做沟通的润滑剂 21. 逐渐转变的父亲形象 22. 主动和书接近 23. 给孩子正确的性观念 24. 给单亲家庭 25. 给家有病童的父母 26. 给早产儿的母亲 27. 孩子都知道的访谈录

## <<教孩子从放下开始>>

### 章节摘录

8.学会精神上的自立 在一次演讲会后，一位年轻小姐来请教：“我快要结婚了，可是不知道要不要和爸爸妈妈同住？”

原来，她从小备受呵护，直到有了男朋友，准备结婚了，父母仍把她当作小女孩般教导，要她婚后和父母住在一起。

看到这个乖巧的女儿眼含泪水的样子，我可以体会到她内心的矛盾和挣扎。

她多么渴望振翅高飞，和未来的夫婿另创家园啊！

可是，原生家庭的脐带把她捆绑得这么紧，以致让她心生内疚，认为如果不和爸妈同住，就是不孝，就是背叛。

非常巧，围在身旁询问的听众，有一位妈妈问到了另一个角度的问题。

她说：“为什么女儿不要我放学后到学校接她？”

为什么她对我这个做妈妈的这么排斥？”

说到这里，这位妈妈也难过得流下了眼泪。

我问她：“请问你的女儿多大了？”

“初中二年级。”

“啊？”

这么大了，为什么还要接送？”

原来这位妈妈在女儿比较小的时候忙于工作，没有时间去照顾孩子，没想到，等到后来辞了工作，想要多照顾照顾孩子，以弥补过去的不足时，孩子却发出了反抗的声音。

……

<<教孩子从放下开始>>

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>