

<<无忧无虑做父母>>

图书基本信息

书名：<<无忧无虑做父母>>

13位ISBN编号：9787303099788

10位ISBN编号：7303099786

出版时间：2009-9

出版时间：北京师范大学出版社

作者：多纳休

页数：262

译者：王燕

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>

## <<无忧无虑做父母>>

### 内容概要

《无忧无虑做父母》让你学会面对自己的恐惧，重新思考自己的目标，并教导孩子成为独立的、坚持不懈、合作和尊重成年人的人，教他们学会想象和探索世界，并富有同情心。这本书也让你学会如何获得信心和勇气，相信你自己的判断，帮助孩子选择适合他自己的学术、社会和体育等职业方向，这些职业发展是家庭价值观和孩子自身需要之间的良好平衡。

## <<无忧无虑做父母>>

### 作者简介

多纳休，博士是美国著名的临床心理学家，纽约儿童发展协会的创始人和主管，该协会主要研究儿童和家庭的关系。

他是《童年早期心理健康咨询》一书的作者之一，经常在美国各地为父母、教师和社团组织举办讲座。

鲍尔博士曾经在乔治敦大学儿童与人类发展中心及国家早期干预联合会

## <<无忧无虑做父母>>

### 书籍目录

第一部分 养育孩子，没有什么好恐惧的 第一章 引言：成功的成人，焦虑的父母 焦虑的新时代 指导手册在哪里 让我们组织起来 家庭齐动员的风险 对于“专家”建议的注解 理性的声音 父母的使命 生活的恐惧和教育目标 第二章 什么让我们如此担忧 新千年的焦虑 家长的担忧：现在和以后 溺爱却心存疑虑 忧虑的根源 专家怎么说 媒体狂热(media mania) 地位游戏 缩小的馅饼 成功的代价 如何终止疯狂的行为 第三章 抵制恐惧的工具：耐力、信心和勇气 看一看谁没有来吃晚餐 寻求控制 释放压力的途径 父母的休息和放松 忍耐力的较量 分床睡眠问题 关注孩子的琐事 自信的游戏 勇敢的妈妈和爸爸第二部分 不再恐惧，教育孩子…… 第四章 放手的恐惧：独立 被束缚的岁月 快节奏的生活 黏父母的后果 引导孩子向下一个阶段发展 独处的价值 每人留点私人时光 玩耍时间 学会如何放手 逆潮流 教会孩子独立 回报 第五章 做得不够的恐惧：坚持 乐趣第一 成功之战 早慧的危险 真正的毅力 耐挫力教育 …… 第六章 控制的恐惧：合作 第七章 对放慢速度的恐惧：专注 第八章 对未规划时光的担忧：探索 第九章 落于人后的恐惧：同情第三部分 找到我们的出路 第十章 没有恐惧的居家生活：家庭时光和家庭惯例 第十一章 勇敢者的新城区：找寻邻里，构建社区 第十二章 养育中的禅学

## <<无忧无虑做父母>>

### 章节摘录

焦虑的新时代许多第一次做父母的人都会感到焦虑。

当抱着新生命从医院回到家中时，有几个父母不会暗自慌乱？

“现在，我该怎么办呢？”

即使已经熟悉了喂奶、换尿布这些琐事，在照顾小婴儿时，他们仍然会时时感到困惑和不知所措。

随着孩子慢慢长大，情况也会逐渐好转。

那些蹒跚走路的孩子，看起来比之前强壮多了，这时的父母，对于孩子发烧或者偶尔的擦伤、红肿也习以为常。

对多数父母而言，因为照顾孩子而无法安心入睡的情况也减少了。

从表面看，父母似乎又回到了往日的正常生活。

当孩子长到2岁左右时，除了日常的生活照料，父母又有了更多的担心。

仿佛突然之间，他们开始怀疑自己的孩子：他们在社交方面发展正常吗？

他们会用眼神和别人正常交流吗？

当孩子发脾气时，该怎么应对？

他们发育情况如何？

他们可以灵活地四处走动吗？

他们的动作协调性发展正常吗？

学校方面又怎么样？

应该将孩子送到托儿所呢？

还是送到日托机构？

孩子能够适应离开父母吗？

我们能够适应吗？

## <<无忧无虑做父母>>

### 媒体关注与评论

鲍尔博士冷静、理智的做法将帮助父母们搞明白他们应该关注的问题，不再担忧未来，学会欣赏他们快速成长变化的孩子。

——托马斯·费伦，美国作家鲍尔博士一针见血地指出父母们所面临的主要担忧，这也是很多家长面临的挑战——如何养育子女。

他在指出这些担忧时，也以温暖、幽默和同情的方式指导父母们应该如何去做。

我认为这本书将是为人父母者的宝贵资源。

——罗伯特·布鲁克斯博士。

美国作家

## <<无忧无虑做父母>>

### 编辑推荐

《无忧无虑做父母:关注真正重要的事情》：父母应该如何养育孩子？

这是一个古老而又永远常青的问题。

与其他父母教养类的书籍相比，鲍尔博士这本著作的特色之处，便在于对父母养育孩子过程中的种种恐惧和担心进行了更深层面的描述和剖析，并且挖掘出了在父母这些忧虑的背后。

那些被忽视、被掩盖、被误导的真正重要的养育目标。

parenting without fear美国著名心理学家鲍尔博士解析孩子成长问题，让你无忧无虑做父母。

<<无忧无虑做父母>>

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>