

<<有原则养育>>

图书基本信息

书名：<<有原则养育>>

13位ISBN编号：9787508635026

10位ISBN编号：7508635027

出版时间：2012-11

出版时间：中信出版社

作者：凯瑟琳·席肯

页数：249

字数：144000

译者：鲁东旭

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>

<<有原则养育>>

前言

自序 作为母亲，你才是孩子成长的关键这些年来，我读过很多亲子方面的书籍：有关于为母之道的、关于育儿方法的，还有关于孩子特质的。

总的来说，每本书都能让我学到新的东西，其中不少都让我受益良多。

读到这里，你们一定会问：“既然如此，又何必写一本新的亲子书呢？”

”虽然我读过的大多数亲子书都是为母亲们而写的，但他们却忘记了，亲子关系其实是一件关于母亲的事情。

作为母亲，你本身才是孩子成长发展的关键。

如果仅仅从孩子的角度来审视母亲的角色，很多重要的东西就会被忽略，这对孩子并不好。

所以，我希望这本书是关于你的！

当然，这本书同时也是关于你的孩子的。

和其他书不同的是，本书介绍的育儿之道，首先需要你好好花点儿时间审视你自己、审视你扮演的母亲角色、审视你对自己的认识。

因为，要为孩子提供更强的支持和引导，你首先必须成为一个更强的母亲、成为一个更好的人。

我希望读完这本书后你能清楚地看到，当上帝创造你的孩子的时候，他充分考虑了你的角色。

我希望你能理解，你对孩子生命的进程有着强大的影响力。

在孩子面前，你必须言传身教，以正直的态度生活。

因为只有这样，孩子才会尊重你、信任你，你才会对孩子产生影响力。

缺少这些，便无法做到不留遗憾地去爱。

最后，我想强调上帝在你育儿过程中的重大作用。

在你育儿的过程中，上帝会一直陪伴着你。

记住，上帝爱你的孩子，也同样深深地爱着你。

在本书中，你会学到很多关于孩子的知识。

更重要的是，你会学到很多关于你自己的东西。

只有当你充分了解上帝在你生命中的位置，你才能把上帝的智慧传给你的下一代。

这是一个母亲写给天下所有母亲的话。

<<有原则养育>>

内容概要

和其他书不同，本书介绍的育儿之道，首先需要你好好花点儿时间审视自己、审视你扮演的母亲角色、审视你对自己的认识。

要知道，作为母亲，你才是孩子成长发展的关键。

有原则养育，第一次从心灵角度，带母亲觉察自己的情感和灵性成长，引导母亲认清自己的状态和孩子息息相关，只有不断提升自己，才能给孩子正面影响。

当然，这不是让你试着成为完美的母亲，而是帮你从教养的细节中跳脱出来，找到出什么样的教育模式适合你和孩子；参与孩子生命的每一个阶段，观察他们的行为和个性，教他们正确认识自己。

<<有原则养育>>

作者简介

凯瑟琳·席肯，执业30年的心理学家。

她擅长辅导有教养疑惑的母亲，并融合女性领导培训，发展出一套独特的“不疑虑、不后悔、知道自己在做什么”的妈妈经，全面解读“有原则”的母爱。

<http://www.intentionalmotherhood.com/>

<<有原则养育>>

书籍目录

推荐序 有这样一位母亲，是我的幸运
前言 作为母亲，你才是孩子成长的关键
序章 谁是你最想要影响的人？

育儿之道，不仅关乎孩子，也关乎你
做个有原则的母亲
不后悔的妈妈经
育儿需要明确的目标和计划
从孩子的幼儿期到青春期，育儿的重点需要不断调整
给孩子有原则的爱：七大育儿原则
让我们开始育儿之旅吧
第一章 为什么妈妈照顾周全，孩子却仍没有安全感？

育儿原则一：育儿需要明确的目标
你有明确的育儿目标吗？

相信你的直觉
妈妈有自信，孩子才能感到自信与被爱
怎样教出有安全感的孩子？

你希望孩子成为什么样的人？

每天都向育儿目标前进
第二章 为什么“好孩子”常常自我感觉很差？

育儿原则二：理解孩子，肯定孩子
你真的了解自己的孩子吗？

无论是“淘气鬼”还是“乖宝宝”，都要认真地研究他
给孩子足够的关注和爱
想当孩子的好老师，先做他们的好学生
给孩子无条件的爱
第三章 动荡不安的青春期，陪孩子一起安然度过
育儿原则三：保持育儿的“愿景”
是眼前的危机重要，还是长远的“愿景”重要？

危机中，请帮孩子守住信心和希望
偶然的错误vs.永久的失败
信心来自坚定自我价值
让孩子学会为自己的选择负责
第四章 做个思考型的妈妈，给孩子科学的情商教育
育儿原则四：培养孩子的高情商
人最重要的品质是什么？

帮孩子感知情绪，管理情绪

<<有原则养育>>

帮孩子养成思考的习惯
让孩子善于表达自己的情绪
不做“缺席的在场者”
充分关注孩子的情绪
延迟满足和自我激励
不要让孩子成长为身体成熟、心灵幼稚的怪人
对自己负责，对孩子负责
第五章 尊重是育儿的必修课，而快乐只是选修课
育儿原则五：建立母亲的权威，赢得孩子的尊重
你的目标是尊重，还是快乐？

想要孩子尊重你，首先要尊重孩子
妈妈就是妈妈，不要扮演朋友的角色
表达尊重，说话方式很重要
第六章 有原则 过度控制
育儿原则六：正确处理你的恐惧
用信心战胜恐惧
建立亲子间的信任
不能陪在孩子身边时，请信赖上帝
克服骄傲，以孩子为重
过度控制只会滋生怨恨和反叛
第七章 尽人事，听天命
育儿原则七：做好你能做的，剩下的请交给上帝
育儿是上帝赋予女人的最伟大的责任
倾听你内心的声音，相信你的母性本能
剩下的请交给上帝
见证上帝的神秘和万能
倾听上帝的声音
结语 故事的开始，故事的结束
育儿的旅程永远不会结束
故事的开始
让你不后悔的育儿计划
更多资源
关于“育儿有道”组织
说出你的故事
致谢

<<有原则养育>>

章节摘录

谁是你最想要影响的人？

我名片的正中心是一个柠檬绿的破折号，干净利落又有强烈的视觉冲击力。

破折号不仅是我公司的名字——“破折号组织”，还是我人生的写照。

我觉得破折号完全代表了我，我的本质就是这么简简单单。

我用“破折号”来命名公司，是因为人们看到这个绿色破折号，总会问起这个名字的来历。

破折号一说来自我的朋友菲尔。

他那时候是我孩子的校长，却在开学前不幸被诊断出患有癌症。

于是，菲尔请了一年病假，同癌症作斗争，但他仍以校长身份出席了当年学校的毕业典礼并致辞。

毕业典礼上，菲尔念了一首诗——琳达·埃利斯的《破折号》（1996年）。

也许你听说过这首诗。

诗大意是说：当我们归于尘土，墓碑上会铭刻我们的生日和忌日，而常被忽略的，是那个连接我们生日和忌日的符号——破折号。

小小的破折号，多么简单的一个符号。

菲尔说，我们死后，人们不会记得我们的生日和忌日，但他们会记得我们活着的时候做过什么。

这个小小的破折号，却蕴含着这么深刻的哲理。

在我自己的人生中，关于“破折号”的问题常常摆在我面前：我人生的意义在哪里？

我死后人们会记得我什么？

在回答这两个问题之前，我必须先回答另一个困扰我的问题：谁是最想要影响我的人？

或者说，我的努力最能改变哪些人的命运呢？

是的，最大的问题不是如何用我的人生去影响他人，而是究竟该选谁作为影响的对象。

只有回答了这个问题，我才可能知道怎样在我的“破折号”里留下一些人们会记住的东西。

我最先考虑的当然是我身边的人。

作为女人，自然而然，我想到了我的孩子们，他们需要我的照顾和教育。

当然我知道，我对丈夫菲尔也负有很大的责任。

但夫妻关系毕竟和亲子关系不同。

两个成年人走到一起时，或多或少都已经了解对方的个性，这种了解会成为夫妻关系的基础。

而亲子关系则完全不同。

对大多数人来说，那个小家伙那样幼小无依地闯入我们的生活，事事都依赖我们照顾。

孩子出生之前，我们对孩子的情况几乎一无所知：会是男孩，还是女孩？

会富有运动天赋，还是充满艺术气息？

会沉稳内向，还是活泼外向？

我们对自己的孩子抱有无穷无尽的问题。

有些问题的答案很快就清楚了（例如是男孩还是女孩），有些则需要不断观察才能知道答案。

随着孩子们慢慢长大，他们不断变化的个性特质也逐渐展现在我们面前。

这就是孩子在我们生命中所扮演的角色。

当然，我们要谈的并不是关于孩子，而是关于我们自己、关于母亲的角色。

母亲的职责到底是什么呢？

育儿之道，不仅关乎孩子，也关乎你关于育儿，很多女人都有一个误区，那就是觉得孩子是整个育儿过程中的唯一重点。

事实上，孩子远远不是育儿的全部，母亲对自我的认识，以及母亲在这个过程中的成长，都是育儿之旅的重要组成部分。

育儿的过程让一个母亲认识到自己的真正价值，因为只有面对各种挑战时，你才能学会做最好的自己。

在育儿的过程中，你的种种焦虑与恐惧需要一个释放的途径，所以你需要上帝。

上帝是你育儿之旅的一个重要组成部分，他完全了解你，是你育儿过程中最好的伙伴。

<<有原则养育>>

所以说，虽然孩子理所当然是育儿的重点，却并不是育儿的全部。

当你进入母亲的角色，自然而然，你会把绝大部分的注意力都放到孩子身上。

但实际上，育儿的过程会把你心中一些深层的东西挖掘出来。

你会惊讶于原来你的内心深处有那么多你从不知道的感情、态度、恐惧、渴望和喜悦，而育儿这个过程使它们清楚地浮现出来。

如果你在做母亲的过程中用心去感受这些深刻的改变，你将会在生活的各个方面，都成为一个更好的人。

做一个有明确的育儿目标的母亲常常要面对一个悖论：要做一个好母亲，她的育儿决定应该是基于孩子的需要，而不是基于母亲的需要，也不是基于她内心的恐惧，或是某些非理性的期望。

然而，孩子当下的生活片段，却常常会触及母亲的过去，甚至唤起她的童年记忆。

在这种时候，一个有原则的母亲能清楚地认识到这一点，她会认真体会此间的联系，而不是仅仅沉溺于当下的片段带给她的感受。

这种做母亲的态度才更有深度，而不只是做表面工夫。

这样的母亲会时时刻刻关注孩子的成长，因为她知道，孩子生命中的每个阶段，都是独特的，都是极为重要的，如果不加重视，就会错过孩子一些发展和成长的独特机会。

而这个悖论的另一面则是，基于上述一切为孩子着想的精神，做母亲的往往会忽略自己的基本感情需要。

所以，育儿之道的另一面是，作为一个女人、一个女儿、一位朋友，以及一个“人”，你必须在育儿的过程中不断追寻更丰富的自我，以达到你人生的新境界。

从你怀孕开始，到你把孩子送进大学校门，这其中和这以后的日日夜夜、点点滴滴，都是你心灵成长的机会。

一个有原则的母亲，不应该忽视自我，而是要从育儿的过程中学习人生的道理，在情感和灵魂的各方面让自己更好地成长。

孩子是母亲生活中的决定性因素，有了孩子之后，母亲需要重新整理自己的生活，努力做一个好妈妈。

正确的育儿之道便是，一个母亲需要意识到，孩子不仅是我们的喜悦之源和我们新的生命意义，也是上帝赐予我们的自我认识和自我成长的机会。

所以，我一直这么说：育儿之道，不仅关乎孩子，也关乎你自己。

我常常问妈妈们：“你最想要影响谁？”

”99.9%的妈妈都会回答：“我最想要影响我的孩子。”

”如果你也是这样回答的，那么你首先必须弄清楚你希望带给孩子什么样的影响，以及你要如何达成这种影响。

你不能只是完全“顺其自然”。

坐等好运降临，并不能让一切如你所愿。

我们需要相信，投资在孩子身上的时间是极有价值的。

想要成功地影响孩子，一个明确的育儿计划是必不可少的。

几年前，我和我的朋友戴安娜一起去亚特兰大参加一个好友的婚礼。

我的另一个朋友苏珊正好住在亚特兰大市郊。

苏珊一直邀请我随时去她家住，甚至让我保管着她家的钥匙。

由于那个周末苏珊不在家，于是我和戴安娜决定去苏珊家暂住。

我跟戴安娜说，我能毫不费力地找到苏珊家，因为我实在是去过那儿太多次了。

虽然上次去苏珊家已经是一年前的事了，但我仍然自信满满，自以为绝不会迷路。

你注意到了吗？

我当时的心态是“自信满满”。

在去苏珊家的路上，我开车经过了几个熟悉的街区，当时我依然充满自信。

但是当我该从州际公路上找出口下去的时候，我却不再那么确定了。

到底该从哪个出口下去呢？

<<有原则养育>>

好像是102出口吧，还是106出口呢？

105听上去也蛮熟悉的啊。

我们一个出口一个出口地试，四处寻找能指向苏珊家的地标。

在这个过程中我开始意识到，过去一年中这个区域发生了很多变化。

一栋栋新建筑拔地而起，购物中心改成了新的单排商业区，市容美化工程让整个社区大不一样了。

我以为自己很熟悉这一区域，却没考虑到一年内它可以发生这么大的变化。

好在戴安娜早就习惯了我制造的种种险情。

和我穿越美国，同行数千英里之后，她已经学会了顺其自然。

哪怕是凌晨1点我们开去一家消防站问路的时候，戴安娜仍然保持着她的幽默感。

直到现在，我和戴安娜还常常提起那个夜晚，越说越觉得好笑。

现在想来，那没什么大不了的，当时最差的情况也不过是我们得找家旅馆住下而已。

我以为我认识路，结果到了那里我却迷路了。

如果在育儿方面你没有一个明确的计划，你的处境就会像我的这个亚特兰大之夜一样。

我们满怀信心地开始育儿的旅程，然而等到我们的孩子长大成人的时候，我们却发现自己似乎迷失了

。

到那时，我们只能伤心、内疚、后悔不已。

也许最终的结果和我们预期的相差不大，但我们心中对自己或孩子的期望，哪怕有一点没能实现，也不能算圆满地完成了育儿的任务。

最令人难过的是，你可曾想过，上帝从不希望我们生活在育儿失败的后悔、疑虑和自责中。

虽然育儿可能是我们人生中最艰难的任务，但只要你顺应造物主的旨意，育儿的过程也会是我们人生中最有意义、最有力量和最接近上帝的经历。

做个有原则的母亲2003年8月14日，我和丈夫卸下儿子的所有行李，收拾好他在佐治亚理工学院的新宿舍。

一切都安顿好了，午饭也吃完了，剩下的只有一件事——告别。

虽然我心中的某一部分一直希望这一天永不要到来，告别自己第一个孩子的那一刻是多么的可怕，但我内心的另一部分却在这一刻终于卸下了重担。

我们一家人一起祈祷，然后互道再见。

我最后一次拥抱泰勒，然后走出他的宿舍。

离开的时候，我脑海中出现这样的画面：我把指挥棒交还给上帝，对上帝说“今后泰勒全凭您做主了”。

开车离开学校的时候，我心中只有两个字——“无悔”。

你能理解吗？

那是我人生中一个很有力量的时刻。

我的意思并不是说，我在泰勒的教育上从未犯过错误。

我犯过的错误相当多，但犯错和后悔却是两种截然不同的东西。

泰勒成长的每一天其实都是很伤脑筋的。

他不是个容易带的小孩，他思想丰富、有趣，带给我诸多挑战，也让我感触良多。

这个特立独行的孩子常常让我濒临崩溃，抚养他成长是对我的智商、情商和灵魂的全面考验。

虽然泰勒每天都给我制造着难题，但他同时也教会了我很多。

做母亲的经历让我学会了如何去依赖上帝，而不是依靠自己。

所以当我把泰勒送进大学的那一天，我能够转身离开，不带一丝遗憾。

你也可以像我一样，在孩子长大成人的时候能自信地说：“我没有任何的遗憾。

”你要做的，只是成为一个有原则的母亲。

不后悔的妈妈经不幸的是，对很多母亲来说，她们不得不怀着强烈的遗憾，把她们长大成人的孩子送入社会的怀抱。

这些母亲感到不确定：我的孩子准备好进入社会了吗？

我对他们的教育正确吗？

<<有原则养育>>

我会不会曾经作过什么错误的决定，而贻误孩子终生呢？

如果有重新来过的机会，我在育儿上是不是有什么地方应该改进呢？

当告别孩子的那一天来临，你难道不希望，你的心里可以完全没有上述担忧吗？

你可以做到的！

作为一个专业的心理治疗师，我可以用复杂的术语对“后悔”进行一个冗长的定义。

但我想你完全没必要知道这个专业定义，我们都很清楚后悔是一种什么样的感觉。

当我们觉得后悔时，那种感觉是无法被忽略的，我们会想尽一切办法，试图摆脱“后悔”的痛苦。

在我看来，后悔就是对过去的某种行为抱有强烈的悔恨和痛苦。

特别是当这些行为关乎你生命中最重要、最有意义的关系，你的悔恨和痛苦就会表现得尤为强烈。

这种痛苦和悔恨可能让你终身抱憾，时时觉得羞愧、恐惧和不安。

不是我夸大其词，我见过很多抱有这种“后悔”之情的母亲。

而她们悔恨的根源是什么呢？

就是她们在育儿的过程中没有全身心投入在孩子身上，也没有充分享受育儿的过程。

做母亲的最怕这样的事情发生。

你投入20年宝贵的时间来教育孩子，到头来却发现自己忽略了一些最重要的东西，发现自己没有把某些关键的东西教给孩子。

当孩子成年的时候，他们的人格仍在发展，尽管如此，成功的妈妈仍然可以充满自信地送孩子走入社会，对抚育孩子成长的过程不带一丝遗憾。

要做到这一点，你得从一开始，就做个有原则、有目标的母亲。

那么，怎么做一个有原则、有目标的母亲呢？

首先，最基本的一条，你要有清晰坚定的信念和价值观。

然后，你必须找到一种方法，把这些价值观展示给孩子，并牢牢植入孩子的心底。

说起来就是这么简单，但真正做起来你就会发现，很多时候你不知道该做什么，或是不清楚怎么去做

。

这本书正是要帮你解决这些问题。

也许读到这里，你已经觉得这本书和你想象的不太一样，但不要紧，给你自己一些换个角度思考的机会吧。

要成为一个有原则、有目标的母亲，另一个重点是，要时刻考虑到孩子，基于他们的需要作出适当的调整。

我对你充满信心，读完这本书你一定会做得更好。

准备好了吗？

这本书就要吹响你“育儿大作战”的号角了。

放下你的老观念，你可以做得更好！

不用对本书的内容有任何框框或预设！

这本书会给你挑战，也会给你安慰。

我会让你有信心，也会给你更多力量。

我要让你思考、让你提出问题、让你梦想美好的未来，也会指导你作出最脚踏实地的计划。

育儿需要明确的目标和计划生命中所有重要的事情都离不开计划，小到筹备一场婚礼，大到规划自己的学业和事业，都得事前作好准备和计划。

制定目标的时候，要充分考虑自身的需要，因为这些目标的设定，也许会改变我们的命运。

设定好一个目标后，就是投入时间、金钱和精力来实现这个目标的阶段。

我们通常会一路标记实施的进展，以确定自己正朝着正确的方向前进。

我们认真执行既定的计划，同时也视自身需要的改变，适时地修改和更新我们的计划。

只有充分理解自己人生的方向和目标，我们才会充满信心和能量，才会满怀希望地制订更大的目标，并在追求目标的过程中获得成就感和满足。

只要有坚定的目标，即使身处困境，我们也能坚持不放弃，因为我们知道自己努力的方向没错，困难终会被战胜。

<<有原则养育>>

我们不会轻言放弃。

因为我们有充分的信心。

那么，为什么到了育儿的问题上，我们却往往没这么有计划了呢？

在孩子的整个童年和少年时期，父母往往漫无目的地随性而为，而不像对待其他人生大事那样，事先有明确的目标和计划。

我们追求事业发展、个人成就，甚至婚姻幸福的那些富有理性的原则，到了育儿这件事上却被抛开了。

而你想过没有，育儿恰恰是我们生命中最重要的职责之一！

如果你去问一个刚刚当上母亲的人：“你对孩子有什么期望呢？”

”她往往会说：“希望孩子成长为快乐、自信、心理健康的人，希望他的生活充实有意义。

”但是很多母亲并不明白（也许我们大多数人都没能真正明白），你期望某件事发生，并不代表这件事就会自然而然地发生。

我们需要认真思考，制定明确的目标和计划。

我们需要付诸行动，来实现我们的计划。

为了明天的满足，我们今天就要开始行动。

一切都得是有目的、有计划的！

一直以来，很多母亲在育儿上都犯了期待过多，而计划、行动过少的错误。

很多母亲面对自己的角色浑浑噩噩，缺乏目标和计划，每天只是机械地应付眼前的各种小小“危机”，过一天算一天。

是的，从我们发现自己怀孕的那一天开始，我们都是充满梦想和期望地进入母亲这个角色的。

但如果我们不能有目的、有计划地育儿，我们的梦想和期望很容易被现实击碎，而那也会深深伤害我们的心灵。

从孩子的幼儿期到青春期，育儿的重点需要不断调整育儿远远不只是喂饱孩子、换好尿布、哄孩子、抱孩子而已。

育儿远远不只是教会孩子怎么爬、怎么走路、怎么自己吃饭而已。

育儿远远不只是过一天算一天，看孩子长大就算完的。

幼儿期是孩子一生中重要的时期，他们需要在这段时期中学会如何信任他人、建立健康的人际关系、产生自我意识，并学习社会的潜在规则。

而做母亲的重要职责之一，就是在这段时期中以身作则，向孩子示范这些东西。

你不仅要善于理解孩子，做个好妈妈，还要成为孩子的好榜样。

这是一种美好的交流过程。

你将让孩子看到，作为一个人，你如何尊重你自己；作为一个母亲，你如何尊重他们。

孩子需要学习的种种，你要一一认真地示范给他们看。

在这个意义上，育儿就是帮助你的孩子建立一种生理和心理上的安全感，而这种安全感将是他们建立世界观的基础。

若你没能孩子在出生后的最初几年内，完成上述任务，你的孩子很有可能因为这样的缺失，而终生面临某些困难和痛苦。

孩子成长的各个阶段都有其不同的特点和重要性，如果母亲不清楚这一点，孩子的很多潜力可能就此被埋没，有些孩子日后还会因此产生各种复杂的心理问题。

太可怕了是不是？

别担心，继续读下去，你会看到答案的。

幼儿期结束，你的孩子上小学了，于是育儿的重点又要发生一些变化。

这段时期，孩子的基本个性已经大致成形，你已经可以开始看到孩子的种种特质。

孩子的兴趣逐渐展现，孩子的才华和天赋也初露端倪。

这些都是孩子在小学时期的特点。

有些孩子在小学时期开始表现出某种学习障碍，有些孩子则会开始产生一些社交和情绪上的问题。

当然，有的孩子在上小学之前就有这些问题了。

<<有原则养育>>

小学时期是每一个母亲都必须抓住的一个育儿关键阶段，因为这个阶段是向孩子传递信念、原则和价值观的最佳时段。

自然而然，母亲要面对很多问题：究竟怎样向孩子传递价值观？

如何知道孩子是否成功接受了这些价值观？

小学时期还是孩子建立自我意识、自信和批判性思维能力的最重要的时期。

在他们青春期到来之前，母亲要抓住机会，及时进行必要的性教育。

孩子需要懂得什么是健康的男女关系，怎样洁身自好，如何尊重他们日后的伴侣。

是不是觉得小学时期不容易对付？

你会发现孩子的下一个阶段对母亲来说才是真正的大挑战，那就是孩子的初中时期。

养育前青春期的孩子对母亲来说真是不折不扣的挑战。

就算是最自信的妈妈，听到这个年龄段孩子的种种劣迹和谣言，也难保不被吓得半死。

没错，孩子的前青春期是育儿的一段困难时期，但是困难的原因却和你想的不太一样。

说老实话，你一定听过五至八年级孩子的各种“恐怖故事”吧？

传说他们古怪、异常，行事完全超出想象。

想到你的孩子也要经历这样的阶段，你会觉得兴奋和期待吗？

估计不会吧！

其实如果你能暂时忘记这些关于前青春期的“恐怖故事”，你就会发现，前青春期其实是上帝在孩子身上展示他的神秘力量和幽默感的一段时期。

不妨把孩子的前青春期看作上帝吸引母亲们注意力的一个玩笑，因为在这段时期，母亲们会发现她们是多么需要上帝的帮助。

前青春期的孩子对自己生活的各个方面都感到惊恐、别扭，他们易冲动，缺乏安全感。

大部分母亲忙于听信其他母亲的经验，而没能亲自去了解孩子在这一阶段的需求和发展特点。

其实，教育前青春期孩子的秘诀很简单：第一，不要慌张；第二，试着去了解他们。

孩子的前青春期阶段很可能会决定你们未来的亲子关系。

处理得好，会让你和孩子更加亲密友好；而处理得不好，也许就会让你和孩子从此变得疏远。

在我25年的儿童教育生涯里，我总结出这样的经验：孩子的“学习窗口”大约在他们14岁（八年级末）以后就关闭了。

也就是说，他们日后的种种行为思想，取决于他们14岁之前从你这里获得的教育。

而在14岁以后，同龄伙伴的影响会大大超过父母的影响。

所以，初中时期是你育儿的一个关键时期，抓住这个“最后的机会”，才能为未来打好基础。

接下来，准备好了没？

孩子的青春期到了。

作为母亲，你对上高中的孩子有何感想？

你对你的所见所闻能够接受吗？

青春期对孩子来说并不容易度过。

他们在思想上敏感脆弱，情绪和生理上的变化也带给他们各种挑战。

生理上的冲动和道德上的观念会磨炼他们的心灵。

他们需要挣扎、努力，来找到自己的定位，适应周围的环境，并且确定他们的价值观。

高中生需要面临重大的人生抉择，并不是每个孩子都有足够坚定的自我意识来应付这些难题的。

青春期的孩子常常怀疑自己是否被他人接受和认同；他们渴望被爱却又没有这方面的自信；他们感到孤独无助却不知向谁诉说。

青春期的孩子会默默地问自己：我要怎样过我的一生？

我该成为什么样的人？

我满意我自己吗？

周围的人们会喜欢我吗？

我要升入哪所大学？

今后我该如何谋生？

<<有原则养育>>

这些无穷无尽的问题让身为母亲的你觉得害怕、觉得压力很大吗？

这正是我所希望的。

我想让你明白：作为母亲，如果你只是过一天算一天，没有计划，没有目的，对育儿的问题不加深思，也不寻求上帝的引导，那你的孩子会承受多么大的损失；作为母亲，你不能只是当一个“维修工”，每天只是东修西补，处理孩子的衣食住行等需要，你需要考虑到你的每一个决定会给孩子带来什么样的长期影响；作为母亲，你需要有深度，你和孩子相处的每一个瞬间，都会有深刻的意义和影响；作为母亲，如果你没能灌输给孩子正确的价值观，没能教会孩子健康的人际关系，没能培养起孩子对上帝的信仰，那么在孩子走向社会的那天，你势必会感到深深的悔恨。

育儿的过程中，如果你不善用你的情商，如果你不考虑到你的一举一动会给孩子带来什么样的长期影响，你的孩子就会因此而受苦。

如果你在教育孩子的时候不引入对上帝的信仰，孩子就会缺乏价值观的基石，而他们以后的人生也就缺失了重要的引导。

最可怕的是，如果你没有培养起孩子的情商和信仰，他们在今后的生活中很可能会成为一个失败者。好消息是（我也不能光给你坏消息啊），如果早年教育得当，到孩子青春期的时候，你已经能多少看到你的教育成果了。

育儿的过程中，你会面临考验，你可能要经受一些小小的折磨，面对一些生活的嘲弄。

但你要相信自己，相信自己可以成功地度过这一切。

你会从这些经历中成长，成长为一个更好的人。

当然这一切的前提是，你必须做一个有目标、有原则的母亲。

你的生命因这些育儿的经历而更加丰富。

你有机会和孩子建立起牢固健康的亲子关系，那会是你生命中无与伦比的美丽。

育儿之道，在于明确的目标与计划，在于全身心的投入。

上帝创造人类的时候，和我们做母亲的心是何其相似。

上帝全神贯注于我们，只为创造出能给他带来荣耀的子民。

就像我们育儿时一样，上帝在每一个他创造并深爱着的子民身上，都有着明确的目标与计划。

有原则养育：七大育儿原则本书的育儿之道也是上帝之道，因为上帝是世上最初的父母，是我们每一个人的父母。

上帝创造每一个女人的时候，希望她们日后都能成为有目标、有原则的好母亲。

上帝也亲身向我们展示了怎样成为一个这样的母亲。

你会发现，当你决心顺上帝之意做一个有原则的母亲时，你的内心会多么的坚定和确信。

在我近30年的儿童教育经验里，同样的主题、同样的问题、同样的答案，一次又一次地出现在不同的母亲和不同的孩子身上。

我将它们总结起来，浓缩为下面的七条原则。

原则一：育儿需要明确的目标如今，很多母亲用心良苦，却教育出一些非常缺乏安全感的孩子。

在做一件事情之前，你真的应该先停下来仔细想一想，这么做的目的究竟是什么。

这条原则使得每一个母亲能直观地看到，她们对孩子的生活和发展有多么巨大的影响力。

这一章会阐述诚信正直的生活态度对育儿的重要性。

同时，我还会在这一章里，鼓励每一个母亲去认清自己。

原则二：理解孩子，肯定孩子这一章会向你解释，为什么很多他人眼中的“好孩子”却往往自我评价很低。

孩子们如何自我评价？

他们内心的种种挣扎又会如何影响他们的自信心、价值观和潜力呢？

对于这些问题，大人们常作出种种自己的假设，在这一章里，我们会一一讨论这些假设是否正确。

当你明白怎样真正地去了解你的孩子时，你就会懂得有原则的妈妈确实能化解孩子成长中的许多问题。

这一章将会教你如何有效地和孩子交流，并让孩子真正把那些道理听进心里去。

原则三：保持育儿的“愿景”这一章会告诉你如何顺利帮孩子度过青春期，而不出乱子。

<<有原则养育>>

要想如此，必须从孩子小时候就开始下工夫。

当然，学会正确的方法永远不嫌太晚，这些方法能给你信心、勇气和希望，能使你和孩子一起面对青春期的挑战。

我会教你从上帝的角度着眼，重新定义“犯错”的含义。

于是，面对孩子青春期的种种问题，你可以冷静地做个深呼吸，然后着手解决这些问题，而不是失控地咆哮不已。

对孩子的青春期感到恐惧的母亲们一定要读读这一章。

原则四：培养孩子的高情商孩子需要学会如何认清和面对自己的情绪。

这一章会告诉你思考的重要性，你也需要把这一点教给你的孩子。

不重视疏导自己的情绪，或不重视疏导孩子的情绪，都是很危险的。

你将会学到如何变得更敏锐、更有洞察力，从而更好地和孩子交流。

原则五：建立母亲的权威，赢得孩子的尊重这一章会阐述“尊重”和“快乐”的区别，前者是必需的，后者则不然。

现今母亲们最常犯的错误，便是混淆“尊重”和“快乐”这两个概念。

你会在这一章中学到，育儿中“尊重”和“快乐”有它们各自的角色，如果不能很好地把握，就会损害你们的亲子关系。

原则六：正确处理你的恐惧这一章会深入探讨过度控制孩子的母亲和有原则的母亲之间的区别。

不同的母亲会用不同的方法教会孩子如何信任他人、信仰上帝，以及培养孩子健康的情绪和心理，本章将讨论这些方法会产生不同影响。

原则七：做好你能做的，剩下的请交给上帝从孩子被孕育的那一刻开始，上帝就开始向我们展现他的幽默感。

无论是自然生产的孩子还是领养来的宝宝，我们完全无法控制孩子降临的时机。

育儿从一开始就不完全是人力可控制的，这是上帝教给母亲们的第一个道理。

这一章将教会你如何依靠和信任上帝，毕竟，我们的孩子都是由上帝一手创造的。

虽然本书主要是为母亲们所写，但是父亲们若能学习其中的育儿之道，也会十分有益。

阅读本书会让父亲们更轻松自信地扮演好他们的角色，男人需要一个大方向和具体的行动计划才能变得更加自信。

当孩子的母亲树立榜样，亲身示范如何有原则、有计划地教育孩子，孩子的父亲也会认识到计划的重要性。

在这样的认识下，孩子的父亲会更积极地参与育儿的活动，也会更为严肃地对待育儿过程中的种种挑战。

让我们开始育儿之旅吧我和戴安娜一起迷路的故事，让我明白我们是多么容易被盲目的自信所欺骗。

我们那天晚上的经历并没有什么致命的危险，但是，当一个母亲在育儿的道路上迷失了方向，她却可能给她最心爱的孩子造成灾难性的后果。

在你抚育孩子成长的过程中，你不想有任何迷失方向的时刻吧？

做母亲的心，一定都希望自己的孩子长大后拥有良好的个性、正确的价值观、坚定的信仰，以及改变世界的 ability 吧？

在孩子长大的那一天，你有信心对自己的育儿之路不存任何悔恨吗？

你想在育儿的过程中真正信任和依赖我们的上帝吗？

那么，加入本书的旅程吧，让我们一起学习上帝为我们设计的、有原则的育儿之道吧。

你可能会害怕，怕自己做得不够完美。

如果我告诉你，不完美并不要紧，不完美甚至是一件好事，你会觉得惊讶吗？

是的，你将会发现，有原则的育儿之道的核心，便是参与孩子生命的每一个阶段，观察他们的行为和个性，作出相应的调整和回应，同时自己也在在这个过程中成长。

我希望你明白，你并不需要做一个完美的母亲。

没有人能成为完美无缺的母亲，我不算是完美母亲，你的邻居不是，牧师的太太也一样做不到。

相信没有人比你更清楚，连你的母亲也有她不完美的地方。

<<有原则养育>>

所以育儿之道的重点，不是试着成为完美的母亲，而是做一个有目标的母亲，有原则养育。

有原则的母爱的核心，是找出到底什么样的教育模式最适合你的家庭、最适合你的孩子。

所以，如果阅读本书时，你不同意我的某些说法，那是一件好事。

为什么？

因为不同意我的说法，恰恰说明你作了批判性的思考，也把书本上的育儿理念运用到你的实际需要上去了。

如果本书中的某些理念让你觉得矛盾，如果你对我的看法有疑问，甚至完完全全不同意我的说法，那么恭喜你，你已经是一个有想法的母亲了。

我相信你一定能走好你的育儿之路，做一个成功的母亲！

.....

<<有原则养育>>

媒体关注与评论

这本书太棒了，它让我认识到了了解孩子只是育儿的一部分，而母亲对自我的认识和成长，也同样重要。

——一位5岁孩子的妈妈只有母亲情绪健康，孩子才能有自信、不浮躁、内心强大。

——执业20年的教师 李东梅

<<有原则养育>>

编辑推荐

一部直击“母爱痛点”的教子经典，资深心理学家30年经验力作 颠覆传统母爱观念，帮妈妈建立“母爱原则”为什么妈妈照顾周全，孩子却仍没有安全感？

为什么“好”孩子总是自我感觉很差？

执业30年的心理学家告诉我们：母爱，若缺失了原则，只会带给孩子伤害有原则养育的7个诀窍：诀窍1：育儿过程中，妈妈要在情感和灵魂各个方面更好地成长诀窍2：无论孩子是“淘气鬼”还是“乖宝宝”，都要认真地研究他诀窍3：危机中，请帮孩子守住信心和希望诀窍4：帮孩子管理情绪，别让他长成身体成熟、心灵幼稚的怪人诀窍5：有原则 过度控制，要正确处理你的恐惧诀窍6：妈妈就是妈妈，不要扮演朋友的角色诀窍7：做你能做的，剩下的请交给上帝

<<有原则养育>>

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>