第一图书网, tushu007.com

<<孩子把你的手给我>>

图书基本信息

书名：<<孩子把你的手给我>>

13位ISBN编号：9787511705297

10位ISBN编号：7511705294

出版时间：2010-9

出版时间：中央编译

作者：(美)海姆·G·吉诺特|译者:张雪兰

页数：234

字数：165000

译者：张雪兰

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

<<孩子把你的手给我>>

前言

没有哪个父母一大早醒过来时就打算着要让孩子的生活痛苦不堪，没 有一个母亲或者父亲会说：“ 今天，只要有机会，我要向我的孩子大叫大 嚷、唠叨，要让他丢脸、出丑。
”相反，每天早晨，许多父母都下定决心 ：“ 今天会是平静的一天，没有叫嚷，没有争辩，没有战争。
”但是，尽 管有好的意图，讨厌的战争还是会再次爆发。
父母和孩子之间充满了无休止的小麻烦、阶段性的冲突，以及突如其 来的危机。
发生危机时需要作出反应，而反应无一例外都会造成一定的后 果，对孩子的个性和自尊造成好或不好的影响。
我们相信，只有心理不正常的父母才会作出伤害孩子的反应。
但是， 不幸的是，即使是那些爱孩子的、为了孩子好的父母也会责备、羞辱、谴 责、嘲笑、威胁、收买、惩罚孩子，给孩子定性，或者对孩子唠叨说教。
为什么会这样？
因为大多数父母没有意识到语言的破坏力量。
他们发 现自己说出来的话正是以前自己的父母对他们说过的，发现他们正用一种 自己也不喜欢的语气跟孩子说话，他们原本没打算这样的。
在沟通中发生 这种不幸，常常不是因为缺乏爱心，而是缺乏对孩子的理解；不是因为缺 乏智慧，而是缺乏知识。
父母需要特别的方式跟孩子相处，跟孩子交谈。
如果我们中的任何一 个人躺在手术台上，在麻醉师把我们麻醉前，外科医生走了进来，说：“ 我对于手术真的没有受过多少训练，但是我爱我的病人，我会利用常识来 做手术。
”这时你会有什么感觉？
我们可能会惊惶失措，赶紧逃命去了。
但是对于那些相信爱和常识就足够的父母来说，他们的孩子可就不轻松了 。
父母就像外科医生一样，也需要学习特别的技能，这样，在处理孩子的 日常要求时才有能力胜任。
就像受过训练的外科医生在下刀时需要小心谨 慎一样，父母在使用语言时也要有技巧，因为语言就像刀，它们能够带来 痛苦，即使不是身体上的痛苦，在感情上也会留下很多痛苦的伤痕。
如果我们想改善和孩子的沟通，该从何处开始呢？
可以通过观察我们 自己的反应。
这些语言，我们都是知道的。
我们听到父母在跟客人和陌生 人交谈时就是使用那样的语言。
那种语言照顾你的感受，而不是对你的行 为进行批评。
我们对一个忘了带走雨伞的客人会说什么？
你会不会追上去说：“ 你 怎么回事？
每次来我家都要拉下什么东西，不是这个就是那个，你为什么 就不能像你妹妹一样？
她来我家时，总是很守规矩，你都四十四岁了！
就 不能长点记性吗？
我不是跟在你后面捡东西的奴仆！
我敢打赌，如果你的 头不是长在肩膀上，你会把头都弄丢的！
”我们不会对客人这样说话，我 们会说：“ 这是你的伞，艾丽丝。
”也不会再加上一句：“ 你总是不注意 。
” 父母需要学会把孩子当成客人一样对待。
父母希望他们的孩子安全、快乐，没有哪个父母故意让孩子变得害怕 、羞怯、不体谅他人、令人讨厌。
但是，在成长的过程中，许多孩子渐渐 养成了一些不良品性，缺乏安全感，缺乏对自己及他人的尊重。

<<孩子把你的手给我>>

父母希望 孩子有礼貌，他们却很粗鲁；父母希望孩子整洁，他们却邋里邋遢；父母 希望孩子自信，他们却对自己毫无把握；父母希望孩子快乐，但是他们都 经常不开心。
父母可以帮助孩子成为一个品质高洁的人，一个有着怜悯心、敢于承 担义务的人，一个有勇气、充满活力、正直的人。
为了能达到这些人性的 目标，父母需要学习人性的方法。
光有爱是不够的，洞察力也不足以胜任，好的父母需要技巧，如何获得并使用这些技巧就是这本书的主要内容，它可以帮助父母把期望的目标转变为每天的实践。
我希望这本书能够帮助父母明确跟孩子有关的目标，并提出一些能达 到这些目标的方法的建议。
当父母遇到需要具体方法解决具体问题时，那 些陈词滥调，像“ 给孩子更多的爱 ”，“ 给她更多关注 ”或者“ 给他更多 时间 ”是毫无帮助的。
多年来，我们一直在跟父母和孩子打交道，有时是以个人的形式，有 时是以治疗小组的形式，有时以养育讲习班的形式。
这本书就是这些经验 的结晶。
这是一个实用的指南，给所有面临日常状况和精神难题的父母提 供具体的建议和可取的解决方法。
它还给出了一些从基本交流原则生发出 来的具体建议，指导父母在跟孩子相处时要彼此尊重。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

父母可以帮助孩子成为一个品质高洁的人，一个有着怜悯心，敢于承担责任和义务的人，一个有勇气、充满活力、正直的人。
光有爱是不够的，洞察力也不足以胜任，好的父母需要技巧如何获得并使用这些技巧就是这本书的主要内容。

多年来，我们一直在跟父母和孩子打交道，有时是以个人的形式，有时是以治疗小组的形式，有时以养育讲习班的形式。
这本书就是这些经验的结晶。
这是一个实用的指南，给所有面临日常状况和精神难题的父母提供具体的建议和可取的解决方法。
它还给出一些从基本交流原则生发出来的具体建议，指导父母在跟孩子相处时要彼此尊重。

作者简介

作者：（美国）海姆·G·吉诺特（Haim G.Ginott） 译者：张雪兰 合著者：艾丽丝·吉诺特 H·华莱士·戈达德

第一图书网, tushu007.com

<<孩子把你的手给我>>

书籍目录

序言
引言
第1章 交流的密码：父母和孩子的对话
孩子的问题：隐藏的含义
毫无效果的对话：说教和批评产生距离和怨恨
沟通：针对孩子的感受作出反应，而不是针对其行为
谈话的原则：理解和共鸣
鱼儿会游泳，鸟儿会飞翔，人会感知：混乱的感受，混乱的信息
映射情感：说出孩子的感觉有助于他们理解自己是怎么想的
第2章 语言的力量：鼓励和指导的更好方法
称赞对孩子不再有用了吗？

夸奖就好吗？

令人满意和令人不快的称赞
学会称赞的步骤
给孩子指导而不是批评
当出了问题时：要回应，而不是反应
辱骂会伤害孩子
一致的交流：让言语和心情相符
如何得理我们自己的愤怒
发怒的三个步骤
对生气孩子的回就：方法最重要
总结
第3章 自取其害：应该避免的错误作法
恐吓：不端行为的邀请函
财赂：重新思考一下“如果……那么”的谬误
许诺：为什么不切实际的期望会给每个人带来焦虑
挖苦：学习的严重障碍
权威需要简短：少说更有效
对待谎言的政策：学会怎样才能不县助长谎言
对不诚实的处理：一盎司的预防胜过一吨的调查
偷窃：懂得所有权是需要时间和耐心的
不能用粗鲁方式教育孩子懂礼貌：培养礼貌的方法
总结
第4章 责任：要求服从，不如传输价值观
责任感的源泉
预期的目标和日常实践
长期计划和短期计划
医治孩子的情感创伤
与孩子建立联系
映射孩子的感觉
预防“愤怒的葡萄”
不带抨击地陈述感受和想法
孩子的发言权和选择

食物
衣服
家庭作业
零用钱：认识到钱的意义
照顾宠物：提供关爱的共同事业
冲突领域和责任范围
音乐课：保持家庭和谐
家长会：把问题集中在如何帮助孩子上
朋友和玩伴：监督孩子的社交
培养孩子的独立性
第5章 纪律：寻找替代惩罚的有效手段
父母的矛盾心态：需要更好的方法
被爱的需要
宽容和过分纵容
允许情绪，但要限制行为
有用和无用的训诫方法
纪律的三个领域：鼓励、允许、禁止
限制的技巧
表达不同限制时要用不同方法
孩子需要健康的方法释放他们的能量
纪律要明确地执行
父母不是用来打的
孩子不是用来打的
第6章 积极的养育：孩子生活中的一天
好的开始
时间表的专制：高峰期
早餐：没有道德说教的进餐
抱怨：得理捻情绪
穿衣服：鞋带的战争
上学：帮助比长篇大论更好
放学：提供热情的欢迎
回家：在一天的最后阶段重新和孩子交流
就寝时间：战争还是和平
父母的特权：不需要孩子的许可证
电视：裸露和死亡
第7章 妒忌：不幸的传统
新生儿诞生：仿佛兄弟姐妹之间的入侵
诞生：介绍入侵者
表达妒忌：对话好于病症
妒忌的各种表现
妒忌的源头
处理妒忌：语言和态度很重要
同情的话语：妒忌的消除
质量或平等：爱要惟一，而人不均一
离婚和再婚：妒忌的另一个竞技场
第8章 孩子焦虑的一些来源：提供情感上的安全感
因为担心被抛弃而产生的焦虑：通过准备工作让孩子安心

由于内疚而产生的集虑：简洁更加有效
因不信任或者不耐烦而产生的集臣：给孩子成长的空间
由于父母之间的冲突产生的焦虑：内战导致的后果
由于生命的终结而产生的集虑：神秘面纱下的谜团
第9章 性和人类价值观：需要审慎处理的重要问题
父母自己对性的态度
性感觉的开始
性和上厕所训练
回答问题
裸体
禁止的游戏
脏话
性教育
分享孩子的性经历
成熟的爱
第10章 总结：如何养育孩子
纪律：对感受要宽容，对行为要严格
关于而有效地对待孩子是可能的
后记
附录：哪些孩子需要心理治疗

章节摘录

“你希望我不要太看重你的分数，你希望能够自己决定什么分数对自己是好的，我明白。
”不仅是孩子，哪怕是陌生人，也会感激我们对他们的困境所表现出来的同情。
格拉夫顿女士说她不喜欢去她工作的银行：“里面通常都很拥挤，经理的行为使你感到，好像他在那儿待着就是帮了我大忙似的。
每次我到他那儿去的时候都会很紧张。
”一个星期五，她不得不拿着一张支票去让经理签字，当她听着他和其他人说话的态度时，她开始变得心烦焦急，但是随后她决定设身处地地为他想一想，然后她通过表达出来并承认他的感受表示了她对他的理解：“又是一个艰难的星期五！
每个人都要求你的关注，现在甚至还不到中午。
我真不知道你要怎么熬过这一天。
”经理的脸上马上放光了，她第一次看到他的笑容。
“哦，是的，我总是很忙，每个人都要求先处理他们的事情。
你要我做什么？
”他不仅签了支票，还和她一起到出纳员那里，好让事情办得更快一点。
毫无效果的对话：说教和批评产生距离和怨恨父母常常因为跟孩子的对话而感到失望，因为他们毫无头绪，就像那段著名的对话所说的那样。
“你要去哪儿？
”“出去。
”“干什么？
”“不干什么。
”那些想努力讲道理的父母很快发现这样会让人疲乏不堪，就像一个母亲说的那样：“我一直努力地跟孩子讲道理，说到我脸都绿了，但是他还是不听我说，只有我冲他喊时，他才会听我说。
”孩子经常拒绝跟父母对话，他们讨厌说教，讨厌喋喋不休，讨厌批评，他们觉得父母的话太多了。
八岁的大卫对他的妈妈说：“为什么我每次问你一个小问题，你都要给我那么长的答案？
”他向他的朋友倾诉说：“我不跟我妈妈说任何事情，如果我跟她说，我就没有时间玩了。
”一个对此很感兴趣的研究者无意中听到一段父母和孩子的谈话，他惊奇地发现，他们两个人几乎都不听对方在说什么，他们的谈话更像两段独白，一段充满了批评和指令，另一段则全是否认和争辩。
这种沟通的悲剧不是因为缺乏爱，而是缺乏相互尊重；不是缺乏才智，而是缺乏技巧。
我们日常的语言，对于跟孩子有意义的交流来说是不适当的。
要想和孩子沟通，减少父母的失望，我们需要学习用关心的方式跟孩子交谈。
沟通：针对孩子的感受作出反应，而不是针对其行为和孩子沟通要建立在尊重的基础之上，另外，还要有技巧：需要同时照顾孩子和父母的自尊；要先说出表示理解的话，然后再提出建议或意见。
埃里克，九岁，怒气冲天地回到家里，他的班级本来打算去野餐，但是下雨了。
他的父亲决定用一种新的方法。
以前他总是说一些让事情变得更糟的话：“天气不好，哭是没有用的。
以后会有玩的时候。
又不是我让它下雨的，你为什么要冲我发火？
”但是，这一次，埃里克的父亲没有这么说，他心里想：我的儿子对错过了野餐反应很强烈，他很失望，他用怒气向我表现他的这种失望，我可以帮助他的，只要对他的感受表示理解和尊重。
于是，他对埃里克说：“你看上去很失望。
”

<<孩子把你的手给我>>

编辑推荐

《孩子,把你的手给我(最新修订版)》：在过去的30多年中，《孩子,把你的手给我(最新修订版)》已经帮助世界数千万的父母改善、加强了与孩子的关系，是父母和教师日常必备的手册。
父母应该让孩子自己作决定，要让自己渐渐成为孩子生活中可有可无的人物。
永远不要威胁说要抛弃孩子，不管是开玩笑，还是愤怒时。
真诚推荐：《孩子,把你的手给我(最新修订版)》曾在一年多的时间里，高居美国各大图书排行榜榜首，并被翻译成31种语言，畅销世界各国。
仅在美国的销量就超过了500万册。
畅销美国500多万册的教子经典。

第一图书网, tushu007.com

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