

<<好妈妈训练营>>

图书基本信息

书名：<<好妈妈训练营>>

13位ISBN编号：9787530958780

10位ISBN编号：753095878X

出版时间：2010-1

出版时间：天津教育出版社

作者：慧心

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>

## <<好妈妈训练营>>

### 前言

“妈妈”，这是一个美好而神圣的词汇，它意味着爱，意味着责任。

把孩子培养成一个健康、快乐、于人于己于社会都有价值的人，是很多妈妈努力的方向。

如何成为一个称职的妈妈，是每个妈妈都需要学习的事情。

在孩子成长的过程中，如何让孩子少受伤害？

如何让孩子身心健康地成长？

如何让孩子和你无话不谈？

如何走进孩子的内心世界？

这些都是妈妈需要学习的内容。

孩子的内心世界是敏感而脆弱的，在孩子成长的过程中，妈妈一个微小的疏忽都可能给孩子的内心世界造成不可挽回的伤害。

心理学家说，一个孩子能否长成一个健康、快乐、优秀的少年，他在童年时期受到的妈妈的教育起到关键的作用。

本书从家庭因素、妈妈情绪等方面阐述了环境对孩子健康成长的影响，从了解孩子、尊重孩子、欣赏孩子、包容孩子等方面阐述了如何与孩子建立和谐、健康的亲子关系，如何走进孩子的内心世界与孩子成为朋友等。

最后是笔者给妈妈们的一些叮咛：“记得照顾自己，不仅仅是为自己，也是为孩子着想。

”希望女孩在成为妈妈以后，除了爱孩子也要爱自己，尽管爱孩子是母亲的天性。

今天我们要告诉妈妈们的是，如果你要做一个有效率的妈妈，你就必须懂得照顾自己。

## <<好妈妈训练营>>

### 内容概要

“我只是夸奖了你女儿，并没有伤害她呀？”

” “你是因为她的漂亮而夸奖她。

但漂亮这件事，不是她的功劳，这取决于我和她父亲的遗传基因，与她个人基本上没有关系。

但孩子还很小，不会分辨，你的夸奖会让她认为这是她的本领。

而且她一旦认为天生的漂亮是值得骄傲的资本，就会看不起长相平平甚至丑陋的孩子，这会给她造成误导，也会对她造成伤害……其实，你可以夸奖她的微笑和有礼貌，这才是她自己努力的结果。

”

<<好妈妈训练营>>

书籍目录

第一章 从女人到妈妈的转身 第一节 女孩,你做好准备了吗 第二节 突然到来的责任 第三节 妈妈重心的转移 第四节 朝着好妈妈的方向努力 第五节 从这一刻起改变你的教育观念 第六节 怎样做个称职的妈妈 第七节 教育不是一天两天的事第二章 给孩子一个温暖的港湾 第一节 家是孩子幸福的源泉 第二节 努力建立和谐的婚姻关系 第三节 给孩子一个健康的家庭环境 第四节 保护孩子内心的安全 第五节 家庭矛盾如何解决 第六节 有效的家庭沟通很重要 第七节 做好孩子的表率第三章 妈妈的情绪 第一节 管理好自己的情绪 第二节 让不和谐的气氛烟消云散 第三节 妈妈产生情绪的原因 第四节 别做爱抱怨的妈妈 第五节 别把焦虑转嫁给孩子 第六节 别做强势妈妈 第七节 做个快乐的妈妈 第八节 帮助孩子缓解不良情绪第四章 妈妈的品德教育 第一节 妈妈的品质影响孩子的人格 第二节 给孩子关于善良的教育 第三节 给孩子关于爱心的教育 第四节 给孩子关于诚实的教育 第五节 给孩子关于勇敢的教育 第六节 不要忽视对孩子责任感的培养第五章 妈妈,你了解孩子吗 第一节 走进孩子的世界 第二节 挖掘孩子的潜质 第三节 了解孩子的需求 第四节 和孩子成为朋友 第五节 当孩子调皮捣蛋时 第六节 全身心地去感受你的孩子第六章 妈妈,你尊重孩子吗 第一节 妈妈要尊重孩子的喜好 第二节 妈妈要尊重孩子的意愿 第三节 妈妈要尊重孩子的朋友 第四节 永远不要否定你的孩子 第五节 不要给孩子过大的压力 第六节 不要拿自己的孩子与他人比较 第七节 不要过多地管制孩子 第八节 学会在孩子面前示弱 第九节 学会向孩子道歉第七章 妈妈,你关注孩子吗第八章 妈妈,你包容孩子吗第九章 妈妈,你赏识孩子吗第十章 妈妈,请放手去爱 结束语 给妈妈的一些叮咛

## <<好妈妈训练营>>

### 章节摘录

是的，每个妈妈都应该清楚地知道，我们把一个孩子带到这个世界上来，我们就有责任让他感受到爱，让他接受良好的教育，让他懂得人世间的真善美，让他具备较强的生存能力。

妈妈是孩子的第一任老师，妈妈的言行举止，言传身教都会对孩子的成长和未来产生深远的影响。

培养一个孩子健康成长并不容易，我们需要做很多的准备和努力。

这是一位妈妈对孩子健康成长应尽的责任，对孩子的培养，妈妈们有几个方面需要注意：第一，孩子早期的情感开发很重要。

中国的妈妈更多的是关注孩子智力的发展，而忽略了对孩子情感的培养。

但是在一个孩子成长成材的过程中，情商往往比智商更重要。

所以，从孩子一出生，我们就应该开始潜移默化的情感教育。

小孩子喜欢用好奇的眼睛打量这个新奇的世界，也喜欢专注地望着妈妈，这时深情地和孩子对话、给孩子讲故事，是对孩子情感培养的最好时期，不要以为孩子听不懂就忽视孩子对情感的需求。

其实正常的孩子的智力是相差不大的，最主要的差别是情商的差别。

一个懂得尊重别人，懂得欣赏别人，懂得感恩的孩子，即使成不了栋梁之材，但只要具备了这些良好的品质，他就能活得踏实快乐而有价值。

第二，言传身教很重要。

妈妈要从小培养孩子的优良品质，这一点往往是妈妈最容易忽略的。

每个孩子刚出生的时候都是一张白纸，纯洁无瑕，这张白纸经过岁月的漂染究竟会变成什么样，完全取决于家庭教育，而妈妈是这其中最重要的角色。

妈妈在日常生活中要特别注意自己的言行举止，一定要给孩子树立好的榜样。

哪怕只有两三岁的孩子，你也不能随便去敷衍他，答应他的事情一定要做到。

要知道，通常孩子的一些不良的习惯和道德倾向都是在不经意间受到父母影响的。

媒体关注与评论

我所有的一切部归功于我的母亲，归功于从她那儿得到的德、智、体的教育 ——乔治·华盛顿

## <<好妈妈训练营>>

### 编辑推荐

《好妈妈训练营》：用最简练的语言帮您轻松变身标准好妈妈摒弃传统的教育观念，引用知名教育专家理念。

从妈妈自身素养做起，全面实施早期素质教育。

当你把一个新生命带到这个世界上来时，你就承担了一份做母亲的责任，你的一言一行都是孩子的榜样。

并不是每个女人天生就是一位合格的妈妈，如何做一个好妈妈是一门深奥的学问。

这是一本教女人如何变身标准好妈妈的书，主要从家庭因素、妈妈的个人情绪以及如何了解、尊重、包容、赏识孩子等方面全面地阐述了一个女人如何成长成一位合格的妈妈。

希望广大读者能够在字里行间认识到自己在教育孩子方面存在的不足，借鉴别人成功的经验，做一位好妈妈。

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>