

<<单亲妈妈教子方案>>

图书基本信息

书名：<<单亲妈妈教子方案>>

13位ISBN编号：9787802035119

10位ISBN编号：7802035112

出版时间：2008-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：郭阳等著

页数：230

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>

<<单亲妈妈教子方案>>

内容概要

《单亲妈妈教子方案》分别从调整心态、塑造人格、行为指导、锻炼能力、培养习惯、心海导航、合作教子等方面，给单亲妈妈一些启迪和帮助。

单亲家庭子女教育已经成为现代社会的一个重要课题。

对孩子来说，单亲家庭变化的只是家庭结构，而不是爱和责任。

只要妈妈有良好的心态和正确的方法，家庭结构的缺失并不会对孩子的教育和成长造成不良影响。

对单亲妈妈来说，教子不仅需要爱心，更需要智慧和策略。

<<单亲妈妈教子方案>>

作者简介

郭阳，女性期刊资深记者、编辑，长期研究女性情感、心理、家庭教育等问题，撰写多篇报告文学和论文，出版、发表各类著述100余万字，作品多次获得全国和省部级奖励。

<<单亲妈妈教子方案>>

书籍目录

前言 我们一起演喜剧第一章 调整心境，跨越眼前这道坎一、告别往事，让心灵重新起航和往事说再见微笑是母亲最好的化妆品善待自己，让心自由呼吸二、引导孩子，坦然接受现实其实孩子什么都懂回避会令孩子更困惑快乐妈妈带出阳光孩子第二章 笑对现实，点亮心中一盏灯一、家庭变化，只是一种经历“孩子，你什么都没有做错”不会改变的父母之爱二、婚姻有变，生活还要继续危机即契机：家庭变故是妈妈和孩子成长的新起点分出一半爱心爱自己三、母子携手，重建亲子关系引导孩子了解和接受新的家庭模式帮助孩子建立周全的支持系统协调多方关系，消除感情冲击波第三章 逆风飞扬，迎接生活的挑战一、母爱导航，奏响人生晨曲单亲妈妈，有勇气做好自己调整正常的教养心态二、适度放手，让孩子学会担当多给孩子当家做主的机会和孩子一起决策家事三、未雨绸缪，正视各种压力住房压力和经济压力舆论压力和亲情压力第四章 播种阳光，塑造健全人格一、爱教并重，摆正教子关系尊重孩子的想法母爱不是孩子的全部二、爱而不娇，着力培养独立让孩子学会担当责任培养孩子自信、自强的人格三、再忙再累，不能忽视沟通单亲家庭中的沟通之道没有平等就没有沟通亲子沟通的技巧四、晓之以理，为孩子计深远鼓励孩子融入社会帮助孩子处理好同学关系教会孩子笑对偏见和误解第五章 心海导航，为孩子人生扬帆一、问题孩子，折射家长的教养误区宽严失度过分关注，也是负担期望值太高重学习督促，轻人格教育无限度满足孩子的要求拿孩子当出气筒二、走出误区，海阔天空客观分析孩子制造的“麻烦”不是单亲的错第六章 保持台作，父母应联手教子一、离开父亲，不能脱离父爱为孩子留出父爱的天空“他”对孩子很重要帮“他”提高爱孩子的质量尝试双方“轮流”抚养孩子二、消除怨恨，保持健康心态不能老是活在怨恨里要不得的“教唆效应”监护权和探视权的博弈决不在孩子面前肆意诋毁“他”的形象损人不利己的“痛恨教育”三、隔代教育，单亲妈妈便捷的支持系统隔代教育确有弊端想方设法，扬利抑弊借助亲人的力量淡化单亲家庭的“残缺”第七章 重组家庭，家教更需要科学一、再婚，未必会伤害孩子孩子不是单亲妈妈寻找感情驿站的障碍如何告诉孩子你有了新的“他”二、协调关系，继父也不输亲爸消解孩子对继父的偏见“后爹”难当，也要迎难而上

<<单亲妈妈教子方案>>

章节摘录

第一章 调整心境，跨越眼前这道坎： 我不知道这个小孩怎样凭空而来，他可能让我告别长久以来的摇摆，带他回来给他一个温暖的家，每天晚上散一个小小的步。

慢慢地有人说那个小孩长得像我，跟我一样需要爱，一样的脆弱，跟我一样害怕孤独和寂寞。

我不知道这个小孩是不是一个礼物，但我知道我的生活不再原地踏步，陪他长大给他很多很多的爱，让他拥有自己的灵魂和梦。

因为一个小孩是一个神秘的存在，跟星星一样奇异，一样发着光，跟水果一样新鲜，花一样芳香。

像我这样的一个女人，以及这样的一个小女孩，活在这个世界上小小一个角落，彼此愈来愈相像，愈来愈不能割舍。

当著名歌手齐豫带着女儿齐洁轻吟浅唱这首《女人与小孩》时，所有的喧嚣都沉寂了，天地间只有这位单亲妈妈和她的女儿天籁一般的歌声流淌；华美的舞台瞬间黯淡了，世上再没有什么比一颗母亲的心更晶莹更美丽。

作为一个经历两段婚史、独立抚养女儿成长的单亲妈妈，齐豫无疑是成功的。

她从来没有放弃过自己的事业和追求，同时她让女儿也享受到了亲情的温暖，并且成长为独立坚强的孩子。

当记者采访齐豫是怎么做到这一点的时候，她微笑着说：“我是个单亲妈妈，没错，可是对孩子来说，最重要的是，妈妈是快乐的。”

可见，对每一位单亲妈妈来说，对每一个单亲家庭的孩子来说，家庭结构破碎、丈夫与父亲角色缺失固然不幸，但最不幸的却是因此失去快乐的能力。

这一章里，我们将和单亲妈妈一起探讨经营单亲家庭最重要的第一步——调整心境，保持微笑。

一、告别往事，让心灵重新起航 假如生活欺骗了你，不要忧郁，也不要愤慨！

不顺心时暂且克制自己，相信吧，快乐之日就会到来。

家庭的离异是不幸的，但是对于那些在感情旋涡中挣扎的女人来说，离异也是万幸的，是生活新的开始。

在大多数人看来，离婚是婚姻的悲剧，可是换一个角度来看，对于有梦想有理想的女人来说，离婚可能是女人的第二次生命的开始。

对于单亲妈妈来说，只要你坚信人生没有跨不过去的坎，只要你善于顺应变化、经营生活，你依旧可以拥有也许不完美，但是绝对无限光彩的人生！

是和往事说再见的时候了，是整装重新出发的时候了。

<<单亲妈妈教子方案>>

编辑推荐

中国版协妇女读物工作委员会推荐
妈妈是快乐的 ——著名歌手齐豫
怎样在单亲家庭中摆正教子关系？
单亲妈妈怎样调整正常的教养心态？
怎样让孩子学会担当责任？
单亲家庭亲子沟通有什么技巧？
怎样正视各种压力？
怎样避免单亲家庭教育的误区？
怎样为孩子留出父爱的天空？
单亲妈妈怎样寻求支持？
单亲妈妈该不该寻找“心的彼岸”？
重组家庭怎样寻找科学的家教模式？
除了母爱，孩子还需要什么？
《单亲妈妈教子方案》帮你告别过去·笑对现实·母子携手·共同成长。

<<单亲妈妈教子方案>>

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>