

<<隨著四季變化帶小孩>>

图书基本信息

书名：<<隨著四季變化帶小孩>>

13位ISBN编号：9789866180804

10位ISBN编号：9866180808

出版时间：2012-1-20

出版时间：三悅文化

译者：郭玉梅

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>

<<隨著四季變化帶小孩>>

內容概要

春天趁梅雨季洗滌心靈，夏天要盡情深呼吸，秋天泡泡手肘，冬天要小口小口喝水。
順應身體智慧，教養自然不費力。

媽咪們，不要錯過孩子身心發展的關鍵時刻唷！

大受日本媽媽們喜愛的整體治療師，將要教你細意體會，孩子內在與外在的需求！

提到整體治療一般人很容易聯想到把身體拗來扭去的整骨技術，請先別皺眉頭，本書並不是要你強迫拗折孩子的身體，而是以一種宏觀的態度，強調全面健康的完整性。

作者在本書中，想要傳達的其實是一

<<隨著四季變化帶小孩>>

作者簡介

東京人，整體治療師，根據「野口整骨」和「華德福教育」的思想觀點，專研讓生活更加健康的「身體技法」和「生活型態」。

提倡「傾聽身體的聲音」、「磨練身體的感覺」，藉由這些方式，讓身體的智慧活用在現代生活當中。

經常舉辦整治療指導、教養子女講座，也經常為身心障礙者進行手技療法；在雜誌載有關整體治療的散文也極獲好評。

<<隨著四季變化帶小孩>>

書籍目錄

春天的身體

改善骨骼的活動性，迎接身體的變化期 8

放鬆肩胛骨，準備對抗花粉症 10

培養孩子體內的「大自然」 按摩 13

對小嬰兒按摩時，要同時對他輕聲說話 16

肌膚接觸可以讓「自我」覺醒 19

全心全意注視孩子，小孩子就會感到滿意。

22

利用梅雨季節趁機為心靈消毒一番 24

夏天的身體

深呼吸，順利度過酷熱的夏天 28

外傷或蚊蟲咬傷的緊急處理部位 「化膿活點」 30

發生「跌打傷」時，最需要注意的是速度 33

受傷時，避免心靈同時受到創傷 36

咒語的威力 39

當孩子想做某件事的時候千萬不要加以壓抑 42

培養親子關係，才能順利斷奶、斷尿布 44

如何提高「溝通的敏感度」 46

傾聽身體的聲音 和阿亮老師一起寶貝你的孩子 49

泡腳/受寒時，可以緊急按壓的穴道/熱敷眼睛/放鬆肩胛骨/

伸展坐骨/看病時，對肝臟進行按摩/熱敷後頭部/按壓「化膿活點」

秋天的身體

預防受寒的重要時期 58

預知受寒的時間點 60

育兒的要領就在於「腰部」 63

學習育兒方面的才藝課 66

育兒的「直覺」就位在「骨盤」 68

「認同」是養育孩子的重點 72

「說教」的種籽會慢慢發芽 74

真心誠意的道歉做孩子的模範 76

冬天的身體

讓「神經」得到休養，滋潤乾燥的體內和體外 80

冬天期間應該小口小口喝水 82

請重視孩子內心的「嫩芽」 85

孩子呼叫的時候應立刻給與「回應」 88

孩子自立是從「放手」開始 90

「結束」的技術 93

照顧生病的孩子應該完成整個「生病過程」 96

接觸孩子的要領

如何緩解打噴嚏、流鼻水？

12

聆聽孩子身體的聲音 15

讓胸部舒緩與放鬆的要領 18

和身體溝通 21

深呼吸，大跨步走路 26

<<隨著四季變化帶小孩>>

- 「化膿活點」的按壓要領 32
- 利用「脈搏呼吸分辨法」研判跌打傷的輕重程度 35
- 減緩疼痛的第一步是站在孩子這一邊 38
- 媽媽是魔術師 41
- 一有感覺就立刻採取行動 48
- 泡泡手肘可以讓孩子感到安心 62
- 使足腰變得更輕盈的小道具 65
- 大人偶爾也需要放鬆一下 70
- 忙得無法傾聽孩子說話時..... 78
- 泡澡時喝水，感覺開水都是甜的！
84
- 仔細觀察未來能力的「嫩芽」 87
- 手臂放鬆操 可以避免把孩子抱得太緊 92
- 孩子生病時必須特別注意的事項95
- 孩子存在的世界 後序 100

<<隨著四季變化帶小孩>>

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>