

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

图书基本信息

书名：<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

13位ISBN编号：9787301191293

10位ISBN编号：7301191294

出版时间：2011-7

出版地点：北京大学

作者：赵红梅

页数：151

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>

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

前言

各位读者，很高兴能和大家一起分享育儿经验。

和你们很多人一样，我也是第一次做妈妈。

还记得当我在北京大学心理系进行博士论文答辩时，女儿在我的肚子里刚好40天。

目前，我在北京大学幼教中心继续我的儿童心理研究工作，在这里我有幸见证了1700多个宝宝的成长历程，感受着他们童年的快乐。

可以说，在女儿出生前，我用大量的“专业知识”和“二手经验”将自己全副武装。

但就在这个真实的小生命降临的那一刻，我却感到自己的大脑一片空白，取而代之的是从心底涌出的浓浓爱意。

谁说“妈妈是孩子的第一任老师”？

在那一刻，我只更加坚信：妈妈就是妈妈，永远也不会成为老师。

如今女儿快4岁了，作为母女，一方面我照顾养育了女儿，另一方面女儿在给予我快乐的同时，也促使我不得不打破固有模式，从另外的视角看待世界。

比如，她让我知道：炸酱面的黄瓜码儿可以咬成小碎屑，和着桃汁喝下去：只要想拥抱，我们就完全可以不在乎双手沾满了巧克力酱；即使还不完全具备审美能力，她也会选出自己喜欢戴的帽子……

身边很多爸爸妈妈都羡慕我的专业，认为我能解析孩子的所有心理活动，其实不然。

我记得一位朋友曾深有感触地说：“做妈妈是需要有悟性的！”

”的确，没有哪一本专业书籍、没有哪一套教育理论、更没有哪一种教育方法能够解决任何一对父母的所有问题。

很多时候，我们必须摸着石头过河。

尽管有着诸多不确定性，但我们始终要坚持的一个原则就是爱孩子、尊重孩子、信任孩子，接纳他们的所有特点，重视他们的长处。

试想，除了孩子，世界上还会有第二个人能够连续10个月与我们(特指妈妈)形影不离吗？

记得冰心在一次接受采访时，记者恳请她对天下的父母说一句话，她当时只说了这样几个字——“爱他们吧！”

”同为父母，我也想说，让我们一起来爱孩子吧！

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

内容概要

作为新手父母，0—3岁的家长是学习欲望最为强烈的群体，市面上针对这个年龄阶段的教育图书分为两种，一类以如何“养”为主，另一类以如何“教”为主，这类图书大多是将国外比较流行的教育理念本土化。

赵红梅的这本《0到3岁宝宝需要怎样的父母》内容以“教”为主，完全来自于作者的研究心得和实践经验，不依托任何西方的理念为基础。

从宝宝的角度出发，探讨0—3岁宝宝的教养需求。

《0到3岁宝宝需要怎样的父母》分为五章，第一章阐述为人父母这一社会角色的特殊性，其最有成就感、最需要责任感的角色定位；第二章引导读者从亲子之间的感情点来认识父母教养的意义本质；在第三章里，本书提出任何父母都可以给予宝宝并能让他们终身受用的四大财富，作者结合父母在宝宝的成长过程中所需要的特别关注点，采用简单且具有很强可操作性的实例说明父母和宝宝的相处之道；最后两章本书进行了纵向的总结和归纳，再次提炼父母的教养精华。

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

作者简介

赵红梅，北京大学发展心理学（幼儿教育方向）博士，现就职于北京大学幼教中心，任中心主任助理和教科研室主任。

同时，担任惠氏专家顾问团首席顾问。

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

书籍目录

推荐序

自序

Chapter1 宝宝想要这样的爸爸妈妈

请完全接纳宝宝

跟上宝宝成长的脚步

Chapter2 谁了解宝宝成长的秘密

宝宝的每一天都是唯一的

引导而不要代替宝宝

Chapter3 宝宝最需要的四大财富

成为一个健康的宝宝

吃饱了

要爬行了

也想去运动

小病也能带来好处

成为一个受欢迎的宝宝

最喜欢听摇篮曲

最擅长倾听和表情沟通

黏着爸爸妈妈，好还是不好

请这样说“再见”

需要有同伴的环境

家里有两个宝宝时

恐惧从哪儿来

成为一个自立的宝宝

自己吃

自己说

成为一个聪明的宝宝

阅读习惯从小开始

爱动手会更聪明

涂鸦意义重大

非凡的创造力

Chapter4 宝宝的小心思

别总是抱着宝宝

当宝宝抗拒爬行时

让宝宝“放肆”地探索世界

当宝宝发脾气时

宝宝和爸爸妈妈的“明争暗斗”

入园，爸爸、妈妈和宝宝都准备好了吗

Chapter5 谁误解了宝宝的行为

宝宝需要真自由

给宝宝满满的安全感

让分离不再焦虑

帮宝宝缓解不良情绪

后记

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

章节摘录

版权页：插图：大程度上是受到了成人焦虑的影响。

每年新生入园时，不仅儿童需要适应，家长也需要适应。

儿童在入园时会体验到焦虑，家长同样也需要克服焦虑情绪。

家长的焦虑体现在，当孩子进入幼儿园后，他们却迟迟不肯离去，有的家长甚至在幼儿园门口痛哭流涕，泣不成声。

家长的这种表现，不仅影响到自己的工作和学习，还会影响到孩子的入园适应，甚至会成为孩子不爱上幼儿园、不爱与父母分开的诱因。

心理学认为，焦虑是复合性负性情绪，其主要成分是恐惧。

焦虑一般由危险或威胁的预感所诱发，当个体预感到无力避免、无法应对必须面对的难题时，恐惧就会转化为焦虑。

而我们家长产生的焦虑主要体现在以下三个方面：送孩子入园后自己不肯离去；自身无法专心工作；跟孩子讨论幼儿园的不适应之处。

首先我们自己要好好想一想，为何我们不肯离去？

每年入园的第一个月里，幼儿园都要安排老师和保安对滞留不走的家长进行清场，有的家长甚至躲在教室外窗户下面或者是大树后，偷偷地看自己的孩子，有的家长甚至一边观察孩子一边哭，直到幼儿园的工作人员多次劝阻才肯离去。

家长的这种表现往往是由于对幼儿园还没有建立起充分的信任，对孩子在幼儿园的一日生活还不是十分清晰明了，同时对孩子在幼儿园可能出现的问题心里没有把握，这些都造成了家长不肯离去、不放心、不愿意把孩子单独留在幼儿园等一系列的表现。

其次是家长无法专心工作。

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

后记

我们的宝宝经常会面临新的情境，这些对他们来说都是小小的挑战。

女儿1岁零5个月时，我们带着她前往瑞典。

这是她第一次坐飞机，而且是长达9个小时的行程。

尽管我也顾虑她是否能承受，但最终还是坚信她没有问题。

出发前，我们准备了各种药物、奶粉和纸尿裤。

为防止肠胃不适，我还特别准备了一罐豆奶粉，还有她最爱的安抚奶嘴。

有人曾说，物质准备越多，表明心理准备越不足。

我对这句话深信不疑，便把注意力更多地放在调节自己和孩子的身体状况上，出行前注意休息并保持心情愉快。

出发的那一天来到了。

登机前，女儿一直在大厅内四处跑，探索机场里的各种新鲜玩意儿；登机后，起飞不足20分钟，由于之前嬉闹，再加上隆隆的噪音，女儿很快入睡。

2个小时之后她醒来，吃水果，玩拍手的游戏，还和周边的乘客简单“交流”。

在整个航行中，她始终按照正常的规律作息、进餐和做不同的小游戏。

接下来，她又睡着了一次。

女儿的第一次9个小时的航程就这样顺利完成。

作为父母，我们会和孩子一起经历很多第一次，但只要我们有备而来，充满信心，就能圆满实现一次又一次零的突破。

最后，我还想跟大家分享女儿成长过程中的一些事：直到11个月她才学会爬行，直到1岁3个月她才出第一颗牙。

尤其值得一提的是，在她10个月还没有出牙时我咨询了大夫，大夫的建议是，出牙受遗传的影响很大，如果要知道有没有乳牙牙胚，就得拍片子，显然这个年龄的孩子做不了，而且即使拍了片子也不能改变现状，没有还是没有。

虽然世界上确有无乳牙牙胚的案例，但那些人一般都会伴随其他成长问题。

而女儿看上去很不错，应该没有问题。

有了专业的指导，我开始了踏实的等待。

最终，她在较短的时间内长出了所有乳牙，白白的，很整齐。

教养我们的小宝宝时，爸爸妈妈一定要懂得等待，但必须是心里有数的等待，不能盲目等待。

在这样的心境下，我们和宝宝都会感觉舒适自然。

我们最需要接受的就是，宝宝必然有自己的特点，不同于我们，也不同于其他宝宝。

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

媒体关注与评论

这本集科学性、趣味性和实用性为一体的家庭早期教育指导用书，让我再次看到了赵红梅博士对科研知识的创造性应用。

书中的文字简短、精练、温馨、平实，很容易让人理解和接受。

我想正是因为如此贴近读者，才能使阅读本书的父母们易于掌握并实践适合自己 and 宝宝的、独特的育儿理念和方法。

——北京大学心理学教授 苏彦捷作为一名早期教育工作者，我从事早教工作已近30年，和赵老师可谓忘年之交。

集合了幼儿心理专家、幼儿教师、幼儿家长三重身份的她，是一位对孩子充满爱心的专家、老师和妈妈。

我真诚地将这本书推荐给广大读者，相信它会帮您打开一扇崭新的了解宝宝的大门。

——北京教育科学研究院早期教育研究所所长 梁雅珠真诚地向每一位新手爸妈推荐这本既科学又实用的育儿好书。

它告诉我们，爱宝宝不是给宝宝最好的，而是给宝宝他想要的。

了解你的宝宝，就从这本书开始。

——中国家庭教育专业委员会常务理事 中央电视台少儿频道特邀专家 晏红

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

编辑推荐

《0到3岁宝宝需要怎样的父母》：爱笑，爱哭爱爸爸，也爱妈妈爱爬，爱咿咿呀呀更爱耍脾气闹情绪我不是谁的宠物我是你的宝贝请快快懂我见证1700多例宝宝成长历程的幼儿心理专家，为你解读宝宝的咿咿呀呀，帮你摸清宝宝的生理和心理两大需求，轻松度过宝宝0到3岁的早教黄金期。精心总结100多例宝宝成长历程经验给初为父母的你最急需的帮助

<<0到3岁宝宝需要怎样的父母>>

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>