

<<只说一次，孩子就会听>>

图书基本信息

书名：<<只说一次，孩子就会听>>

13位ISBN编号：9787508638669

10位ISBN编号：7508638662

出版时间：2013-3

出版时间：中信出版社

作者：埃米·麦克里迪

译者：张朝娴

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>

<<只说一次, 孩子就会听>>

前言

## <<只说一次，孩子就会听>>

### 内容概要

《只说一次,孩子就会听:23个关于尊重、合作和爱的方法》内容简介：当孩子长大，你希望他们记忆中的童年是什么样子？

是只要做错事，爸爸妈妈就大喊大叫，斥责或者威胁，家庭成员间经常发生不愉快？

还是爸爸妈妈总是很尊重他们，平静地告诉他们正确的行为该是什么样子，全家人总是相亲相爱的在一起？

《只说一次,孩子就会听:23个关于尊重、合作和爱的方法》围绕阿德勒的儿童心理学中儿童最核心的两个情感需求：归属感和价值感展开，为父母提供了23个实用可操作的亲子沟通方法，并结合大量实例进行了运用这些方法前后亲子沟通效果的对比，帮助父母处理孩子令人抓狂的行为，让孩子理解和掌握积极正面的为人处事的方式。

能好好地陪伴孩子走过人生的每个阶段，用正确的沟通技巧跨越亲子间的代沟，让孩子被了解、被关爱，体会到幸福感，他们会比你想象中的更乖巧、可爱、主动、积极。

<<只说一次, 孩子就会听>>

作者简介

## &lt;&lt;只说一次，孩子就会听&gt;&gt;

## 书籍目录

序言IX第一章你所说的对孩子无效1惩罚和规则5时代改变孩子6抱歉，但这就是民主7有些教育方法为何只管用一会儿？

11坐反角：孩子真的知错了吗？

12为什么你不能数1、2、3？

15第二章孩子也是人17孩子到底试图告诉我们什么信息？

18学点简单的心理学：这对你很重要！

20孩子真正需要的是归属感和价值感23孩子的排行也能影响其情感需求26解析亲子互动方式中的3种自我状态29孩子眼里的自我状态32现在，请你打开工具箱33工具1 思想、身体和灵魂共处的时间34第三章是你让孩子表现更糟糕吗？

45育儿个性小测验48阐释4个育儿个性——优越、控制、愉悦、舒服51结合自身特点完善养育方式54工具2 平静的声音58第四章 鼓励能激发孩子的好行为63令孩子感到沮丧的方式67奖励和表扬带来微妙的沮丧感69用鼓励代替奖励和表扬77工具3 鼓励79教孩子额外付出努力挣得零花钱84鼓励是孩子情感营养的来源85有些话让鼓励大打折扣90鼓励和表扬的小测验92如果你对表扬和鼓励感到混乱95第五章 权力斗争97权力很重要吗？

101值得为权力而斗争吗？

102授权给孩子：授权原则105工具4 花时间训练107适合各年龄段孩子的训练112工具5 选择115让每个人都舒服的一天119第六章 你能控制的是自己和环境，不是孩子123用积极的姿态影响孩子124工具6 决定你要做什么125工具7 控制环境127工具8 当，然后131工具9 “当，然后”程序136第七章 让孩子从错误行为中学习141工具10 自然后果146工具11 逻辑后果153工具12 “非此即彼”后果159用积极的方法帮助孩子改掉健忘163第八章 错误行为的4个错误目标169错误行为产生的根源172深入了解问题的根源175解析4个错误目标177错误目标1：寻求关注180工具13 忽略孩子寻求过度关注的需求181工具14 集中关注185给孩子正面的关注186错误目标2：寻求权力190工具15 邀请合作193工具16 退出冲突196工具17 使用“我觉得”句型198给孩子正面的权力201错误目标3：寻求报复204错误目标4：表现无能208用时间和爱终结错误目标212第九章 手足之争213为什么手足之间会产生竞争？

217避免给孩子贴标签219父母的引导可以避免手足之争221工具18 置身于战争之外225工具19 事后加以教育228工具20 必要时介入233工具21 同舟共济236消除手足之争的好处239第十章 让家庭充满凝聚力241工具22 普通家庭会议244工具23 高级家庭会议251家庭会议陷阱排行前十257第十一章 把工具箱带回家261谨防退步264工具箱的运用265解密错误行为266掀开家庭生活的新一页

## <<只说一次，孩子就会听>>

### 章节摘录

结合自身特点完善养育方式现在，你或许在想：“什么？

改变孩子之前，我需要先改变自己？

这听上去太难了！

”但请别就此放下这本书！

好消息来了：如果你作了一些小小的调整，你的孩子就会自然而然地表现得好一些，你甚至发现你的配偶都有所改变。

以积极正面的方式去对待孩子，就算你要花上一段不短的时间才会理顺，你可能马上就会看到好的效果。

请继续阅读以下关于每个育儿个性的小说明和小提示，这有助于改变你的育儿方式，从小处开始是比较靠谱的。

本书中的所有技巧都具有很强的实用性和操作性，且可以运用在孩子的整个幼儿阶段。

任何育儿方式的改善、错误行为的改正，都没有捷径可走，想要一步到位、一劳永逸是不现实的，但是只要你做出改变，哪怕只是一点儿小小的改变，都会发现孩子的行为和以前大不一样，这个过程中你也会不断感受到自己的变化。

优越给孩子无条件的爱。

让孩子知道你对他的爱并不是建立在让他达到你的要求的基础上。

凡事往积极的方面想。

你要意识到就算孩子没有按照你所期望的方式完成某件事，只要他尽力了就很不错。

多倾听，少说教。

就像老话所说的那样，自然赋予我们人类一张嘴、两只耳朵，也就是让我们多听少说。

表扬孩子付出的努力。

表扬孩子在做事过程中的努力和进步，而不是一味追求结果。

（这点将在第四章详细讲述。

）给孩子自己选择的权力。

鼓励孩子按照自己的想法去做事和解决问题，允许孩子作适合他年龄的决定和选择。

你需要了解你的观点和答案并不是唯一的，或者并不是每次都是正确的。

松弛下来。

正如你不需要孩子事事完美，你也一样！

控制别把老板样儿带回家。

少对孩子发号施令，没有人喜欢总是被告该做什么、什么时候做、如何做。

少纠正孩子。

不是所有事情都得按照你的预定模式去做。

不控制，多给孩子选择。

不妨下放些权力给孩子，让他作适合自己的决定。

放松！

你需要明白哪些原则是最重要的，那么其他一些细枝末节的事情，就随意些吧，你会发现你和孩子之间的各种斗争都少了。

少说“不”。

只要改一下你的措辞，就可以把否定句变成肯定句，比如，你完全可以说：“哇，去公园一定很有趣，不过我们可以明天放学以后去，周末去也行，你觉得呢？

”而不是说：“今天没时间，不能去公园。

”愉悦学会说“不”。

你没必要对别人的每个请求都答应。

学会对孩子说“不”。

你的工作并不是成为孩子最好的朋友，而是需要平衡你的温柔和严厉，为孩子设立好规则并严格要求

## <<只说一次，孩子就会听>>

他。

让你自己无条件地被爱。

你要意识到其他人，尤其是你的孩子，应该无条件地爱你和赏识你，他们对你的爱和尊重不是建立在你为他们做了多少的基础上。

舒服按照一定流程行事。

将流程坚持下去，比如上学、放学、吃饭、写作业、玩耍、讲故事、睡觉等。

严慈并济。

过多的放纵会导致孩子需求增多或者说被宠坏。

允许孩子自己承担后果。

比如不吃饭，肚子就会饿，在适当的时候让孩子认识到选择导致的后果。

（第七章将会详细介绍。

）想想你的第一和第二育儿个性，赶快运用上面的技巧实践起来吧，为你和孩子设立合理的期望和限制。

刚开始感觉有些奇怪是正常的，过些时候，你会发现自己已经慢慢适应，更值得高兴的是，你会发现孩子身上也出现了这些正面积极的反应。

## <<只说一次，孩子就会听>>

### 编辑推荐

《只说一次,孩子就会听:23个关于尊重、合作和爱的方法》编辑推荐：风靡全球的“零吼叫、零唠叨”沟通理念，让父母释放育儿压力和焦虑，让孩子拥有平和与快乐。

只要你在家庭生活中认真学习并运用本书中提到的23个关于爱与沟通的实用方法，就能达到“只说一次，孩子就会听”的效果。

跟随《只说一次,孩子就会听:23个关于尊重、合作和爱的方法》，让我们给孩子一个美好的童年；让我们为了孩子成长为一个成功的成年人而帮他们作好准备；让我们一起爱上这项世界上最艰难的工作——做个好父母！



<<只说一次, 孩子就会听>>

名人推荐

<<只说一次，孩子就会听>>

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>