

<<简单父母经（简体版）>>

图书基本信息

书名：<<简单父母经（简体版）>>

13位ISBN编号：9787538180817

10位ISBN编号：7538180818

出版时间：2013-7

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：金·约翰·培恩,利萨·M. 罗丝

译者：杨雪,张欢

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>

## <<简单父母经（简体版）>>

### 内容概要

【华德福生活馆】<http://huadefu.taobao.com/>

此书购买链接：<http://item.taobao.com/item.htm?id=10456740983>

简单父母经 80后父母必备育儿经典

简单父母经是一个时代，陷于烦恼的父的一帖解药。

作者金·约翰·培恩曾受过华德福教师训练，目前是美国六十多所公私立学校的咨询师与训练师。

他辅导过很多有「现代病」的儿童 - - 「注意力缺陷失调」、「注意力缺陷过动失调」、「执着强迫性失调」、「反叛挑战性失调」，这些儿童经由他的「简化法」都得到有效的进步。

他们找了55位明显有专注困难的学生，都遵行他设计的简化制度，结果在四个月内，在没有服用任何药物之下，百分之68的孩子都从不良回到正常。

在书中作者很详细的叙述了为什么要这样做，以及如何执行的方法。

一旦开始了，父母与孩子都会尝到简化过的生活那种「轻松感」的甜头。

本书中也附上孩子们的手绘插图以增加阅读本书时的「轻松」与「快乐」感，希望所有的孩子都能这样快乐的度过童年、度过一生。

每个父母也可以从这本书中得到启发，重建简单、轻松、快乐的生活。

## <<简单父母经（简体版）>>

### 作者简介

金·约翰·培恩 & 丽沙·M·罗丝

教育硕士金·约翰·培恩是美国六十多所公私立学校的咨询师与训练师。

做过近 30 年的学校咨询导师、成人教育师、咨询研究员与教育家。

超过 15 年的私人家庭咨询治疗师。

他常做国际性教师、父母、治疗师会议的主讲员。

在全世界办研习营与训练营。

其角色是帮助孩子、青少年、和家庭，探究孩子与兄弟姊妹、同学之间的社交困境，孩子在家中、学校中的注意力与行?桐橙梅}，还有情绪问题 - 如反抗、侵略、上瘾、自卑等问题。

是华盛顿特区童年联盟的伙伴。

曾咨询过南非、匈牙利、以色列、苏俄、瑞士、爱尔兰、加拿大、澳洲、英国的教育协会。

培恩参与极多在北美与英国的华德福教育推广。

他目前是安提格大学新英格兰的华德福共同合作咨询项目的指导员，也是一个探究发展以不用西药的方式治疗有关注意力失调的孩子的研究项目指导员之一。

他的社交包容法（Social Inclusion Approach）是一个了解、打破孩子在学校中嘲笑与欺负的模式的方法，已经在数以百计的学校中实施。

澳洲出生的他与太太、两个孩子与姻亲住在纽约州的哈林威尔市。

更多信息可看他的网站[www.thechildtoday.com](http://www.thechildtoday.com)。

《简单父母经》是丽沙·M·罗丝写的多本书之一，做过编辑与文字经纪人，在书本发行中度过 20 多年。

现在是专职作家。

她与先生、两个孩子住在纽约州，哥伦比亚县。

更多她的作品请见[www.lisamross.com](http://www.lisamross.com)。

## &lt;&lt;简单父母经（简体版）&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章为什么要简化	15
我的一点儿拙见	19
过程：希望与梦想	28
过程：从哪里开始	33
改变	38
第二章情绪发烧了	51
你注意到了吗	55
当身体发烧时	55
当情绪发烧时	55
静下来吧	59
当身体发烧时	59
当情绪发烧时	59
拉近跟孩子之间的距离	62
当身体发烧时	62
当情绪发烧时	63
走过发烧期	66
当身体发烧时	66
当情绪发烧时	67
缓慢、坚强的回归	69
当身体发烧时	69
当情绪发烧时	69
第三章环境	73
玩具	79
“更少”所带来的力量	83
让我们开始行动：	88
选出那些“必须丢掉”的玩具	88
10种必须扔掉的玩具清单	89
别担心，解药来了	94
整理好留下来的玩具	95
简化之后的玩耍	97
反复试验	99
触觉	100
假装：想象的玩耍	101
体验	102
目的和勤奋	103
大自然	104
社交互动	106
运动	108
艺术和音乐	109
书	110
是否适合孩子的年龄	113
这本书是否以某个产品或电视节目角色为基本内容	114
这本书是揭开了一个故事，还是乱七八糟	114
孩子的衣服	115
香味与光	116

## &lt;&lt;简单父母经（简体版）&gt;&gt;

第四章家庭生活的节奏	121
可预期性	126
建立节奏	131
全家一起吃晚餐	143
简化口味	147
简化晚餐	151
睡眠与减压阀	154
睡前故事	160
第五章时间表	165
轮耕——平衡的时间表	170
无聊的好处	173
激动与平静：均衡的时间表	175
安息日的时光	177
预期	180
上瘾的种子	183
平凡的日子	183
运动	186
第六章过滤成人的世界	197
家庭访客	200
简化荧幕	202
参与	211
基地	212
直升机式的父母	214
退一步——少说一些	220
成人的话题	223
你爱自己生活的这个时代吗	225
是事实吗，够善良吗，必须要说吗	228
是事实吗	229
够善良吗	229
必须要说吗	230
退一步——协同工作	231
退一步——减少情绪监控	234
退一步——睡前功课	237
简单做父母	241
致谢	255s

<<简单父母经（简体版）>>

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>