

<<行之有效的正面管教工具>>

图书基本信息

书名：<<行之有效的正面管教工具>>

13位ISBN编号：9787554802533

10位ISBN编号：7554802534

出版时间：2013-6-1

出版时间：广东教育出版社

作者：甄颖

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>

<<行之有效的正面管教工具>>

内容概要

“正面管教”体系近40年前源于美国，以奥地利心理学家Alfred Adler和Rudolf Dreikurs的“个体心理学”理论为基础，由简尼尔森和琳洛特等教育专家完善，是一个专注相互沟通的，体验式的家长教育体系。

“正面管教”已成为美国主流家长教育体系之一。

事实证明，家长们不但从“正面管教课堂”学到易学实用的方法，解决从孩子睡觉、拖拉、吃饭，不听指令、轻易放弃等日常问题，还帮助家长找到引导孩子自信，自律，拥有强大内心力量的成长途径。

本书按照家长学习偏好，以11个深受中国家长欢迎的代表性工具入手，用家长真实案例来介绍正面管教方法和理念。

工具式编排和案例式分享大幅降低家长接受正面管教的门槛。

让正面管教可以帮助到更多家长。

<<行之有效的正面管教工具>>

作者简介

甄颖，美国认证“正面管教讲师”，简尼尔森亲导中国讲师，深圳汇智有方-正面管教团队 特级讲师，国内点击量（3700万）最高育儿博客“混血小美”博主，前欧洲媒体记者。

著有《和小美在一起》等四部作品。

甄颖微博上的自我介绍是“做想给、会给孩子自由、尊重、权力的妈妈”

<<行之有效的正面管教工具>>

书籍目录

合上“大脑盖子”的方法

与心沟通，让爱相容的拥抱

拥抱我们的孩子吧，不仅在幸福甜蜜时，和孩子拥抱；也要在我们生气、烦躁时，和孩子拥抱，让“拥抱的力量”，把我们的“大脑盖子”合起来，让“拥抱的力量”，帮助我们控制怒气。

不论什么力量，都没有爱的力量强大。

再深的伤痛，再多的不满，都能通过爱的行为化解。

爸爸和女儿亲密起来 / 不再责怪别人 / 抱抱气头上的老公

共情让我们与孩子心连心

当我们能够通过接纳并说出情绪的方式，对孩子、对自己“情绪诚实”时，我们就创造了“情绪安全”的环境。

孩子和大人都会觉得“可以自由地做自己”。

当那个真实的我们被接受后，我们就会产生强烈的内心安全感。

大街上闹觉 / 不愿进洗澡房 / 抢夺爸爸的搂抱 / 出乎意料 轻松拔牙 / “赖床大战”不再可怕 / 两个孩子打架

让“正面语言”成为孩子的“母”语

孩子从小受到正面引导，把正面管教的思维和语言教给孩子，孩子就会养成正面思维惯势，说出正面语言。

大人用清楚而具体的语言表达，有条件的许可，用孩子明白的暗号或手势代替说话，因为说话并不是我们唯一的交流方式，常常说话是最无效的方式。

宝宝在操场上“游泳” / 不再影响大人打电话 / 不再随便插嘴 / 委屈的孩子说出心里话

可以迅速安抚情绪的积极暂停

当“错误”发生时，如果孩子收到的信息是“指责和否定”，那他们就会本能的“逃避和辩解”，而不是客观平静的面对和解决问题。

我们要给孩子创造这样一个“情绪安全”的环境，帮助他们关注问题本身，寻找最好的解决方法，还要引导孩子当负面情绪产生的时候，学会接纳和疏导它，并练习如何用正面语言来表达。

即将爆发的怒气在“狗狗公园”熄灭 / 洗澡结束“仪式” / 疲惫的妈妈控制不住情绪了

关注解决方法的选择轮

孩子天生情绪诚实，他们只会用天生的方式表达，就像最单纯最本质的小动物一样。

家长的责任，就是用孩子接受的方式，引导孩子学会理智思考和理智行为。

选项是孩子和大人都能接受的。

从生活中我们一直对孩子抓得很紧的事情上，试试看从给孩子可行的选择开始，慢慢地拓宽孩子的成长之路。

对孩子说：“你来决定。”

牵着妈妈不放手的小客人 / 和爸爸玩过头 / 工作时孩子不再缠妈妈 / 女儿的“选择轮”平息了我的怒气 94 / 威威不高兴的时候有“选择轮”帮忙

建立成就感和归属感的惯例表

“孩子需要并渴望明确的生活规律，因为规律给孩子安全感，帮助他们发展自律的性格。

人类会惧怕很多事情。

未知，最容易让人产生担心和恐惧。

“惯例表”，能够一目了然地让孩子、让家长，知道：接下来要发生什么事情。

<<行之有效的正面管教工具>>

这样的“可预知”，能给大家都带来很踏实的安全感。

两岁威威不准妈妈上班 /小美自己管好了洗澡时间

建立独立思考能力的启发式提问

提问，表面是家长引导孩子发展独立思考的能力，引导孩子找到解决方法。

但背后，是家长将解决方法，也就是事态发展的走向，交给孩子。

有效的提问，需要家长的问题具体、清晰，越小越好。

通过“具体、清晰的正面语言”、“选择”等，打下基础，让孩子渐渐培养出理智、独立的思考能力和习惯。

妈妈，我想像你一样 /起床“麻烦”化为“甜蜜”

向孩子承认错误的4个R

没有人能够始终保持理智、冷静、耐心。

只要是人，就会有发脾气的时候，而妈妈这个“职业”，更要常常面对自己发脾气的时刻。

但我们都希望自己能够不对孩子发脾气，或尽量少发脾气。

因为我们知道，自己的脾气会对孩子造成情感伤害。

我们爱孩子，我们不愿用任何方式伤害孩子。

小恶魔变小天使 /姐姐打弟弟 /即使发脾气，你也是我最好最好的妈妈 /4岁的孩子自己剪头发姥爷不管

表达内心世界的“我”句式

孩子不像我们想象的那么脆弱，孩子更愿意听到实话。

好妈妈，不是让孩子一直高兴的妈妈，那是取悦孩子。

好妈妈，能够帮助孩子理智面对生活中的起起伏伏，不仅能够面对正面情绪，也能够面对负面情绪，还能发展出解决问题的能力。

生了一晚上气 /让孩子了解妈妈 /哼唧 /校车安全带 /跟孩子诚实谈情绪

赢得孩子的7个步骤

“一同解决问题的七个步骤”是个非常好用的工具，能够使问题的当事人在安全、心平气和的环境里，敞开心扉，有效交流。

这七个步骤看起来复杂，其实只是一场简单的对话，一次坦诚的沟通。

只要家长心里有“尊重”

也可以这样打招呼 /妈妈和威威的磨合期 /睡醒看不到妈妈——大哭大闹 /脚丫踢到爸爸脸上 /和婆婆冷战

培养孩子自信的“鼓励”

不论是成功还是挫折，孩子才是主角，家长不是。

我们放下自己的感受，去体会孩子的感受。

通过自己的细心观察，指出孩子值得鼓励和表扬的事实，就是让孩子“做主角”。

渐渐地，孩子不但能够在成绩面前保持理智，也能冷静面对失败，发展出真正的自信，踏踏实实做自己人生的“主角”。

应对乱弹琴，老师有新招 /用鼓励纠正孩子的错误 /从洗头发到清理猫砂

让孩子学会承担后果的“自然结果”

自然结果，是带着爱放手，让孩子自然自由地成长。

当我们看到孩子摔跤、犯错、受伤时，我们的天性促使我们冲上去保护孩子。

可是，我们也要提醒自己：她能自己站起来！

当她需要我的安慰时，我一定在她身边。

<<行之有效的正面管教工具>>

当她不需要时，我要退出，我要放手。

穿睡裤出门，尊重孩子的选择 / 宝宝爱喝洗澡水 / 橡皮泥不见了 / 故意尿在地上 / 甄小美吃猫粮

附录：孩子天生就会正面管教

正面管教，能让孩子明白：父母发脾气也不会对她真正造成伤害。

她不但不用怕，还有能力有智慧接纳父母发脾气；最后，她还能用自己的力量安慰父母。

孩子们不需要学习正面管教，他们天生就会。

因为正面管教符合孩子们善良的天性。

我的“正面管教小老师” / Coco的“正面管教周记” / 女儿让我泪崩 / 妈妈，你需要拥抱吗？

/ “西天取经组合” / Terrence的正面语言

致谢

好评如潮

<<行之有效的正面管教工具>>

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>