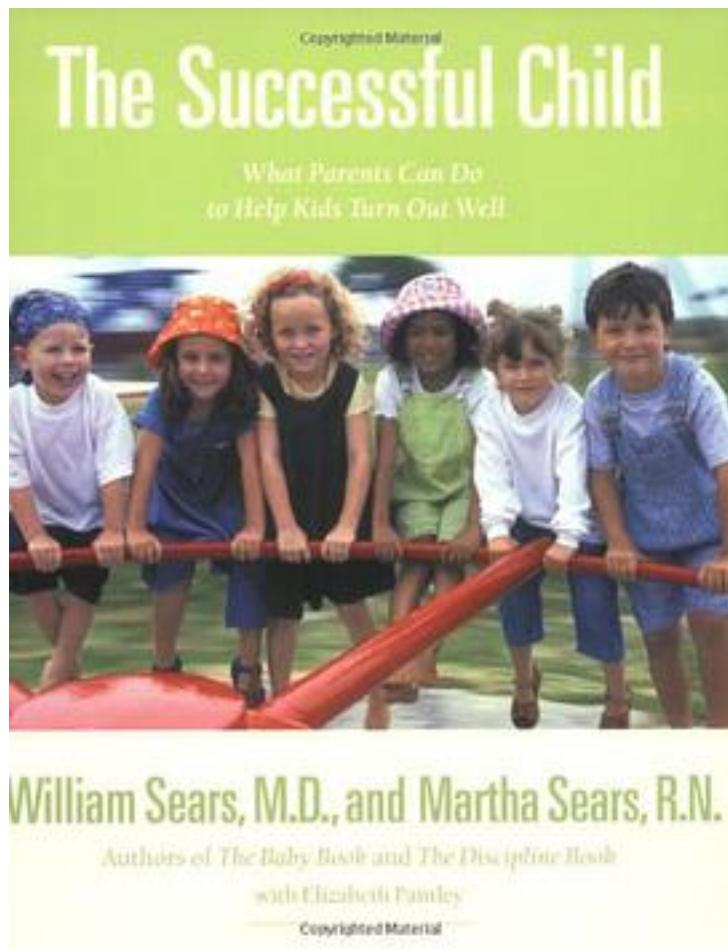


The Successful Child



[The Successful Child_下载链接1](#)

著者:Sears, William/ Sears, Martha/ Pantley, Elizabeth

出版者:Little Brown & Co

出版时间:2002-3

装帧:Pap

isbn:9780316777490

In this book, the Searses bring the reason and common sense of their philosophy of parenting to the hurdles of raising the older child. Attachment parenting is not just for babies; as children grow, they need to expand the web of their secure attachments to

friends, teachers, community and the wider world. As there is no single plan for any one family, the Seareses show a range of ways a parent can retain a child's trust and wield a positive influence as their child matures. By following the advice laid out in this book, parents can see that the bonds they have nurtured since infancy will provide the anchor that will ground their children through the challenging teen years to adulthood.

亲密育儿法在很多方面操作起来都不容易，但在每一方面，它都是最肯定生命、最贴近人心的方法，所以受到了越来越多妈妈们的肯定和拥护，西尔斯夫妇也成为全球最受欢迎的育儿专家，其代表作《西尔斯亲密育儿百科》长期占据美国各大书店育儿类畅销书排行榜榜首。

西尔斯夫妇认为，相比缺少亲密关系的小孩，拥有亲密关系的小孩更能适应未来生活的变化，更容易取得成功，尤其是在最关键的人际关系、价值观和情感沟通方面取得成功。因为拥有亲密关系的孩子显然更具同情心和同理心，自信又有安全感，更具备与这个世界建立亲密联结的能力。

作为“亲密育儿法”的教育实践版，《西尔斯亲密育儿练习手册》将带领读者了解，从孩子的出生到青春期的各个阶段中，亲密的亲子关系是如何发展的，以及亲密关系是如何影响孩子成功的。

本书的第一部分首先检查父母与孩子在建立亲密关系上是否顺利，因为这决定了孩子在情感和智力方面的发展。第二部分则指导父母如何把良好的亲子关系转化为更具体的成功技能——沟通力、同理心、自信心和安全感，等等。

作者介绍：

威廉·西尔斯

医学博士，美国儿科学会会员，全美最知名的儿科医生。西尔斯医生有着近40年的儿科从医经历，在心理学理论的基础上创造了当今世界最受欢迎的“亲密育儿法”(Attachment

Parenting)。他和夫人玛莎·西尔斯联合撰写的《西尔斯亲密育儿百科》《西尔斯橙色亲子课》《西尔斯健康育儿百科》《西尔斯怀孕百科》《西尔斯亲密育儿练习手册》等图书长期占据美国各大书店育儿类畅销书排行榜，美国妈妈几乎人手一本。威廉·西尔斯现为加州大学欧文分校医学院的儿科学临床教授。

玛莎·西尔斯

注册护士，威廉·西尔斯的妻子，8个孩子的妈妈，同时也是“西尔斯亲密育儿法”的联合创始人，《西尔斯亲密育儿百科》等畅销书的合著者。玛莎·西尔斯还是美国知名的育儿顾问和母乳喂养咨询师。

伊丽莎白·潘特莉

儿童教育专家，美国教育顾问咨询委员会会员，并担任学校家庭教师协会的主席。除了与西尔斯夫妇合著《西尔斯亲密育儿练习手册》外，她还著有《完美的父母之道》《为人父母小贴士1000例》《培养乖孩子》等畅销书。

目录: 西尔斯医生的话 1

第一篇 亲密关系是一切教育问题的基础

多项研究表明，相比缺少亲密关系的孩子，拥有亲密关系的孩子更能适应未来生活的变化。

第1章 在逆境中顺利成长

一天，有个粗鲁的人在养育8个小孩的事情上对玛莎纠缠不休，声称玛莎对“世界人口过剩”负有责任。玛莎回敬道：“这个世界需要我的小孩。”

成功的真正含义 009

“挂钥匙儿童” 013

培养适应能力 014

第2章 建立亲密关系

我们会成为什么样的人，很大程度上取决于成长过程中的亲子关系。

出生后第一年 018

建立亲密联系的方法 024

亲密育儿七法 025

幼儿时期：进一步发展亲密关系 029

3~5岁：亲密的学龄前儿童 034

5~10岁：渴望与他人建立联结 036

西尔斯成功育儿法 039

通向成功之路 046

第3章 练习亲密育儿

通过实践亲密育儿法，你可以学会用第六感去看待孩子。

建立亲密联结 053

高度投入的抚育 060

塑造孩子积极的人格 066

研究你的孩子 068

先建立框架，后设定界限 072

塑造而非控制 077

允许合理的失败和沮丧 078

第4章 关键期的关键帮助

在婴儿成长发育中有一些特定的关键或敏感时期，良好的亲子互动将最大程度地影响这个阶段的大脑发育。

大脑是怎样发育的 083

如何让大脑发育得更好 084

让孩子更聪明的12种方法 088

第5章 亲密关系的传递

与爸爸妈妈联结亲密的孩子，也比较容易爱自己的兄弟姐妹。

亲密联结的种子 133

如何克服必然的焦虑 136

亲近彼此——越早越好 139

“你也很特别！” 140

鼓励孩子们独立相处 142

角色扮演 143

传达你所期望的行为 147

让兄弟姐妹彼此紧密联结 148

理解彼此的感受 151

避免互相比较 152

“平等的偏爱” 155

绝不容忍讥讽和戏弄 156

让孩子们自己解决争执 158

朋友们来来往往，家却是永远的 160

第二篇 养育一个内心强大的孩子

帮孩子建立内心的准则，引导他们成为更有能力、更负责任的人，这是为人父母最重要的一项任务。

第6章 有同情心的孩子

在一个缺少联系的世界中培养亲密关系是一个挑战，尤其是父母每天的时间都被小孩、工作、琐事和责任填满。

培养关心他人的能力：婴儿期 167

培养关心他人的能力：学龄前	171
让学龄儿童学会关心他人	179
将同理心延伸到家庭和朋友之外（青少年）	194
第7章 有主见的孩子	
“是我们的选择决定了我们是谁，而不是我们的能力。”	
不同年龄阶段的抉择	201
帮孩子养成决策能力	206
内在的价值观	218
学会放手	221
第8章 良好的沟通始于自尊	
作为父母，帮助孩子表达自己感受的最好方法，就是让他们知道我们爱并尊重他们。	
哭声：最初的语言	228
孩子是世界上最棒的模仿家	235
肢体语言通常胜于口头语言	241
给孩子表达情绪的时间、空间和自由	245
良好的沟通始于自尊	248
倾听：是沟通中最重要的活动	250
拥抱：最令人愉快的沟通形式	252
内向性格的优势	256
第9章 有责任感的孩子	
“父母所做的一件事真正影响了我的人生，那就是教我明白努力工作的价值。”	
回应与责任	261
家务有助于培养责任感	264
做家务是一种投资	267
责任与价值感	270
从负责到责任感	272
学会等待是建立责任感的一部分	275
关于勤工俭学的几个问题	279
第10章 有道德感的孩子	
孩子们需要学会彻底想明白自己将要做的事情，这是养成良好道德行为的关键。	
同理心：道德感的基础	290
如何提升孩子的道德感和价值观	291
安全界限与道德准则	298
彻底想明白将要做的事情	304
第11章 自信又有安全感的孩子	
孩子成为什么样的人，取决于他对自我抱有何种信念。	
作为“建造者”的父母	310
植根于婴儿期的自信	311
反映孩子积极的一面	313
迈进孩子的世界	315
用语言和行动告诉孩子他们是重要的	317
告诉孩子你重视他的观点	318
根除贬低性的语言和行为	319
保护孩子的自尊	320
塑造孩子良好的“怪癖”	324
帮助孩子发掘独特之处	326
爱孩子本来的样子，而不是他所能做的事情	331
第12章 真正的鼓励来源于自己	
你能给予孩子的最大鼓励，就是期望他们尽自己所能。	
建立强大的信任关系	336
消灭让人气馁的话语	336
把鼓励的话写下来	338
清除游戏	339

在谈话中使用“我们” 340
表达出强烈的期望 340
推动，而非压迫 343
树立“我能”的榜样 344
要为自己的错误承担责任 346
态度也是会传染的 349
道歉的艺术 353
正面回馈 354
第13章 健康的性观念
孩子在性方面的自我印象，更多的取决于父母的榜样和态度，而不是如何讲解性知识。
亲密育儿：关于性的第一课 357
健康的性别认同 362
青春期的性教育 365
· · · · · (收起)

[The Successful Child 下载链接1](#)

标签

评论

[The Successful Child 下载链接1](#)

书评

涂佳宁

很多朋友希望我推荐一些比较好的育儿书，也看过不少，始终觉得少了些什么，直到我看到《西尔斯亲密育儿练习手册》，确定了它便是我想要的。本书由三位作者共同完成，威廉·西尔斯，从业近四十年的儿科医生，有...

每一次带宝宝去游乐场，看着她在球池里奔跑打滚，看着她在迷你公交车里坐在驾驶员位置开心地快速转悠着方向盘，看着她骑在小木马上欢乐地摇啊摇，我也不由自主地被她的快乐感染。有时候宝宝和爷爷奶奶一起去楼下玩回来，走进家就大声喊：妈妈！妈

妈！而我总会张开双臂奔向她，...

看完这本书之后，特意问了一下度娘，育儿的概念是对0~6岁年龄阶段的幼儿所实施的教育。而历来对于育儿方式就有许多不同的观点，包括近日非常流行的放任型育儿方式，即不管孩子哭闹，建立自己的喂养规范，这种方式也一度得到了本人的拥护，因为深觉幼儿恃宠而骄的劣根性，不应...

西尔斯夫妇在生了第三个孩子之后才开始总结亲密育儿理论，感慨说：“我希望当我们抚养第一个孩子的时候就拥有现在的育儿知识和经验，但在当时，我们的经历只能着眼于如何度过每一天。”我也曾经历初为人母的手足无措，事后也会自责若是重新来过，某些细节可以做得更好。好在接...

做事先要做好关系。因为做事的都是人。

养育孩子也要做好关系。因为孩子也是人。关系做不好，孩子就很难教育好。

“亲密关系是一切教育问题的基础。”这个论断，既是《西尔斯亲密育儿练习手册》的主旨所在，也是本人在教育湖海中奋力多年的切身感受。说白了很...

一本书教你如何亲密育儿 文/张宏涛

我觉得我很幸运，在妻子怀孕期间，我看到了《西尔斯橙色亲子课》，在女儿诞生四个月的时候，我又看到了《西尔斯亲密育儿练习手册》。

我自己研究家庭教育七八年了，七年前就出过家庭教育方面的畅销书，中外家庭教育类的书籍我看过几百本，如...

花一天的时间看完《西尔斯亲密育儿练习手册》。我还是个二十来岁的女孩儿，我喜欢这种育儿书。之前听母亲说，她像我这般大的时候，一手抱着我，一手拉着我姐，还背上一个蒸馍锅，坐一上午的长途汽车，去我爸单位短住。我开始产生一种疑问，我一路过的生活，里面有强悍、反叛、...

文/宇过天晴

希尔斯的育儿书总是备受大家推崇，这位医学博士有着40年的儿科从医经历，大量的临床案例奠定了他的育儿思想。更重要的一点是，他本身就是8个孩子的父亲，所以在育儿的过程中，他更懂得其中的感受。

这本《希尔斯亲密育儿手册》就是一本教你如何训练亲密关系的手...

自从老婆每个月都要来的老朋友不再来，我就开始了做爸爸的准备。准备最多的，就是各种书：胎教的、为孕妇减压的、0到3岁宝宝学认知的，而看得最多的，还是育儿类的。其中西尔斯系列的相对更靠谱。

这本《西尔斯亲密育儿练习手册》在育儿类书籍中比较经典，它的核心思维就是“亲...

前两年在看美剧《吉尔莫女孩》时曾十分羡慕剧中主角那一对母女的相处模式。她们虽说母女却更像是朋友，妈妈永远不会摆出家长的姿态命令孩子应该怎么做，孩子也不会要求妈妈帮自己做出任何一个决定。她们也会有分歧有争吵，但最终还是会相互道歉和归于好。关系的持续和修复都不...

准确的说，《西尔斯亲密育儿练习手册》这本书并不是我想要读的，完全是在帮一个朋友的忙。这位朋友以前是吃喝嫖赌、无恶不作的主，好吧其实我说轻了，别管什么词，只要是贬义的，全往他身上招呼就对了。就这样一货，竟然央求我帮他推荐几本育儿方面的图书对于他的请求，我左右...

曾经是一个悲观的少女，14岁发誓终生不婚。29岁终于结婚了，依然害怕养育孩子，理由是“婚姻不好可以离，孩子养不好可没有后悔药”。而现如今，我也即将拥有属于自己的“小动物”，我很担心将来养不好它，让它来到这个世上却不快乐。孕前读过孙瑞雪的...

自从父母去世之后，远在两地，或近在同城的兄弟姊妹之间，竟然会再无往来，……大概没有比此更好的诠释了，何谓亲近但并不亲密的家人了吧。不管怎样说，在关系紧密的家人之间是不会发生这样的情况的。

虽然不建议用在失去对方后的是否“哀毁过度”来评断两人间感情的深度，但...

说实话，在接触“亲密育儿”之前，对于老年人所说的“不能宠坏孩子”还是十分认同的。很庆幸，在我的宝贝即将出生之际，读了这些书。现在回想以前，觉得自己好残忍。我期望我的宝贝健康平安，我期望我的宝贝幸福快乐，我也期望我的宝贝是个受人喜欢、有同情心、有道德、有责...

说实话，自从怀孕之后我就开始更多的关注育儿方面的内容，从书籍到微信朋友圈信息，发现，自己的变化真大。因为是新手，没有任何经验，于是希望通过吸取前人、前辈的经验，帮助自己成为一个好母亲。《西尔斯亲密育儿练习手册》就成了我当前最好的学习手册。本书为三人合著。...

[The Successful Child 下载链接1](#)