

# 用心就能改變



[用心就能改變\\_下载链接1](#)

著者:荻原 光

出版者:新手父母

出版时间:20050203

装帧:

isbn:9789867894564

在社會高度發展伴隨著生活高壓力的今天，親子關係卻愈趨緊張，甚至虐兒、虐親事件層出不窮，原本溫馨堅定的親情正因為壓力、溝通不良等因素，而陷入尖銳衝突中，無論是資深父母或新手父母，如何能不憂慮？《用心就能改變》便是引導父母重新認識愛與體諒的親子互動觀念，帶領您輕鬆地與孩子從心靈深處建立和諧幸福的親子關係。而所謂成功的親子關係不是父母管教子女的單向關係，而是親子情感互相交流的關係；成功的教養也不是建構於完美的教育方式，而是立基在親子均能敞開心胸、互信互愛的心靈交流上。

《用心就能改變》提出的「心靈擁抱法」是少數從零歲開始的醫療教育技巧之一，它不僅能協助孩子和父母釋放負面的情緒，更讓許多親子從教養的瓶頸中重新站起來，建立起美好的親子關係。

在本書中，您可清楚了解：

◎孩子的內心情緒和能力。

- ◎如何保持愉悅的心情面對孩子。
- ◎如何判斷孩子憤怒、哭鬧等情緒的真正需求。
- ◎正視父母自身的情緒壓抑。
- ◎如何擺脫沮喪化危機為轉機。
- ◎認識身心障礙兒的正確教養方式。
- ◎父母如何從教養過程中改變自己。

作者介绍:

荻原 光

1956年生，早稻田大學畢業，曾擔任13年的公立小學教師，之後成立「育兒諮商室」，幫助許多父母解決親子間的問題，也是日本「擁抱法」的理事，並任早稻田學習教室講師，是著名的親職專家。

目录:

[用心就能改變\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[用心就能改變\\_下载链接1](#)

书评

用心就能改變\_下载链接1