

极简父母法则：教出快乐、自信、独立的孩子



[极简父母法则：教出快乐、自信、独立的孩子_下载链接1](#)

著者:【英】理查德·泰普勒 (Richard Templar)

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2017-9

装帧:平装

isbn:9787115465252

爱默生曾经说过，我们为孩子的美丽和幸福感到极大的欢乐，这欢乐使我们的的心灵博大到躯壳难以容纳的程度。是的，孩子的幸福快乐是父母共同的期待。而现实生活中，却往往事与愿违。

《父母极简法则》一书用简明的语言阐述了育儿过程中父母可能遇到的各种问题，父母可能会有的各种误区。例如，母乳喂养与奶粉喂养如何选择，自由的给予与纪律的设定如何平衡，期待的感恩与现实的埋怨如何面对，当下的事件与长远的目标如何协调，等等。作者提出的一条条法则看似简单，却给予了我们实用、扼要的指导，可以帮助我们轻松育儿，简单生活，将孩子培养成有教养、有担当、能自立、会生活的人。

无论你即将为人父母，还是已为人父母，无论你正在养育蹒跚学步的孩子，还是正在面对青春期叛逆的孩子，本书中的法则都将对你有所助益；作为祖父母，实践书中的法则也有利于你处理好三代人之间的关系，更好地面对自己，面对儿女，面对孙辈。

作者介绍:

【英】理查德·泰普勒（Richard Templar）

欧美畅销书“泰普勒人生法则系列（Rules）”图书的作者，其人生轨迹丰富多彩，在其30年的工作生涯中，涉猎了诸多领域，在不同企业内负责过不同的工作，现在他自己创业，同时经营几家公司。他的个人成功促使其开启了传道授业解惑的旅程，与大众分享他的成功法则。

据不完全统计，全球有超过240万人在按照他所建议的法则行事。有评论家认为，理查德的文字风格，既不是那种冷硬命令式、听多了让人觉得苛刻的“教科书风格”，也不是温柔多情式、听久了让人觉得黏糊糊的“中央空调风格”，而是一种介于两者之间温暖又不失客观的风格。

目录: 第一篇理智篇//1

法则 1 放松自己 // 2

法则 2 人无完人 // 5

法则 3 安于当下 // 7

法则 4 认清自己的长处 // 10

法则 5 偶尔可以打破法则 // 13

法则 6 不要尝试所有事 // 15

法则 7 适当取舍他人的建议（包括这条在内） // 18

法则 8 想要逃避孩子是正常的 // 20

法则 9 躲开孩子 // 22

法则 10 父母也是人 // 24

法则 11 不要忽略和伴侣的关系 // 26

第二篇态度篇//29

法则 12 爱远远不够 // 30

法则 13 因材施教 // 32

法则 14 极端往往是错的 // 34

法则 15 对孩子笑脸相迎 // 37

法则 16 尊重孩子 // 39

法则 17 享受陪伴孩子的时光 // 41

法则 18 少考虑自己，多考虑孩子 // 43

法则 19 井井有条并没那么重要 // 45

法则 20 风险在所难免 // 47

法则 21 把担忧埋在心里 // 49

法则 22 学会换位思考 // 51

法则 23 养儿育女不是竞技运动 // 53

法则 24 永远不要有情感勒索 // 55

第三篇日常生活篇//57

法则 25 让孩子学会“自己的事情自己做” // 58

法则 26 孩子需要淘气 // 60
法则 27 让孩子动脑筋思考 // 62
法则 28 巧用表扬 // 64
法则 29 让孩子明白哪些事最重要 // 66
法则 30 教会孩子如何面对失败 // 68
法则 31 要让孩子知道行为底线 // 71
法则 32 “贿赂”不见得是坏事 // 73
法则 33 情绪是会传染的 // 75
法则 34 帮助孩子养成良好的饮食习惯 // 77
法则 35 亲子沟通 // 79
法则 36 设立明确的目标 // 81
法则 37 不要唠唠叨叨 // 83
第四篇规矩篇//85
法则 38 统一战线 // 86
法则 39 施软不施硬 // 88
法则 40 前后一致 // 90
法则 41 不要生气 // 92
法则 42 对事不对人 // 94
法则 43 不要只说不做 // 96
法则 44 发脾气就输了 // 98
法则 45 错了就要道歉 // 100
法则 46 勇于原谅 // 102
法则 47 表达情绪的权利 // 104
第五篇个性篇//107
法则 48 找到有效的激励方法 // 108
法则 49 知己所长 // 110
法则 50 学会欣赏孩子 // 112
法则 51 寻找相似之处 // 114
法则 52 从孩子身上找到令你钦佩的品质 // 116
法则 53 允许孩子超过自己 // 118
法则 54 态度和成绩一样重要 // 120
法则 55 把恐惧和不安全感埋在心底 // 122
法则 56 树立正确的理念 // 124
法则 57 没有十全十美的孩子 // 126
第六篇兄弟姐妹篇//129
法则 58 培养孩子的手足情 // 130
法则 59 认识到兄弟姐妹间的争执是正常的 // 133
法则 60 教会孩子如何自行解决纷争 // 136
法则 61 让孩子学会团队合作 // 139
法则 62 让手足间彼此陪伴 // 141
法则 63 不要拿孩子互相比较 // 143
法则 64 不同的孩子适用不同的育儿之道 // 145
法则 65 不偏心 // 148
法则 66 混合搭配 // 150
法则 67 发掘每个孩子的长处 // 152
第七篇学校活动篇//155
法则 68 上学不等于教育 // 156
法则 69 学校是一个整体 // 158
法则 70 维护孩子的利益 // 160
法则 71 校园霸凌是严重事件 // 162
法则 72 教导孩子保护自己 // 164
法则 73 容忍孩子的朋友中你不喜欢的人 // 167
法则 74 记住，你是孩子的父母，不是老师 // 169
法则 75 不要娇生惯养 // 172

法则 76 减轻压力 // 174
法则 77 让孩子自己做决定 // 177
第八篇青少年篇//181
法则 78 不要恐慌 // 182
法则 79 和孩子像成人那样交谈 // 185
法则 80 让孩子有发言权 // 187
法则 81 不要刨根问底 // 189
法则 82 事事为孩子代劳并非好事 // 191
法则 83 别跟青春期孩子较劲 // 193
法则 84 大喊大叫无法解决问题 // 195
法则 85 让他们说最后一句 // 197
法则 86 让孩子知道权利和责任相伴 // 199
法则 87 尊重孩子的喜好 // 201
法则 88 和孩子尽量轻松自在地谈性 // 203
第九篇危机篇//205
法则 89 不要拿孩子当武器 // 206
法则 90 重视孩子的反应 // 208
法则 91 孩子恢复得比我们慢 // 210
法则 92 余波永远存在 // 212
法则 93 告诉孩子发生了什么 // 214
法则 94 教孩子要输得起 // 216
法则 95 意见一致最重要 // 218
法则 96 行胜于言 // 220
法则 97 让孩子知道自己是第一位的 // 222
法则 98 你不能搞定一切 // 224
第十篇成年篇//227
法则 99 退居幕后 // 228
法则 100 不要主动提建议 // 230
法则 101 把孩子当成大人 // 232
法则 102 别做孩子的好朋友 // 234
法则 103 无私地鼓励孩子 // 236
法则 104 你不能替孩子选择爱人 // 238
法则 105 去掉附加条件 // 240
法则 106 别让孩子内疚 // 242
法则 107 孩子仍然需要你 // 244
法则 108 不是你的错 // 246
法则 109 一日为父母，终身为父母 // 248
第十一篇父母篇//251
法则 110 无需崇拜父母 // 252
法则 111 发挥爷爷奶奶的作用 // 254
法则 112 别索要太多 // 256
法则 113 别利用父母的负疚感 // 258
法则 114 学会分享 // 260
法则 115 父母也是新手 // 262
法则 116 父母有不同的经历 // 264
法则 117 有总比没有好 // 266
法则 118 别当着孩子的面说父母坏话 // 268
法则 119 每个父母都爱自己的孩子 // 270
第十二篇其他不可错过的人生智慧//273
关于人生
智慧未必随年龄增长 // 274
关于工作
让你的工作引人瞩目 // 276
关于财富

财富面前人人平等 // 278
关于管理
让下属全情投入 // 280
关于爱情
做你自己 // 282
• • • • • ([收起](#))

[极简父母法则：教出快乐、自信、独立的孩子_下载链接1_](#)

标签

育儿

儿童教育

教育

家庭教育

心理学

育儿亲子

内容好

育儿高分

评论

虽然很多都是我知道了的 但是多看一次牢记一下总不会错

算是育儿书里能让人觉得还不错的了。大部分观点都有道理，但夫妻一定要保持完全一致我不同意。每个人都有自己的观点和见解，求同存异没什么不好的，孩子也能明白，

不是任何人都需要保持一致。

正如出版商津津乐道的销量，这的确只是一本畅销书

年龄跨度覆盖婴儿到青春期，0—18岁。

出乎意料的好

作者出了很多极简系列的书 有关于 爱情 事业 亲情 生活的 这本着重描写了 亲情 有关于孩子 父母 和兄弟姐妹的 最后还稍稍带了一些关注生活的法则 虽然这类型的书都会告诉你如何在短时间内处理好人际关系但实际运用到生活中并不是那么的容易 人的处事方法也不是靠看一本书就可以瞬间改变的 但是如果一直持续的吸收某一方面的理论 在将来总是会产生变化 量变到质变需要时间作为基础 最后你问我有没有深刻的记住哪条法则 老实说我已经忘得差不多了 不过中心思想应该还是要尊重他人 给彼此足够的空间 善待自己吧

系列里读得最认真的一本，虽然我还未婚。

会玩会放松 合理的情绪表达 除了爱 还需要规矩 自律 价值观 建立良好关系的能力 健康的生活方式 广泛的兴趣爱好 良好的教育 宽广的胸怀 独立思考的能力 自信 学习能力

不错，牢记目录的每一条。

放松自信陪伴

不要为了让子女顺从自己而增加附加条件，不管是在什么时候，在怎样的情况下，父母都不要给孩子增加附加条件，希望以此来左右孩子，不论是通过金钱还是通过其他方式。

讲的挺全面，读起来也不累，就是没啥收获。

相比一些其它很精彩的附有案例和做法指导的育儿书，这本很多都是一些道理，但没有实际做法指导，这些内容都比较表面

做个真实、自信、快乐的人，并用同样的尊重去对待小孩，就能潜移默化地让对方也得到类似的character.
其实就是非常简单的道理，作者啰啰嗦嗦的唠叨了一整本书，而且案例和用词都很无聊。

规则都懂，实施很难

这本书是真的很棒，读过的最好的育儿书之一，简单粗暴的育儿法则，现在的父母就是为孩子想的太多做的太多，孩子要是做不到或者做的让你不满意，父母就觉得很不安，其实孩子的成长需要他自己的想法、积极参与与体验，谁还不是在磨砺中成长起来的宝宝么，父母的瞎操心也不排除会适得其反的结果，对孩子的成长百害而无一力。父母把自己弄弄好的同时，尊重孩子，做好引导工作才是正解，看似简单，这往往也是现在的中国父母无法做到或者做好的。这本书也让我充分的进行了反省，共勉。

法则虽好，但是关键在于实践，反馈，修正，不然仍然是过不好这一生~

教孩子正确面对挫折

有一些启发，或者同感。但仍然迷茫。

虽然可操作性不强，大部分是理论思想，但是可以看出来作者是用心得之作，考虑全面，毕竟每家的每个孩子都不一样，需要父母自己动脑用心将理论思想运用于实际。

[极简父母法则：教出快乐、自信、独立的孩子_下载链接1_](#)

书评

文|欧阳欣 1
近几年，听到很多育儿之道都说“为人父母，要成为孩子的好朋友。”这些道理都认为，只有成为孩子的好朋友，才能够更好的了解孩子，能够和孩子进行有效沟通，能够在孩子成长的过程中提供及时有用的帮助，我一度也对此深信不疑。一直到最近看了理查德·泰普勒的《极...

陪孩子做作业暴怒到心脏搭桥，8岁孩子过劳死，早上晚上微信QQ被老师追杀……为人父母这活儿不好干，一日为父母，终生为父母，还得为父母的平方——祖父母。不管是小天使还是小恶魔，没哪个孩子是打了申请报告主动要来的，你招了他（她）来，就得负全责。其实呢，做父母应当是...

119条法则，阐明了父母在育儿过程中可能遇到的各种问题和误区。一个个小故事，语言简明，仿佛是在说发生在自己身边的事。作为父母，通过理解书中的各种法则，确实可以更好地面对自己，面对儿女。书中授业解惑的一个个观点，让我们在遇到各种困惑时得以豁然开朗，而将之付诸实际...

是泰普勒人生法则系列丛书之一，在英国，这套欧美史上最畅销的心理自助丛书家喻户晓，它的影响力甚至媲美《哈利·波特》。如今，这套书所倡导的理念也已经被传播到世界各地，据不完全统计，全球有超过240万人在按照他所建议的法则行事。——
关于作者 · —— 欧美畅销书作家...

朋友的笔记，一边阅读一边记录，感觉对自己帮助很大。她自己不会上传，请我代为上传。读罢这本书，她买了泰普勒人生法则那一套，启发和感悟特别多。里面的内容，可以践行，所以平实而实用。她不喜欢读深奥的书，这套书便十分适合她读。文字不深奥，道理不深奥，确实日常生活十...

在我们这个世间，有人似乎天生就掌握着幸福的人生秘诀，有人半路弯道超车突然成为了快乐的人生赢家，有人则认为生活处处充满荆棘与泥潭，或沉沦或挣扎。
那么是什么造就了人生际遇的不同？是什么让一些人对生活游刃有余？是什么让一些人成为职场上的少数人？是什么让一些人享受...

[极简父母法则：教出快乐、自信、独立的孩子 下载链接1](#)