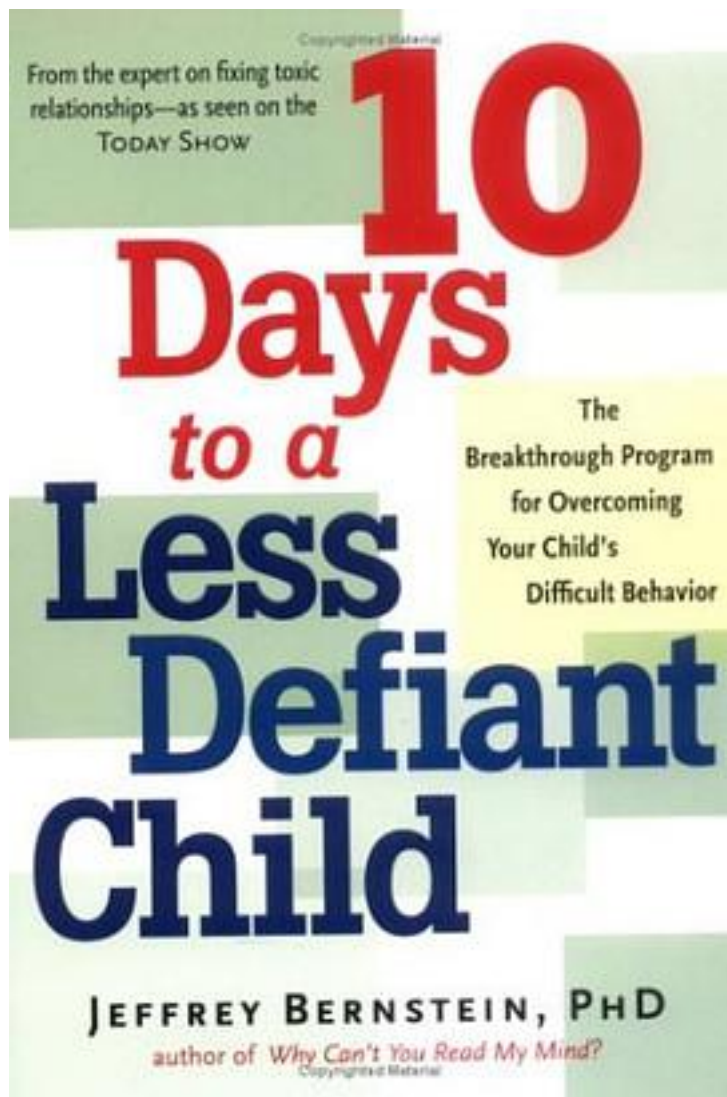


# 10 Days to a Less Defiant Child



[10 Days to a Less Defiant Child 下载链接1](#)

著者:Jeffrey Bernstein

出版者:Da Capo Press

出版时间:2006-05-18

装帧:Paperback

isbn:9781569243015

Occasional clashes between parents and children are not uncommon, but when defiant behavior — such as tantrums, resistance to chores, and negativity — becomes chronic, it can cause big problems within the family. In *10 Days to a Less Defiant Child*, child and family psychologist Dr. Jeff Bernstein has developed a ground-breaking 10-day program to help parents gain back control over their defiant child or teen. This powerful and exceptionally reader-friendly guide explains what causes defiance in kids, why it's so destructive to the family, and shows parents step-by-step how they can end the behavior. Simple-to-follow and extremely effective, *10 Days to a Less Defiant Child* will bring much-needed relief to the millions of frustrated parents out there living with defiant children.

作者介绍:

杰弗里·伯恩斯坦,

美国知名教育专家、心理学家、关系治疗专家，专注于儿童和家庭咨询20余年，曾帮助1000多个孩子和家庭修复关系，重获温暖的家庭生活。伯恩斯坦博士经常作为特约嘉宾出现在《今日秀》等电视节目中。

目录:

[10 Days to a Less Defiant Child 下载链接1](#)

标签

英文原版

育儿

评论

-----  
[10 Days to a Less Defiant Child 下载链接1](#)

## 书评

这书写得很不错，目前看到40%，里面说到的很多问题都是发生过且不停重复发生的，特别是书里引用的很多叛逆孩子的话简直和二代目发脾气时候说的如出一辙，从这一点上这书值得打五星。

当然，知道问题、准确描述问题，只是一个方面；能否解决问题，则是另一方面，同时也是更重要...

-----  
-----  
导读：如果你是一个教育工作者，并且愿意去尝试用以下的策略，你就可能发现叛逆学生会变得更容易控制。我已经发现，老师面对叛逆学生所采取的措施，对学生的行为有着巨大的影响。当你叛逆学生变得失控的时候，最主要的一点就是要保持冷静。下面的策略和信息会给你们提供保持冷...

-----  
文/友竹

孩子出现叛逆行为，是令家长颇为头痛的事。这是因为绝大多数家长在面对叛逆孩子之时，总是习惯性地 will 注意力放在孩子糟糕的表现、以及他们的糟糕表现给自己带来的崩溃感受上。他们无法理解叛逆孩子反复做出那些不懂事、惹人生气行为的深层原因，没有想过叛逆孩子背负的...

-----  
育儿的过程对父母来说就像一场打怪升级之旅，需要自身不断学习和修炼，才能更好的应对不断成长的小神兽。作为一名被青春期的孩子折磨得焦头烂额、但是又下定决心要改善亲子关系的宝爸，经过一个月的理论结合实践，终于看见了一丝曙光。  
今天去接四年级的豆豆同学从晚托班放学。...

-----  
在我从小到大的记忆里，总有一些同学被大人们当作眼中钉，肉中刺。每每被打上 " 叛逆 " 的标签，成为行为乖张、不思进取或离经叛道的代名词，任由掌控真理的大人们以爱之名加以痛斥和否认。究其原因，大多是不以认真学习为目标，喜欢挑战父母老师权威，企图放飞自我等。现在想来...

-----  
这本书的核心内容和《不吼不叫》差不多，一些方法缺少系统的归纳整理，动不动来个 "25个办法"、"16个秘诀"，分析地全是全了，落地操作起来比较困难。其中一个章节讲引起家长误解孩子的九大陷阱，分析地挺精准挺有智慧的，摘抄分享一下：陷阱1：期望孩子做他并未准备好的事...

-----  
书里面写的我居然基本都会 1.叛逆的原因：被同伴拒绝、外貌 家境  
学习等引起的自卑、认为逆反很酷、创伤 被误解 缺乏关爱  
缺乏安全感等造成的愤怒、父母没有做出正向的表率 2.冷静处理，不要被激怒  
3.不是领导的身份，而是顾问的身份，除了违法乱纪都不强迫孩子。放下命令，做...

-----  
现在很多家长和老师，对“叛逆期”三个字，简直到了“谈虎色变”，视其为洪水猛兽的程度。  
你是否感觉自己也被孩子折腾的筋疲力尽，甚至有一种要发疯的感觉？他特别容易情绪化，变得固执无礼，爱和你恶劣争吵，动辄摔门而去，甚至差点要和你动手。事后，你感到很苦恼，孩子看起...

-----  
两年前的我，无论如何也不会想到自己的女儿会叛逆。  
因为我们曾经是多么亲密的娘俩！我们无话不谈，亲密无间。她爸在外地工作，基本是我一个人将她带大，除了母女间的亲子血缘关系，我们还有相依为命的朋友关系——我们有相同的爱好和价值观。女儿不是特别优秀，但爱学习，有...

-----  
儿子即将三岁，真的开始出现了叛逆，2岁的时候还没有很明显，最近特别严重，对此我和宝爸产生了分歧。有时候真的觉得孩子就是自己的一面镜子，可是面对种种故意作对的行为，我们也很无奈。  
每次大家都安慰我说，不听话的孩子长大了有出息，对于此我自然是不信的，因为，一旦管...

-----

家有叛逆儿，家长要学会不打不骂不动气的温暖教养术  
孩子读初中了学习成绩直线下降，我想他是没有掌握正确的学习方法，而我对此也无能为力。在上小学的时候我就开始放手，试图让他自己去做自己的事，对他的学习采取放任态度，孩子小学时的成绩还不错，基本不用我操心，能在学校...

-----  
[10 Days to a Less Defiant Child\\_下载链接1\\_](#)