

# 亲子关系全面技巧



[亲子关系全面技巧\\_下载链接1](#)

著者:李中莹

出版者:现代出版社

出版时间:2008

装帧:平装

isbn:9787802440340

本书是著名NLP导师李中莹先生“家庭大学”系列培训计划中的一个主题课程，作者结合多年亲子关系有关研究和实践，从家长怎样看待自己的身份、理想的家庭环境、父母对待孩子的引导模式、因时施教、情绪教育、亲子沟通、正确对待孩子的学业、消除家长压力等方面行文，全面、系统地介绍了亲子关系的各种技巧，为家长正确处理亲子关系提供了一种简单易学而又极具可操作性的参照模式。

## 目录

序言 孩童时代决定整个生

第一章 家长必须明白的关键点

第二章 协调亲子关系的前提认识

一、家长要正确看待自己的身份

二、亲子关系10个基本要诀

三、理想家庭环境10个基本特征

四、信念系统是原动力

五、自我价值决定一生成就

六、父母对孩子的引导模式

附：孩子成长的体会

第三章 年龄不同因时施教

一、人脑的发育靠刺激

二、21岁前心智发展的5个阶段

三、不同阶段不同侧重

四、自我价值从自信开始

第四章 处理孩子情绪的技巧

第五章 情绪教育

第六章 良好而有效的亲子沟通技巧

第七章 孩子的学习和学业成绩

第八章 消除家长的压力

第九章 对婚姻出现问题的家长的建议

附录 李中莹先生的研究范围

作者介绍:

李中莹

李中莹先生最早把NLP完整地介绍到国内，因而被誉为“华人世界的国际级NLP大师”，他发展出大量独到而实用的思想和行为技巧，可以有效地帮助一个人培养出良好的心理素质。

同时，李中莹先生在心理治疗方面的造诣颇深，尤其在运用NLP技巧引导人们快速提升身心健康方面，不仅享誉国内心理界，近年在欧洲的国际心理治疗大会中也得到一致肯定。

近年来，李中莹先生依托杭州中莹之道企业管理有限公司，发展并推广与NLP相关的学问，包括亲子关系、企业家心智模式、跳出双人舞、幸福人生等多门品牌课程，以“三赢”——我好、你好、世界好为准则，向个人、企业及服务社会提供服务，传递智慧。

著作：《重塑心灵》（升级版）《李中莹亲密关系全面技巧》（升级版）

即将出版：《简快身心积极疗法》（上、下册）  
《李中莹亲子关系全面技巧：白金版》

目录:

[亲子关系全面技巧 下载链接1](#)

标签

育儿

心理学

NLP

亲子

教育

李中莹

儿童教育

家庭

## 评论

经验总结

-----  
289-33,

-----  
一篇文章的体量，啰里啰唆扩成了一本书，真把我们这些为人父母的，当成了幼稚园的小朋友

-----  
从NLP角度谈儿童教育，浅显而有启发

-----  
我们正处在一个“小孩不好过，家长更难过”的时代。  
要想改变孩子，首先改变自己。

-----  
操作工具书 通俗易懂

-----  
有众多实用技巧，可以在日常生活中反思实践。

-----  
这类书我读的少，作者不要骗我，觉得说的挺对的。但具体实行，可能还是很难的，但父母这个行业，既没有事先指导以取得从业资格，又没有事后考评以评价优劣，所以…  
…大概就是世界上最好干的工作了，同时也是世界上最难干好的工作

-----  
大白话,读着不累.

-----  
李中莹老师在亲子教育领域的力作

-----  
有些观点和董博士的不谋而合

-----  
从另一种视角去看如何处理亲子关系乃至人际关系，书中有很多具体的技巧，还是有一些不错的启发的。感谢邻居赠书，欢迎各位爸爸妈妈借阅。

-----  
有很好的指导性，更适合孩子大一些的情况，建立一些育儿的体系。

-----  
pdf,txt

-----  
这本书讲解的很好，送朋友很OK

-----  
还可以，工具书一本

-----  
亲子关系的教科书啊

-----  
易读实用，亲子类的好教材，值得一读！

-----  
非常棒的一本书，不单是讲父母和子女关系，也讲了夫妻之间的关系，指导性很强，且内容不空泛。

-----  
6-12岁孩子顽皮，不断搞花样，喜欢玩耍而不爱读书；总是坐不稳，走不定，嘴巴不停。是因为小孩总是不断找寻新事物，尝试新的行为，对每件事有兴趣，如此他们才会得到最多的刺激因素，脑力才能有最好的发展。所以孩子搞新花样，被家长认为顽皮，其实正是在努力学习中。鼓励孩子多与其他孩子玩耍和参加课外活动，比如博物馆、动物园、工厂、老人院、孤儿院、农场可以帮助他们在感性方面的成长。

-----  
[亲子关系全面技巧\\_下载链接1](#)

## 书评

快速看完了这本书，因为它的文字质朴无华，所传授的技巧易学实用，个人认为有很强的可操作性。至于最后每个看书的人学到什么程度，也在于各人的领悟和坚持了。这本书里介绍到的最精华的诀窍就是“亲子关系10个基本要诀”：  
1.没有两个人是一样的。 2.一个人不能控制另一个人...

-----  
写下这样的题目，不禁想起《一个陌生女人的来信》——我爱你，与你无关。问题是，这样的情状放在物件上面，怎么都好理解。置放在商店橱窗里的奢侈品，即便光鲜诱人，饶你再怎样爱到海枯石烂，摸摸腰包从此也就寂静灰心。但换做是人，则常常立时间变了模样。我爱了你，恰...

-----  
小时候听得最多的一句话就是“乖！”“要听话！”，工作了听得最多的就是“端人碗，服人管！”  
后来我自己有了孩子，我很反对对孩子说“乖！”“听话”这样的话，我不想自己的孩子重复我的老路，听到奶奶、外婆对孩子说“乖！”“听话！”的时候，我甚至会背地里对孩子说“不...

-----  
摘录：  
“家长对孩子的爱超越一切事物，应该是孩子在世界上永不会失去的东西。因此，家长不应随便地用它作出要挟或作为交换的筹码。  
这份爱是孩子成长过程中最大信心及活力的泉源。因此，孩子必须对这份爱没有任何的怀疑。这份爱若在家长的语言中表现出带有条件...

-----

-----  
之前一直看得断断续续，今天五点起床，一口气把这本书看完，看完心中只有震撼两字。  
看这本书起初的目的是希望找到帮助老婆教育宝宝的方法，结果发现收获远远超出意料。  
===== 生命系统  
1.生命的传承是为了什么？ 生命系统的核心动力就是维持系统本身的有效延...

-----  
随意的敲了些字，再发给你和大家吧。  
在我们的强权专制的文化里，父母把孩子当为了自己一个情欲的宣泄地，暗藏了很多的伦理焦虑引起的心理问题。一个受伤害的人会去伤害他人。因为父母也是被他们的父母虐待，所以，他们会继续虐待自己的孩子。而我们被虐待后，就会把未尽的情...

-----  
-----  
-----  
家长的职责是帮助孩子良好地成长，使他们有足够的力量用自己的双脚站立在他们的世界里，因此使他们培养出足够的自信、自爱、自尊是极为重要的。  
家长应该以爱、鼓励和支持去代替恐惧、羞愧感和罪恶感来推动孩子。  
家长特别容易注意孩子的不良行为和忽略他们的良好行为。一定要...

-----  
建议家长们都去看这本很实用的书！ 亲子关系全面技巧 李中莹(香港) 著  
“修订版”的序 /1 自序 /1 第一章 为什么写这本书? /1 第二章 主要概念 /11  
一、家长对于身份的正确态度 /13 二、亲子关系的十个基本要诀 /17  
三、理想的家庭环境 /28 四、“亲子教育之孩子成长” (...

-----  
读完整本书，对我启发最大的一句话就是：一对男女要获得美好恒久的爱情，直至共同走向婚姻，需要两个条件，第一个是对对方没有要求，第二个是两人都做到自己照顾自己的人生。其实朋友之间又何尝不是如此。  
书中还有一个观点我很赞同，就是我们往往爱上的是自己内心的一张照片， ...

-----  
“一对男女要获得美好恒久的爱情，直至共同走向婚姻，需要两个条件：第一个是对对方没有要求，第二个是两人都做到自己照顾自己的人生。”  
一句话，让所有情感类鸡汤都只剩下鸡精。  
感情保鲜最重要的一条定律是永远不要冷战。  
有多少感情是败给冷战？一方拉不下面子，一方在气头...

-----  
孩子成功和幸福的基础是必备这15项能力 | 读书 文/子晓  
你可能不明白一个人为什么会愤怒，我们大部分的人愤怒的时候，都会把罪责归咎别人，是别人的行为和语言让自己生气、愤怒。然后别人会说，你这个人不能管理好自己的情绪。其实，根本不是别人的行为和语言让自己生气。我...

-----  
【活动时间】：2015年1月27日14:00---16:00  
注：本期第一次，此后每周二相同时间，相同地点，相约共创，快乐亲子！  
【活动地点】：成都市广福桥正街28号隐庐巷上生活馆3栋11楼4号  
【活动费用】：20元/人  
【温馨提示】：参加的朋友们如果有这本书，活动时可以带来；可以提前...

-----  
既然家长的责任是帮助孩子良好地成长，使他们有足够的能力用自己的双腿站立在他们自己的世界里，因此培养出孩子足够的自信、自爱和自尊是极为重要的。家长应该以爱、鼓励和支持去代替恐惧、羞愧感和罪恶感。我对书中的这段话很有感触  
前段时间，孩子在父亲...

-----  
最喜欢的一句话，父母无需对孩子内疚。每一代的父母都已经把他们所知的、最好的给予了孩子，他们对孩子的爱 and 良好动机超过100分。家长无须责怪自己，尤其是当发现可以学到更好的方法时更无须自怨自艾。家长应该以积极的心态去对待自己的孩子。负疚心态只会使孩子误会家长给他们...

-----  
[亲子关系全面技巧\\_下载链接1](#)