

同理心养育：一本融合爱与沟通技巧的顺势养育书



[同理心养育：一本融合爱与沟通技巧的顺势养育书 下载链接1](#)

著者:爱读童书妈妈小莉

出版者:百花洲文艺出版社

出版时间:2019-8-1

装帧:平装

isbn:9787550033078

这是一本融合爱与沟通技巧的顺势养育书。

每个孩子都拥有自己独特的成长密码，每个父母都想给孩子最好的教育，建立亲密无间的信任关系。而事实上，在控制、对抗、威胁、放纵、讨好等养育模式之下，父母陷入迷茫和焦虑，孩子失去安全感和归属感。

爱读童书妈妈小莉用最温柔的母爱动情记录下养育孩子的心路历程，坦言走过的弯路，也分享自己如何在育儿实践中拨云见日，用切身经历解答所有家长都面临的育儿困惑和难题，她总结出：当父母用同理心养育孩子，一切沟通难题迎刃而解。

同理心养育就是真正“看见”孩子，尊重他的内心，安抚他的情绪，构建孩子坚实的内心世界。当孩子充分信任自己，信任父母和世界时，亲子关系才能有效沟通与合作，孩子才能积极勇敢地去探索世界，激发他们天性中的自信与独立。

作者介绍：

爱读童书妈妈小莉

原名方洁莉，毕业于武汉大学播音主持系。现为自媒体人，有了孩子后，专注研究亲子共读和家庭教育。

2013年小莉辞去高薪工作，创办“爱读童书妈妈小莉”公众号，开始专注分享亲子共读与养育孩子的亲身经历和心得。小莉妈妈的育儿方法有专业理论，且真实坦诚，凭借温柔有爱、实用有效的育儿风格，得到百万位新手父母的关注与热烈支持。

小莉妈妈坚持亲子共读六年多，读了几千本书，是荔枝FM上的超人气亲子主播，她讲的故事陪伴了孩子们1亿多次的安睡时光。她坚信良好的亲子共读能带给孩子勇气、自信、智慧和热情。

目录: 自序：亲爱的孩子，谢谢你

第一章 家庭教育：做个好园丁而不是木匠	
孩子世界里没有什么是“应该”的	/ 002
因为爱，请多尝试说“可以”	/ 007
不要用约定和承诺来控制孩子	/ 013
如何培养孩子对学习的兴趣	/ 018
孩子害怕，有一种帮助叫轻推	/ 022
“允许孩子哭”比“哄孩子笑”更重要	/ 028
分数重要，看到孩子进步更重要	/ 033
爸妈会吵架，也依然爱你	/ 038
好的家教都源于“同理心”	/ 043
第二章 自我成长：允许孩子成为他自己	
害羞的孩子有自己的内在节奏	/ 050
培养孩子的自信，淡然看待输赢	/ 054
“成长预设”是最伤孩子的一种期待	/ 059
孩子大了还要人陪睡，有问题吗	/ 064
还好，我有个爱美的女孩	/ 069
女孩养育：撕掉女孩标签，活出本该有的样子	/ 073
男孩养育：做个有温度的男子汉	/ 078
第三章 好方法：其实就是用对方法	
陪伴孩子度过入园焦虑	/ 086
孩子输了，该如何安慰他	/ 091
报兴趣班，当然以孩子的兴趣为导向	/ 096

孩子看电视、玩游戏停不下来怎么办／ 102
在日常养育中建立孩子的韵律／ 107
“不讲道理”的孩子错在哪里／ 113
孩子上课老开小差怎么办／ 118
写字慢、写字丑，逼他练字有用吗／ 124
陪写作业陪到初中还放不了手／ 129
第四章 安全教育：没有比这更大的事儿
孩子，你不要过分善良／ 134
危险！别放任孩子玩手机／ 138
守护孩子身体的界限感／ 143
幼儿园的女儿被男同学亲，怎么办／ 147
别摧毁孩子脆弱的心灵／ 152
千万不要把孩子遗落在车上／ 156
管好自己的孩子，不当“熊孩子”／ 161
第五章 亲子阅读：和孩子一起畅游书海
重视孩子的阅读，别让他的人生输在起点／ 168
轻松阅读，灵活运用孩子的碎片时间／ 174
孩子不爱看书怎么办／ 180
让孩子享受阅读才会爱上阅读／ 186
读了那么多绘本，孩子为什么依然不愿意讲故事／ 190
亲子阅读避免做这五件事／ 194
如何在读绘本时让孩子轻松认字／ 199
学好这四招，给孩子编故事很简单／ 205
痴迷阅读，别忘了保护孩子的视力／ 209
第六章 多子女：我也是第一次当三个孩子的妈妈
我也是第一次当三个孩子的妈妈／ 214
两个孩子争宠要怎么公平对待／ 219
多子女家庭，先要照顾好老大的情绪／ 224
老大、老二抢玩具，我该再买一个吗／ 229
孩子打架，父母要怎么管／ 233
三个孩子一起生病是什么体验／ 239
多子女家庭一定要做好“一对一”陪伴／ 243
也许每个孩子都自带守护神／ 248
第七章 亲子时光：孩子的世界最纯净
宝贝还没长大，就已经会保护妈妈了／ 254
假如让爸爸来带一天孩子／ 258
下雨天，和孩子一起把日子过成小诗／ 262
如果你的孩子也喜欢养小动物／ 266
和女儿吵架后，我们反而更亲密了／ 271
6岁的儿子说“我有女朋友了”／ 275
宝妈怎么和孩子一起爱上大自然／ 280
当妈十年，我学会的那些事／ 283
后记：当你真正看见孩子，他们才能安心做自己／ 289
· · · · · (收起)

[同理心养育：一本融合爱与沟通技巧的顺势养育书](#) [下载链接1](#)

标签

家庭教育

爱读童书妈妈小莉

白马时光

好书，值得一读

同理心

儿童文学

养育

中国文学

评论

近期读到的育儿书里面，实操性比较高的一本书，尤其作者是三个女孩的妈妈，对于养育女孩颇有心得，对同样有女儿的我，很有帮助呢。

[同理心养育：一本融合爱与沟通技巧的顺势养育书](#) [下载链接1](#)

书评

前几天逛超市的时候，遇到一个熊孩子坐在地上哇哇大哭，妈妈站在一边气哼哼地不说话。

走到跟前才知道，原来是孩子吵着闹着要吃冰淇淋，但是妈妈认为，小孩子吃冰激凌对肠胃不好，拒绝了孩子。孩子开始大声哭闹，妈妈觉得孩子大庭广众之下这么不听话，真是丢死人了！索性跟孩子...

闺女快要上幼儿园了，却还是不肯自己好好吃饭。每次到了吃饭时间，我们都在那好好地吃饭，就她一个人，嘻嘻哈哈的，东摸摸，西看看。我们都吃完了，她连一口饭都没碰过。一定要我们发火，她才肯吃。

有一次，因为她又不肯吃饭，我就抓起她的手，狠狠打了几下。结果，闺女哇哇大...

暑假过去大半了，老母亲每天都在跟小朋友讨价还价中度过：今天做什么作业，能不能少做一点，语文抄写和预习。哪怕能少写一个字也会露出开心地笑容。而对于看电视，则是“我再看一集呗。”“不行。”“那我再看20分钟”“不行，最多10分钟”“15分钟，好不好嘛”……每天都要在...

我的娃娃呀，快2岁啦！一直在学着怎么样当妈。可还是不免会有疏忽，大意，稀罕，偏颇的地方。生病的时候会觉得，健康就是好的。可活蹦乱跳的时候，又想着怎么发现和发展她的各方面能力。咿呀学语了，不知道是不是有些发育迟缓，不知道是不是应该开始培养她哪一方面的特长。饿了...

同理心是一个心理学概念 (Empathy) ，亦译为“设身处地理解”、“感情移入”、“神入”、“共感”、“共情”。泛指心理换位、将心比心。《同理心养育》，亦即设身处地地对孩子的情绪和情感的认知性的觉知、把握与理解。同理心养育，换言之，在教育的过程中要换位思考，站在儿童...

[同理心养育：一本融合爱与沟通技巧的顺势养育书 下载链接1](#)