

虎娃猫妈：亲子过招十二年



[虎娃猫妈：亲子过招十二年_下载链接1](#)

著者:杨陶如

出版者:少年儿童出版社

出版时间:2020-1-1

装帧:平装

isbn:9787558907838

著名心理学家徐浩渊，
中央电视台《朗读者》主持人董卿，
《爸爸去哪儿》主持人李锐，
儿童文学作家汤素兰，
湖南卫视《变形记》《成人礼》制片人徐晴

联袂推荐

书里即有科学的育儿理念，又有丰富、生动的真实案例，详细展现育儿过程中层出不穷的问题、冲突的解决过程，让家长一学就会。

育儿先育己，在陪伴孩子成长的过程中，家长也需要不断“修炼”内功，获得自我成长。作者把个人成长过程中的感悟与心理学原理相结合，提炼出育儿“十二招”。读书这本书，见招拆招、随手破招不再遥远！

作者介绍:

儿童文学大本营网站 总编辑

爱本源生命.赋能性教育 联合创始人

长沙市杨陶如家庭成长关爱中心 主任

国家心理咨询师

湖南省作家协会会员

湖南省家庭教育研究会理事

15年家庭教育及亲子教育实践

5年儿童青少年性教育经验，包括孩子课程、家长讲座实战教学及讲师培训

目录: 序 / 001

自序 / 005

第一招 理解感受并真心接纳 / 001

1 不要用“勇敢”压制孩子的感受 / 002

2 哭吧，哭吧，不是罪

——引导孩子正确认识情绪、表达情绪 / 004

3 告别小白——陪孩子面对宠物死亡 / 009

4 我不想写作业

——对情绪大爆发的接纳与宽容 / 012

5 面对糟糕的模拟考成绩 / 015

6 令人抓狂的求完美 / 018

7 宽容接纳中，对抗越来越少 / 020

8 我的情绪我负责，你的心情你调整 / 023

第二招 找到行为背后的需要 / 027

1 解开烦躁的结 / 028

2 进入追求完美敏感期的孩子

该如何面对“不完美” / 030

3 是坏脾气吗？ / 032

4 她为什么哭？ / 035

5 顺应发展中的“自己来” / 038

6 孩子不肯去幼儿园怎么办？ / 040

7 躲着吃方便面 / 043

第三招 温和而坚定赢得合作 / 045

1 如何让孩子养成良好的吃饭习惯 / 046

2 温和有力地对孩子说“不” / 048

3 吼叫管用吗？ / 051
4 一颗糖的“考验” / 053
5 能再多玩一会儿吗？ / 056
第四招 延迟满足与自控力 / 059
1 摇摇车，明天见！ / 060
2 我能玩你的滑板车吗？ / 062
3 要娃娃哈哈还是要酸奶？ / 065
4 自由与自律 / 068
5 自制是这样炼成的 / 071
第五招 学习承担自己的责任 / 073
1 为什么不能喝牛奶？ / 074
2 你上课还是我上课？ / 077
3 替代生活之天热穿衣 / 080
4 自己剪坏了头发，怪老妈吗？ / 083
5 赌气不吃饭，饿的是自己呀！ / 086
6 为了自己想要的生活做准备 / 088
7 你喜欢兴趣班，你自己去上啊！ / 092
8 由课外书引发的冲突 / 095
9 找到帮助孩子的度 / 099
第六招 遇到问题把人和事分开 / 101
1 是馋嘴吗？ / 102
2 我道歉了 / 104
3 孩子故意口吃怎么办？ / 107
4 化解爷孙气 / 110
5 是粗心吗？
——谈谈视觉广度与视觉敏锐度 / 114
6 吃槟榔的欣 / 118
7 打破轮回魔咒：用手机看小说到半夜 / 121
第七招 每件事至少有三个解决办法 / 125
1 除了生气和烦躁，还有什么办法？ / 126
2 波妞，笑笑！ / 129
3 我不想去“××人家”吃饭 / 131
4 找到解决问题的三个办法 / 135
5 被人“放鸽子”了怎么办？ / 138
6 学古筝的一道坎 / 142
第八招 相信自己，获得安全感 / 145
1 我能自己吃饭 / 146
2 四十片拼图地垫 / 149
3 我会吐鱼刺啦！ / 152
4 开学第一天，谁更焦虑？ / 156
5 我的作业我做主 / 160
第九招 及时的肯定和鼓励 / 163
1 抠鼻子 / 164
2 我要自己刷牙 / 169
3 不愿意就大声说出来 / 173
4 表扬，是为了谁？ / 176
5 差点忘记的听写测试 / 179
6 真心的表扬 / 182
第十招 突破困难积累自信 / 185
1 在试错中建立自信 / 186
2 突破自己，大胆尝试 / 189
3 泪水浸着“努力的能力”
——遭遇写字的问题 / 192
4 哭着也要自己走下山 / 195

5战胜害羞的成功体验 / 199
第十一招 接纳不完美的自己 / 203
1 输不起的孩子 / 204
2 逃避困难，还是螺旋式前进？ / 208
3 藏卷子的孩子 / 211
4 放弃还是坚持？ / 215
5 数学不好的孩子还是好孩子吗？ / 219
第十二招 一站二看三通过 / 223
1 遭遇脏话欣 / 224
2 切断难听话的传递链 / 228
3 孩子不愿看书怎么办？ / 230
4 不肯去上学 / 234
5 评价或观察？ / 236
6 谎言的背后 / 239
7 平静就是力量 / 242
附录 特别推荐：在游戏与阅读中静待花开 / 247
后记 只是因为爱你 / 255
· · · · · · ([收起](#))

[虎娃猫妈：亲子过招十二年_下载链接1_](#)

标签

育儿

父母

成长

心理学

儿童

亲子教育

评论

[虎娃猫妈：亲子过招十二年_下载链接1](#)

书评

[虎娃猫妈：亲子过招十二年_下载链接1](#)