

《第一次当爸爸:初为人父不可不》

图书基本信息

书名：《第一次当爸爸:初为人父不可不知的50件事》

13位ISBN编号：9787115356904

出版时间：2014-5-1

作者：蒂姆·曼吉姆 (Tim Mungear)

页数：282

译者：林秀兰

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《第一次当爸爸:初为人父不可不》

内容概要

第一次发现自己要做爸爸了会让人产生一种不可思议的感觉。你的生活从此发生了改变。虽然从生物学上说，你的任务已经完成了，但真正的考验才刚刚开始。在未来孩子他妈怀孕期间，你要支持她度过高潮与低谷，你要操心她的喜怒哀乐、衣食住行，你还要了解她千变万化的情绪来源以及各种突发状况的解决办法，你还要为自己的新角色做准备，因此你感到有些手足无措也是很自然的。《第一次当爸爸：初为人父不可不知的50件事》是一本每位准爸爸都可以参考和借鉴的孕期心理和生活指南，它也是每位准妈妈都可以买给丈夫看的“奶爸书”。

本书具有如下特点：

——《第一次当爸爸：初为人父不可不知的50件事》的作者蒂姆·曼吉姆是儿童文化慈善团体Springboard for Children的首席执行官，还是儿童教育机构Dads Unlimited的负责人，他从父亲的角度并以一线专家的经验为新手爸爸们提供了众多棘手问题的答案。

——本书将准爸爸们应该了解的有关妻子怀孕、分娩和新生儿养护方面的知识都浓缩在50条建议中，这些建议科学、实用，能教会准爸爸们帮助妻子顺利度过孕产期。

——本书是热销20多个国家和地区，销量超过100万册的“待产夫妇50个必知常识”系列中的一本。

——准爸爸准妈妈和他们的亲属都会从本书中获益匪浅。

本书提出了妈妈们的困惑，这些准爸爸们并不知道，例如：

为什么我身体这么难受，老公却一副熟视无睹的样子？

我怀孕了，本以为能得到更多关心，然而——没有！

做产检，各种状况频发，我多么希望老公能陪我去！

我内心焦虑、患得患失，而丈夫此时看着像个陌生人

.....

本书还为准爸爸们提出了忠告，例如，不要随便说出下面的话：

怀孕又不是生病。

不要那么情绪化。

啊呀，你看起来筋疲力尽。

我们什么时候能吃饭？

宝宝为什么在哭？

轮到你了。

你就像你妈妈（或我妈妈）。

某某看起来真棒，不敢相信她和你同时生的宝宝。

那么你什么时候有情绪做爱呢？

你应该没问题，我早上要起床上班。

《第一次当爸爸:初为人父不可不》

作者简介

作者:[英]蒂姆·曼吉姆(Tim Mungeam) 译者:林秀兰

蒂姆·曼吉姆 (Tim Mungeam) 是儿童文化慈善团体Springboard for Children的首席执行官，还是儿童教育机构Dads Unlimited的负责人。这家公司专门帮助那些被众多的育儿问题和随之而来的家庭问题搞得团团转的爸爸们。

《第一次当爸爸:初为人父不可不》

书籍目录

第一章 从小伙子到爸爸 1

- 1 我能做到吗 2
- 2 爸爸们各不相同 7
- 3 没有人是完美的 12
- 4 宝宝迅速起步 18
- 5 最初几周 23
- 6 孕期的性爱 28
- 7 重新审视你和你爸爸 33
- 8 调整你和你妻子的关系 38
- 9 新朋友和老朋友 43

第二章 从孕中期到分娩 49

- 10 成长中的宝宝 50
- 11 她恢复了 55
- 12 你与孕中期 60
- 13 相关的医护人员 65
- 14 扫描与检查 71
- 15 钱的问题 77
- 16 了解你的权利 83
- 17 什么是分娩计划 88
- 18 与未出生的宝宝建立感情 93
- 19 最糟糕的忧虑 99
- 20 最后三个月 104
- 21 买宝宝用品 109
- 22 产前练习 115
- 23 迎接分娩日 121
- 24 分娩的阶段 127

第三章 初为人父 133

- 25 不寻常的生命 134
 - 26 学习新技能 140
 - 27 最初的24个小时 145
 - 28 行动起来 151
 - 29 一见钟情 156
 - 30 小工具和新玩意儿 162
 - 31 控制探望者 167
 - 32 迎接不止一个宝宝 173
 - 33 不要忘记睡觉 179
 - 34 哭闹的宝宝 185
 - 35 不要吹牛 191
 - 36 分娩后的性爱 197
 - 37 照顾好自己 203
 - 38 面对产后抑郁 209
 - 39 维护人际网络 214
- ### 第四章 工作与你 219
- 40 工作与生活的平衡 220
 - 41 更聪明地做家务 226
 - 42 减少工作时间 232
 - 43 人在心在 238

《第一次当爸爸:初为人父不可不》

- 44 抛弃内疚感 243
- 第五章 开始父亲的身份 249
- 45 无条件的爱 250
- 46 爱是由时间编织成的 255
- 47 我希望我能早点知道的5件事 260
- 48 快乐的4条法则 266
- 49 孩子需要知道的4件事 272
- 50 一起成长 277

《第一次当爸爸:初为人父不可不》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com