

《猫博士育儿笔记》

图书基本信息

书名：《猫博士育儿笔记》

13位ISBN编号：9787510116933

10位ISBN编号：7510116937

出版时间：2013-6

出版社：中国人口出版社

作者：袁坚

页数：240

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

前言

推荐序 好爸爸，好妈妈 先交代一句，我就是本书中的大灰狼先生。我一直自认不是一个好父亲——当巧舌如簧的前投资银行家面对一个新鲜肉感但颇有脾气的小老虎时，全无理性和逻辑的交流方式经常让我陷于绝望的无奈。好在有小猫儿妈妈的温和与耐心和小老虎的不记仇，居然也有了享乐其中的今天。所以本书并不是讲述这三年我们是如何“教育”孩子的，而是讲述了这三年我们是如何陪伴孩子，三个人一起慢慢地成长。时下大部分亲子教育的书籍会基于“孩子遇到的问题”提出一组“建议的解决方案”，在这个结构中，父母被视为问题的解决者，却忽视了父母往往是产生问题的根源——父母可能出现的最大的问题，通常可以归因于过度的期望和因此导致的紧张；而紧张之下“行为变形”的父母，几乎一定会把孩子带到你所期待的反面。如同我的死硬理性派和小猫儿妈妈的完美主义文艺女青年情调，每当我们期待一个自以为是的确定的教育结果时，小老虎总会以出人意料反应挑战我们：“我可能是不一样的呦……”这时我们就不得不追问自己：你对孩子的期望到底是什么？你期待他有创造力，那么怎能要求他言听计从？你期待他尊重他人，那么是不是先要给他足够的尊重？你希望他有力量和勇气面对无常的未来，那么便要容忍他做出或许不合你心意的决定，并承担或许有伤害的后果……本书的主题是“轻松做个好妈妈”。反言之，一个不轻松的妈妈很难做一个真正意义的好妈妈。你或许含辛茹苦，你即便忍辱负重，但你的沉重和忧虑一定会映衬到孩子清澈的眼眸中；如果我们希望看到一个自信、从容、有尊严的孩子的成长，首先要做的，就是让我们自己变得更加自信、从容、有尊严。三年中，大灰狼和小猫儿妈妈也经历过各种的郁闷、纠结甚至是争吵。然而最终支持我们一路越走越放松、越走越开心的，我们终于明白：我们无法想象这个小老虎的未来究竟会是什么样子，如同我们的父母当初无法想象今天的我们。和孩子一起长大，原本就像是一段未知的旅途。有人从来都只按照旅行团的时间表作息；有人则愿意做一个好奇而轻松的行者，享受所有不确定性带来的惊喜和惊艳——“错过了火车？那么我们终于可以亲近这个城市的夜色了……”“丢了钱包？那么是不是有机会实践卖唱走天涯的儿时梦想……”“一切和想象的不一样？那样或许也很好吧……”那么，我的小老虎，爸爸妈妈能够给到你的，就是放任你在自然的天地中骄傲地生长——用你的眼，寻找草丛中最细微的生灵；用你的脚，行走山海间最沧桑的岩石；用你的耳，聆听世界上最迥异的争辩；用你的灵性，在广阔的宇宙中描绘出属于自己的核心。此刻，有一个名叫“好奇巡行者”（CuriosityRover）的家伙还在火星上不停地忙碌。我猜，他一定有个轻松的好妈妈。大灰狼先生 吴冲 2012年12月

《猫博士育儿笔记》

内容概要

《猫博士育儿笔记:换个方式爱孩子》内容简介：育儿专家给你看不拘一格的育儿生活，让你找到与孩子相拥的真正快乐！《猫博士育儿笔记:换个方式爱孩子》既是一本育儿记事，由妈妈猫博士亲述，从孕期开始直到小老虎宝宝三岁时，发生在猫博士妈妈、大灰狼爸爸和小老虎宝宝之间大大小小的亲子故事；又是一本育儿札记，是作者从育儿专家这样一个身份出发，对育儿、早期教育、家庭关系处理所做的一个自觉的思考与总结。《猫博士育儿笔记:换个方式爱孩子》既有亲切可感的育儿体验，又充满了专家具有反思性质的思想启迪。它启发更多的妈妈们，换个方式爱孩子，从这份轻松中获得妈妈与孩子共同的自由和成长！

《猫博士育儿笔记》

作者简介

袁坚
复旦大学文学博士，自由撰稿人、“非典型”全职妈妈。《好孩子》网站早期教育专家，《妈妈宝宝》《聪明宝宝》《为了孩子》等多家亲子刊物专栏作家。喜欢研究与小朋友和大世界有关的事，喜欢自由地思考、天马行空地梦想。倡导“轻松”育儿理念，主张彼此自由又互相依恋的母子关系。

书籍目录

序章 凡事可否不一样

把育儿看作一场大游戏 / 002

妈妈给孩子最好的礼物 / 002

再做一次小孩子 / 004

轻松从未出生开始 / 006

“起跑线”是个伪命题 / 006

如何把事情做得更有趣 / 008

以最自然的状态迎接他 / 010

唤起对身体的自觉 / 010

“非牺牲”的生活方式 / 011

名字就叫“no no no” / 013

姓名心理学 / 013

积极自由与消极自由 / 014

第一章 建立关联最重要(第1个月)

一次形而上的探讨 / 018

把问题推到极限状态 / 018

做妈妈之前的成长 / 020

育儿需要价值观的指引 / 021

母乳喂养 / 023

“喂奶的21小时定律” / 023

逐渐熟悉,逐渐亲密 / 024

抱,还是不抱 / 026

选择相信宝宝 / 026

抱抱有益健康 / 028

并不是所有的哭哭,都需要把他抱起来 / 029

绝对的独立并不存在 / 031

一扇能够自由开闭的心门 / 031

处理家庭多边关系,也可以很简单 / 033

第二章 一段安宁的时光(2~6个月)

趴着睡,有问题吗 / 036

踏实睡个好觉才重要 / 036

关于安抚奶嘴 / 038

用就用了,并非什么洪水猛兽 / 038

并不是什么时候都给他安抚奶嘴 / 039

3个月后,逐渐戒断 / 040

新的发展阶段:从吸吮到咀嚼 / 041

宝宝,你轻松地哭 / 043

哭哭没关系 / 043

一场完整的大哭 / 045

绝不允许抱怨的哭 / 046

走出家门去 / 048

汲取大自然的能量 / 048

在途中:旅行的意义 / 050

第三章 身份不仅是“妈妈”(7~12个月)

- 懒妈妈的辅食经 / 054
 - 不一定非要亲手做 / 054
 - 简简单单做辅食 / 055
 - 短缺创造需求——宝宝不爱吃饭 / 056
 - 良好的用餐习惯比吃饭更重要 / 057
 - 带宝宝上医院 / 059
 - 能不折腾就不折腾 / 059
 - 妈妈的安心是最佳陪伴 / 060
 - “全职妈妈”还是“职场妈妈” / 062
 - “不上班妈妈” / 062
 - 妈妈也有“分离焦虑” / 064
 - 你是不是个好妈妈 / 065
 - 只要做“够好的妈妈” / 066
 - 与保姆智慧相处 / 068
 - 保姆也是家庭成员之一 / 068
 - 标准化管理，加一点小趣味 / 069
 - 鼓励沟通，别要求完美 / 070
- ## 第四章 三个人的幸福(1岁~1岁半)
- 择地而居 / 074
 - 永恒的变化 / 074
 - 亲近大自然 / 075
 - 大灰狼爸爸的抗议 / 078
 - 权利需求 / 078
 - 不要介入 / 080
 - 真心实意的爱 / 081
 - 标签背后的老人家 / 083
 - 放下依赖心 / 083
 - 不要“标签” / 086
 - 为自己“蓄杯” / 088
 - 杯子空了吗 / 088
 - 并未远离 / 090

第五章 不着急,真的不着急(1岁半~2岁)

- 前语言时期 / 094
- 真不着急，假不着急 / 094
- 说话不是唯一的沟通方式 / 096
- 分离焦虑 / 099
- 1岁半宝宝的分离焦虑 / 099
- 信任与协商是处理一切问题的基础 / 101
- 用游戏来做告别仪式 / 103
- 忽然而至的怕怕 / 105
- 让他安心最为重要 / 105
- 没必要给他扣上“胆小”的帽子 / 107
- 宝宝的自我认同感 / 108
- 亲子阅读,非得努力做吗 / 110
- 书,就在那里,就像空气 / 110
- 把亲子阅读当做游戏 / 112

第六章 快来一起瞎胡闹(2岁~2岁半)

- 家是梦幻游乐场 / 116
- 瞎胡闹，很重要 / 116
- 随处都有好游戏 / 118
- 故事的关键是什么 / 120
- 故事是对世界的理解 / 120
- 故事的关键是可能性 / 122
- 故事想象力创造出来的世界 / 123
- 建立物权与边界感 / 124
- 谁都不是天生就会分享 / 124
- 物权及自我边界 / 126
- 同理心与创造性 / 127
- 禁止，还是竞争 / 129
- 为啥迷恋iPad / 129
- 和iPad“争宠” / 131
- 站在时代的十字路口 / 133

第七章 奔向广阔世界(2岁半~3岁)

- 面向大海，四季花开 / 136
- 搬家嘉年华 / 136
- 在海与山之间 / 140
- 让宝宝建立自己的活动节奏 / 141
- 家有“麻烦制造机” / 144
- 换个角度看“破坏” / 144
- 为他提供新发展 / 146
- 如约而至的叛逆期 / 147
- 别总问“好不好” / 150
- 躲在“好不好”的背后 / 150
- 权威，简单而有必要 / 152
- 民主，为创造性打开大门 / 154
- 入园准备倒计时 / 156
- 如何寻找幼儿园 / 156
- 游戏开始了 / 158
- 分离的时刻终将到来 / 160

尾章

最令妈妈们纠结的N个问题

- 早教问题 / 164
- 心理问题 / 168
- 成长问题 / 176
- 家庭教育 / 186
- 特殊情况 / 194

附录

小老虎宝宝二三事

- 我1岁啦! / 198
- 我1岁半啦! / 204
- 我2岁啦! / 210
- 我2岁半啦! / 218

章节摘录

版权页：在海与山之间 我之前如此向朋友们描述我们即将前往的地方：一边是海，一边是山，海上有船，海边有沙滩，山上有瀑布，而脚底下是茂盛的、品种各异热带植物。我想象着小老虎每天醒来，眼前都是无比广阔的自然景象，想象着他光着脚丫在海边奔跑、自由自在的样子。我期望着他将来会成为一个内心自由，心胸开阔、大气的人。抵达新家的头几天，忙碌过后，我们就带小老虎去海边玩。有了在厦门的经验，他对大海更觉熟悉，毫无惧意，即便风大浪大，很多大人都有些害怕，远远躲在后面，他依然很放松地各处走动，甚至主动往海水里去。大灰狼先生护着他，站在海浪能扑到腰身的位置，让他贴近地去感受大海，我则数次钻进大浪里，又被浪冲出好几米远。也给他水桶和小铲子，让他尽情地玩沙子，大灰狼先生挖了一条壕沟，招呼他一起参与这项浩大的工程，我则在大灰狼先生站立的地方，用沙子把他的脚埋起，又堆出一只巨大的脚丫子……和爸爸一起游泳 之前已经说过，我很欣赏大灰狼先生的一点，就是他从来不是“陪”小老虎玩，而是和他“一起”玩；不是以一个“看护人”的身份出现，而更像是小老虎的“玩伴”。新家楼下就有个很漂亮的游泳池，我们给小老虎买了游泳圈，这是他第一次游泳。刚下水时，小老虎大叫“怕怕！”即便套着游泳圈，也一定要被抱着，才够安心。我比较由着他，于是就抱着四处晃悠，想要慢慢地让他熟悉在水里的感觉。大灰狼先生接手之后，情形很快就有了改变。他发起了一场“追妈妈”的游泳竞赛，带着小老虎一路向我游来，大呼小叫之间，小老虎根本就没发现，爸爸早已经松开了抱着他的手，只在背后轻轻地推着他的小屁股。追上以后，大肆表扬：“看，小老虎会自己游泳了！”然后又对小老虎说：“你怕怕的时候，就叫‘爸爸保护’。”一开始，小老虎连着叫了好几次，但没过多久，就不叫了。狼先生反过来“求求他”：“你就叫一次‘爸爸保护’吧。”小老虎很坚决：“宝宝自己游！”不到半个小时，小老虎就已经完全不害怕，玩得很开心。倘若是我来陪他，我猜，至少也要等到第二次游或第三次游时，才能完全放手吧！大灰狼先生常常说：“信任比帮助更重要。”有时候妈妈太过关切，反倒阻碍了宝宝更大月日、更自由地迈出自己皇勺脚步。

后记

宝贝，当你出现在我的眼前，你就像一道阳光，使我的心情豁然开朗。但是让你健康快乐顺利成长重要的是什么？因为希望你能拥有更开阔的未来、更多的可能性，我必须去追问那些从前或许不曾深入思考过的问题——那些没有标准答案的问题，我必须令自己首先走得更远。我从前只是非常、非常简单地去想，将来不要给你什么预设或限制，支持你去成为自己喜欢的模样。我的“轻松”最初也来源于此。我想，我们是可以不必计较你的身高、你的体重、你长了几颗牙、你会不会弹琴、能不能踢足球，还有你的学习成绩与排名。有许多事情都是我们可以不必计较的，所以无需紧张。可是我们要计较——要认真对待的是什么呢？现在我考虑得更多的，是如何才能使你可以真正地做出自己的选择，并把它变成现实，这才是最重要、也是最困难的部分。说实话，这也是妈妈自己曾经非常困惑、而今还仍在探求的事。于是我想，妈妈自己走得更远、努力地去探寻到更多的答案，才能把我最心爱的小宝贝带到更开阔的地方去——给你更多、更真实的自由吧！宝宝，和你一起成长，是妈妈的幸福。我最最亲爱的小老虎宝宝，你就像我的阳光，虽然你对此一无所知。每次看见你，我就好像看见那更多可能和更加自由的未来——那是我们共同要去的地方。

《猫博士育儿笔记》

媒体关注与评论

这本书太有意思了！我看过许多父母卖力教育孩子，却因此感到挫折悲催不已。而猫博士(和先生大灰狼)的育儿理念有独特目标也有实务做法，让人十分激赏！更过瘾的是，他们这对父母做得超级轻松开心，也好玩无比！哈哈！我一直认为，家庭教育的目标是教出幸福快乐而有能力活出精彩自我的孩子。——心理学家、儿童情商教育专家 张怡筠博士 热爱生活的父母，才能养育出热爱生活的孩子。读《猫博士育儿笔记》，一起享受生活 and 爱的滋养吧！——心理专家、儿童教育专家 林紫 这本书所涉及的是每个妈妈都会遇到的问题，每个妈妈都会产生的疑惑。不管形而上的思考，比如是牺牲自己，还是保留全面的自我；形而下的，比如孩子哭闹要不要抱，安抚奶嘴如何使用，面对小气的宝宝怎么办，等等。猫博士以一个母亲的细腻和一个专家理性，为你叙述和解读育儿过程中的各种问题。——《妈妈宝宝》主编 陈昕

《猫博士育儿笔记》

编辑推荐

《猫博士育儿笔记:换个方式爱孩子》编辑推荐：爱，毋庸置疑；但爱的方式，值得探讨！心理学家、儿童教育专家张怡筠、林紫，《妈妈宝宝》主编陈昕热力推荐最有趣的体验式育儿指导，最具创想力的妈妈问答！复旦大学文学博士，好孩子网早期教育专家，专栏作家袁坚倾情写作。带你找到孩子内心宇宙的入口，让妈妈发现育儿的乐趣！

《猫博士育儿笔记》

名人推荐

这本书太有意思了！我看过许多父母卖力教育孩子，却因此感到挫折悲催不已。而猫博士（和先生大灰狼）的育儿理念有独特目标也有实务做法，让人十分激赏！更过瘾的是，他们这对父母做得超级轻松开心，也好玩无比！哈哈！我一直认为，家庭教育的目标是教出幸福快乐而有能力活出精彩自我的孩子。该怎么做？这本有趣的书有很棒的答案。强力推荐给爸妈们！——心理学家、儿童情商教育专家 张怡筠博士热爱生活的父母，才能养育出热爱生活的孩子，读《猫博士育儿笔记》，一起享受生活和爱的滋养吧！——心理专家、儿童教育专家 林紫这本书所涉及的是每个妈妈都会遇到的问题，每个妈妈都会产生的疑惑。不管形而上的思考，比如，是牺牲自己，还是保留全面的自我；形而下的，比如孩子哭闹要不要抱，安抚奶嘴如何使用，面对小气的宝宝怎么办，等等。猫博士以一个母亲的细腻，和一个专家理性，为你叙述和解读育儿过程中的各种问题。——《妈妈宝宝》主编 陈昕

《猫博士育儿笔记》

精彩短评

- 1、语言幽默，内容细致全面，养育过程中我遇到的问题几乎在这本书中都能找到，对育儿很有指导作用，很多方便也给自己不少信心。向大家强烈推荐。内容挺不错的，容易上手学习，贴近孩子，是本值得推荐的书！
- 2、一个当编辑、自由撰稿人的妈妈写的，主观感受加上少量理论，文字不太讨厌，能看得下去。但作者把自己和自己孩子的照片夹杂在章节之间，谁要看你和你家孩子的照片啊？！！而且还全在文字的背面，要裁下来都不好裁！这点很讨厌。写书就写书，主观文字也是一种方式，但你家孩子最可爱这种感受不用强加给买书的人~
- 3、孩子的成长也就是父母的成长，这个过程是独一无二的，带给父母的体验是一生的财富。

《猫博士育儿笔记》

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