

《核心天性教养法》

图书基本信息

《核心天性教养法》

内容概要

《核心天性教养法》

作者简介

书籍目录

中文版序 天性，教养的基石

推荐序 做个麦田里的守望者

引言 和孩子的天性捉迷藏

有时，你以为终于看清了这个孩子的发展方向，他们却偏偏朝着完全相反的方向而去；等到他们长大一些，我们才能从“不断改变的孩子”身上看出稳定的发展轨迹：孩子的核心天性始终闪耀在那里，一如他们小时候那样。

安静敏感又“难伺候”的加布丽埃勒

热情外向的“跳跳虎”达维塔

不断变化的孩子和不变的天性

新生儿天性教养的10个技巧

01 别让社会流行教养文化伤害孩子

很多父母迫不及待地想要培养出一个最高水准的竞争者，为孩子将来能考取“最好的”大学、谋求高收入工作做着准备，你也和他们一样，焦灼地期待着那个“完美小孩”吗？

生活中的压力与慢性应激让孩子筋疲力尽

把孩子从社会流行教养文化中“收回来”

放下焦虑，设计自己的本质教养计划

02 孩子的教养，一半靠科学一半靠直觉

孩子的个性和脾气、气质和性格，甚至身体和心理的特点，在很大程度上都是与生俱来的，是孩子核心天性的表现。作为父母，了解科学教养知识很重要，但你对孩子的教养直觉似乎更重要。

以天性为本，孩子天生并非一块白板

7种科学帮你理解孩子的核心天性

6项工具还原孩子的核心天性

私人订制你的天性教养计划

任何教养须绕行天性的“灯塔”

03 建立依恋和亲密联结：0~1岁的天性教养

母亲和孩子之间的情感联结，正如荣格确信的那样，“如魔法般不可思议”，每个孩子都以他特有的方式依赖着母亲。研究证实，当孩子不能从母亲身上获得足够的关注和陪伴时，核心天性的发展就会受到影响。你有足够的时间陪在孩子身边吗？

0~1岁孩子天性教养的基本目标

0~1岁孩子天性教养的7个要点

0~1岁男孩女孩的天性差异

妈妈很重要，爸爸也很重要

母婴亲密联结，天性教养的基石

热门话题：接种疫苗会不会伤害孩子？

04 在玩耍中建立秩序：2~3岁的天性教养

学步期的孩子是一个移动的“麻烦”。他们需要玩耍，也需要秩序；需要混乱，也需要纪律；需要喧闹、生机和活力，也需要安静的独处。当他以自己独特的方式去认识这个世界的时候，你正好有机会关注他需要的是什么样的秩序和

管教。

2~3岁孩子天性教养的基本目标

2~3岁孩子天性教养的7个要点

2~3岁男孩女孩的天性差异

玩耍、秩序、纪律，一个都不能少

父母的自我觉察：你的阴暗面在哪里

热门话题: 怎么对付发脾气的熊孩子？

05 在这个世界上，我是谁？：4~6岁的天性教养

在这个年纪，“我是谁”这个问题真正开始在孩子心中清晰地呈现。他对这个问题的考虑通常是无意识的，但他的天性迫切渴望有所归属，判断他自己的价值，对什么人有意义。

你该如何引领他探索答案？

4~6岁孩子天性教养的基本目标

4~6岁孩子天性教养的7个要点

4~6岁男孩女孩的天性差异

手足竞争，你该向着谁

“我是谁”中的生存价值和意义

曾经的必需品，如今的过度消费品

热门话题: 如何为我的孩子找到最好的学校？

06 需要游戏，也需要人际关系：7~10岁的天性教养

这个年纪的孩子生活在人际关系中。他的大脑发育高度活跃，特别是负责与感情和人际交往相联系的区域。他需要新鲜事物、新环境、新游戏的刺激，也同样需要人际交往。

7~10岁孩子天性教养的基本目标

7~10岁孩子天性教养的7个要点

7~10岁男孩女孩的天性差异

人际关系，孩子生活健康程度的体现

特殊家庭如何保护孩子的天性

热门话题: 每天预留多少屏幕时间合适？

07 学会适应内心和社会：11~14岁的天性教养

青春期早期的孩子大脑就像突然着了火。他们正在以自己的方式去适应内心和外界社会的刺激，因此你的教养计划既需要保持严格稳定，也应适当调整，帮助孩子学会适应，帮助他从每一次人际关系的成功和失败中学到经验。

11~14岁孩子天性教养的基本目标

11~14岁孩子天性教养的7个要点

11~14岁男孩女孩的天性差异

帮助孩子适应青春期早期的天性变化

养育孩子，爸爸不可“缺席”

热门话题: 如何保护青春期早期孩子的自尊心？

08 等不及想要独立：15~18岁的天性教养

这些青春期的孩子正是精力充沛地要去尝试、去爱、去寻求真理的时候，也不时会经历磨难和挣扎，他们最紧迫的目标恰恰是要成为不需要父母的独立个体，如何才能最好地培养他们的天性呢？

15~18岁孩子天性教养的基本目标

15~18岁孩子天性教养的6个要点

15~18岁男孩女孩的天性差异

打造适合孩子天性发展的家庭

《核心天性教养法》

帮助孩子应对压力、治愈创伤

热门话题: 怎么处理同伴群体和家庭之间的关系?

09 寻找自我, 探索使命: 19岁以上的天性教养

青春期后期正是寻找自我、探索使命的年纪。他们的大脑对任务、价值和使命的专注有特别的关联。他们已经对自己的核心天性有所了解, 正如饥似渴地想要弄明白自己将成为什么样的人, 人生目标是什么。

19岁以上青少年天性教养的基本目标

19岁以上青少年天性教养的7个要点

19岁以上男孩女孩的天性差异

认清孩子的需要, 帮他寻找完满的自我

热门话题: 为什么现在的年轻人比上一代晚熟得多?

后记 有一种幸福, 叫孩子的天性因你而绽放

译者后记 跳出育儿思潮的漩涡, 重获教养自信

《核心天性教养法》

精彩短评

1、好书

《核心天性教养法》

精彩书评

《核心天性教养法》

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