

《妈妈，你慢慢来》

图书基本信息

书名：《妈妈，你慢慢来》

13位ISBN编号：9787557004736

出版时间：2016-10-1

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

《妈妈，你慢慢来》

内容概要

孩子教给我们的，远比我们教会他的要多。在这本书里，你看不到权威式的教导，也没有批判式的指责，有的是源自亲子间相处的吉光片羽。所有让你烦躁、焦虑和愤怒的时刻，都有你不曾看到孩子的心：失落、担心、沮丧和无助……在他的世界，只有你。

作者王理书不仅是一位资深心理咨询师，多年的亲子教育工作者，更是一位培养出两个健康、快乐的孩子母亲。

在每一个似曾相识的画面中，找回“松绑”孩子的力量。告诉自己慢慢来，只需静待花开。

《妈妈，你慢慢来》

作者简介

王理书：美国堪萨斯州立大学教育与心理咨商双硕士。曾任物理老师、咨商老师、亲职教育专家；现在是两个孩子的母亲。著作：《养出有力量的孩子》《做孩子心中的小太阳》《做情绪的小主人》等。

书籍目录

前言 圆满的不完美
门槛与礼物1 留级与没有分别的对待
门槛与礼物2 父亲的骤逝与真实自我萌芽
门槛与礼物3 婚变与真实的我
门槛与礼物4 心理咨询师资格考试与更大的自己
教养的核心信任
立足于圆满的亲子教育
第一章 用转念守护孩子的情绪
哭泣的孩子为何伤心
当孩子认为你偏心时
安抚孩子闹情绪背后的想法
从“不公平”到“我更有能力”
内心和谐地承接孩子的情绪
第二章 用信任培养孩子的责任感
孩子独当一面时的力量
你做家务，是因为你很重要
做家务是表达爱的方式
做家务不需要预设的奖赏
训练孩子做家务的好时机
第三章 用玩心释放孩子的快乐
一起淋成落汤鸡
运动的孩子才快乐
玩，也是大人的健康良药
让快乐成就美丽人生
第四章 用酬赏爱护孩子的生命力
不用奖赏，用酬赏
充满生命力的家庭酬赏
孩子的拔牙仪式
安抚的触摸酬赏
第五章 用自由支持孩子的学习
帮孩子化解考试焦虑
用讲故事来教减法
你有没有推自己一把
培养自由学习的好心态
考试是“盟友”，不是“敌人”
努力，才是评估成绩的标准
第六章 用成长陪伴孩子的成长
孩子的需求是父母的镜子
父母决定了孩子们的关系
指责，是大人承受不起冲击
在灵性层面，孩子同父母一样成熟
父母的相互敬重，是孩子的力量
父母要在婚姻中发展自己
第七章 用尊重保护孩子的灵性
带着敬意与孩子沟通
说“谢谢”，与世界建立美好关系
请大地妈妈帮忙

与神性连接的幸福

风陪我接力赛跑

孩子的能量河流

欣赏孩子的哀伤

第八章 用理解守望孩子的深邃

住在明日之屋的孩子

孩子的难搞是父母的礼物

感受，比言语更有效

闭上眼睛看孩子

讲故事是父母的智慧

无法说“不”时，可以有梦想

只玩游戏，不用讲道理

绕过头脑找答案

第九章 用爱走出亲子纠结

真诚表达自己的需求

顾全自己，不做孩奴

内心安在，才能感染孩子

接纳孩子的真实

陪伴孩子走向独立

引导孩子与内心连结

放下担心，做正能量妈妈

营造充满爱的关系

第十章 最重要的是爱、信任和自由

孩子具有生命力的6项特质

信任世界很重要

真正的爱是接纳

自由，是成长的动力

在赞美与挫折中找回自己

爱孩子，让他成为他自己

第十一章 慈爱国王是最好的父母

孩子的麻烦，不是冲着父母来的

父母内在的“冲突三角情结”

做慈爱国王，做最好的父母

慈爱国王的修行

慈爱国王的姿态

创造慈爱亲子国度

慈爱国王的惯用语

第十二章 守护心灵的12个甜蜜游戏

游戏1 无论……我都一样爱自己

游戏2 点亮爱的光

游戏3 爱的语言游戏

游戏4 与孩子在精神层次的连接

游戏5 让孩子连接自己的天堂

游戏6 让孩子画出自己的光

游戏7 在自由中想象身体

游戏8 把颜色带入孩子的房间

游戏9 为孩子写“来自天堂的信”

游戏10 猜拳、捏捏脸，召唤甜甜的爱

游戏11 打招呼仪式

《妈妈，你慢慢来》

游戏12 感恩和祝福

《妈妈，你慢慢来》

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