

《斯波克父母经》

图书基本信息

书名：《斯波克父母经》

13位ISBN编号：9787533756963

10位ISBN编号：7533756967

出版时间：2012-7

出版社：安徽科学技术出版社

页数：308

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

前言为人父母是一种压力和快乐相交织的奇妙体验。在我儿子小的时候，我发现每当和他们在一起时，我经常会有点紧张不安，守护着、担心着并纠正他们的行为，其实大可不必这么紧张。但是当我离开他们的时候，比如外出去演讲，我内心对他们的爱和骄傲就会占了上风，我会对自己和他们相处时没有表现出对他们的认可和喜爱而感到惭愧——既愧对自己，也愧对他们。祖父祖母们帮助我理解了这种感觉。他们经常问我：“为什么我不能像喜爱孙子孙女一样，喜爱我自己的儿女们呢？”这让我逐渐认识到，父母们总是担心和纠正孩子的行为，这不是个别现象，而是普遍规律。因为父母之爱不只是给予孩子拥抱、欢笑和夸奖，它还包括希望孩子的心热助人和彬彬有礼能被亲朋好友所认可，他们的良好学习习惯能被老师所欣赏。这意味着父母希望孩子们成长为富有责任感的员工、受人尊敬的友邻、忠诚的婚姻伴侣和称职的父母。从最基本的底线来说，父母要保证孩子们健康、安全，避免意外伤害。所有这些牵挂担心都会让你变成一个容易紧张不安、小题大作的人，因为你必须等待才会有回报，可是孩子并非总能获得赞美或是取得好成绩，所以，你要耐心些。当然，有些幸运的父母能够在大部分时间喜爱和欣赏他们的孩子——即使是在孩子的青春期。记得有一次我去观看高中球赛，在场上，我的女儿（继女）正率领着啦啦队加油助威，一位妈妈眼里闪着光、情不自禁地对我说：“青春年少是多么美好啊！我就是喜欢和他们在一起。”她的话让我格外惊讶。我一直认为，青春期的孩子比年幼的儿童更难相处，是因为他们内心有反抗的需要，其中包括小看他们父母的观念和评价标准，这让我觉得他们是在与我为敌，合伙在背后嘲笑我，而我却对他们无能为力。事实上，我的儿子和继女从未做过出格的事情，只是我缺乏自信让自己变得紧张兮兮的。另一个原因是，我的母亲影响了我，毫无疑问儿时父母如何对待我们直接影响了我们对待孩子的态度和应对方式，我母亲对孩子的敏感警觉表明，她担心如果不对孩子们始终严格管教，他们就会无法无天的。相比之下，在和别人家3到5岁的孩子相处时，我总是觉得自信和快乐，他们不仅没有伺机造反，而且我还会让他们认为大人很了不起，拥有许多有趣的知识，总是很会讲故事，能像魔术师般地把事情做成功，有足够的钱可以买他们想要的任何东西。孩子们对成年人的莫大赞美就是希望自己成为他们那样的人，而且经常都会模仿他们的言谈举止。6到11岁的孩子则不再像小时候那么乖巧迷人、讨人喜欢了，他们不再以父母为榜样，而是去模仿同龄人，外表上邋邋遢遢，吃相上毫不讲究，语言粗鄙，喜欢争辩，抗拒接受父母教给他们的良好言行举止。但是，他们并不怀疑和嘲笑父母的信仰，也并不有意挑衅，他们不会为了让自己显得久经世故而对抽烟、喝酒、吸毒和性行为产生兴趣。有的父母对一两岁的宝宝特别是两岁多的宝宝心怀恐惧，把后者称为“可怕的两岁”，这其实是他们的偏见。的确，管理这么大的宝宝是需要一些机智灵活的，因为他们正在初次体验独立的滋味，但是他们很容易分心，而且对一切事物都充满好奇，所以，你难免由于对他们束手无策而有点和自己较劲。除了不同年龄段的孩子与父母之间个性冲突引起的教养难题之外，我们今天所处的社会也为家庭带来了一些普遍问题。低收入以及中低收入的人们在有钱人变得更富有的同时却变得更加贫穷了，这种不幸有多种原因。早在里根总统任职期间，富人和企业的税收被大幅降低，过多地拨款到武器制造上，而对裁军谈判也未做认真的努力，为了弥补资金缺口，不断地削减专门为帮助穷人、老人、病人、儿童及妇女所提供的服务。由于实际收入的减少（以及其他原因），越来越多的妈妈不得和爸爸一起在外工作以维持家庭生活，现在有一半学前儿童的妈妈在工作，这也暴露出一个事实，现有的高质量日托机构远远不能满足这些家庭的需要，好的日托机构的收费对于普通收入的人们来说太昂贵了，需要政府或企业像许多欧洲国家所做的那样给予补贴。在我们国家里，有关孩子们的财政预算被严重削减了。现在，美国有一半的婚姻以离婚而告终，这说明我们似乎迷失了人生的方向。无论是什么原因，离婚都会造成孩子至少在两年内心情抑郁，让父母双方痛苦不堪，而再婚家庭带来的压力我是有切身之痛的。十几岁孩子怀孕、吸毒和自杀事件都急剧上升，在我看来，这是因为在这段令人不安的青春岁月中，青少年缺乏精神信仰的支持，而且他们的父母一定也缺少足以激励孩子的精神信念。美国社会中发生的凶杀案数倍于其他国家（多数发生在家庭成员之间），绑架案、虐妻案和虐童案数量也高得惊人。一对父母和多个孩子组成的传统家庭数量在稳定减少，看到这样的统计数字，有些父母认为家庭将会永久消失，我认为这不是最核心、最主要的问题。当然，家庭正面临日益沉重的压力，但是孩子们只要曾经拥有过一个家庭，就会把这个家庭理想化，当他们长大后，就会为了他们的孩子而努力重新创造出家庭的积极价值。我认为更大的危机来自于家庭往往生存在紧张冷漠的社会环境之中，包括：过度竞争和物质至上、精神信念的缺乏、没有成就感和缺乏乐趣的工作，以及大家庭和亲密社交圈的消失。正如我在这本书

《斯波克父母经》

中试图说明的那样，化解这些家庭问题的办法是，在我们抚养教育孩子的过程中，首先不要抱有太强的出人头地的动机，而是要教他们以合作、友善和爱来为人们服务，他们会发现这不是一种牺牲，而是一种激励心灵的力量。

《斯波克父母经》

内容概要

《斯波克父母经》中，斯波克博士告知当今的父母们在养育子女中不要逃避这样那样的问题，而是帮助孩子和孩子一同去解决它，相信自己，相信孩子，相信没有教育不好的孩子。尤其提到单亲家庭怎样处理好亲子关系更是作者发自肺腑的指导。作者在书中交给父母的这些方法，并不是片面之言，而是他长期观察以及对孩子深度理解而得出的行之有效的方法。为人父母是一种压力和快乐相交织的奇妙体验。

《斯波克父母经》

作者简介

本杰明·斯波克（1903~1998），20世纪最可信和最受爱戴的“育儿之父”，美国儿科权威，医学博士。他先后在耶鲁大学、哥伦比亚大学研修医学。1933~1947年担任儿科医师。他还长期研究心理学。1947年之后，他在国际顶尖的临床医学中心——梅约医学中心，以及匹兹堡大学、凯斯西储大学担任医学教师和学者。斯波克博士最有名的一句话就是：相信自己，相信孩子。在《斯波克父母经》当中，斯波克博士通过自己的丰富理论知识以及实践经验，告知父母们在养育子女中不要逃避这样那样的问题，而是帮助孩子和孩子一同去解决它，相信自己，相信孩子，相信没有教育不好的孩子。而他在书中交给父母的这些方法，不是片面之言，都是他长期观察以及对孩子深度理解而得出的行之有效的方法。

关于译者

刘莹，首都师范大学文学学士，北京师范大学教育学硕士，国家认证二级心理咨询师，90后男孩的妈妈。从事学校教育及亲子教育传媒工作十余年，期间担任摇篮网主编7年。近年来专注于心灵成长与教育智慧的研究与实践，致力于家庭教育咨询及亲子心理辅导等工作。

书籍目录

第一章 我们生活中的焦虑

- 我们的压力能减轻吗
- 要不要外出工作
- 推迟做父母
- 你能培养出超级儿童吗
- 儿童安全教育

第二章 今天我们如何做父亲

- 孩子需要从父亲那里得到什么
- 学习做一个好父亲
- 父亲的陪伴
- 做父母的快乐
- 男女平等的教育
- 父子亲情
- 父亲在训导中的角色
- 怎样做一个好继父

第三章 离婚及其后果

- 孩子与离婚
- 单亲能像双亲一样好吗
- 监护权解决方案

第四章 新生宝贝 新手父母

- 生命最初的三个月
- 解读婴儿的啼哭
- 宝宝改变了婚姻吗
- 婴儿早期亲子联结

第五章 睡眠问题背后的亲子心理

- 日夜颠倒
- 两岁宝宝的睡眠和分离焦虑
- 三岁以后的睡眠问题
- 孩子要不要和父母一起睡

第六章 对孩子的约束与管教

- 爱是最基本的要素
- 宽松与严格
- 专制与民主
- 他律与自律
- 我个人在纪律问题上的立场
- 惩罚
- 你说话当真吗
- 与孩子争论
- 带孩子外出

第七章 童年时代的成长和进步

- 断奶与安慰物
- 断奶与儿童发展规律
- 再谈安慰物
- 怎样管理一岁的宝宝
- 道德教育的尺度
- 创造性玩具与单一目的玩具
- 孩子们对父母的看法

第八章 人际关系中的困境

- 当孩子格外气人的时候
- 难以相处的邻居
- 与医生友好相处
- 评判孩子的老师

第九章 几种行为问题

- 说粗话
- 偷窃、说谎和欺骗
- 爱抱怨的孩子
- 入园入学焦虑

第十章 塑造人格与人生态度

- 好奇心、想象力和创造力
- 培养社交能力
- 表达愤怒
- 树立理想的性爱观与婚姻观
- 饲养宠物
- 孩子们的童话故事及其他

第十一章 健康与营养

- 培养健康的态度
- 培养良好的饮食习惯
- 婴儿饮食习惯
- 避免喂养问题
- 当孩子生了重病时
- 怎样向孩子谈论性与爱

章节摘录

版权页：当然，让父亲一回家就变成令人讨厌的角色那是不公平的，总的来说，我认为父母谁白天和孩子在一起，谁就应该负责当时必需的纠正、批评或惩罚等训导管教工作，只有严重的不当行为才需要事后告知另一方。有时女性对孩子和丈夫烦躁易怒是因为被压抑的不满，她认为，与外出工作的挑战性相比，孩子和家庭琐事十分乏味，往往还得不到尊重。这个重要的潜在问题必须得到开诚布公地解决之后，有关谁来负责孩子纪律约束问题的争论才能得到解决。当然在许多家庭里白天大部分时间由母亲承担管教孩子的责任，到了吃晚饭的时候，她的威慑力已经消耗殆尽，非常希望丈夫能帮她一把；父亲的权威通常是新鲜有力的，他只要平静地说一句话可能就等同于妈妈耗费许多口舌才能达到的效果。我认为，如果两人互换一下，父亲在家照顾孩子的时间更多，那么到了晚上母亲可能就会是更有效的纪律执行者。尽管有些母亲希望丈夫对孩子施以不必要的严厉管教是不公平的，但我认为更正确的说法是，她们的丈夫在回避分担教导孩子的责任。国外的访问者经常发现，美国似乎有相当多的母亲在家庭中掌握主要的管理职责，这与欧洲国家普遍的家庭模式形成对比，在欧洲父亲被当作家庭的高级管理者。我认为这种情况有几方面的原因。那些倾向于在家庭中逃避分担管教责任的父亲，他的表现有时既像一位丈夫和父亲，又像家里的一个孩子，他可能希望妻子给他买衣服，可能会把他的薪水都交给妻子，让她全权管理家庭开销，他还可能把妻子称为“老板”。我认识少数家庭中的一些父亲，很明显是故意和孩子联合起来搞恶作剧，破坏母亲制定的纪律，或者至少不停地给母亲添乱，这种家庭模式迫使母亲在家里越来越强势，以抵御与她作对的父子联盟，这反过来又进一步激起对方的反抗。不愿意参与孩子训导管教工作的年轻父亲，可以解释为他不希望孩子，特别是儿子怨恨他，就像他童年时代怨恨他的父亲那样，他希望孩子更多地把他当成一个伙伴。这个愿望是可以理解的，但是现实中往往行不通。它代表着一种对父母批判态度的后遗症，这种批判态度在青少年之中或多或少地普遍存在，但是成年后通常就不再存在了。当年轻人正在努力摆脱童年时对父母的依赖而争取最终自由时，他们会发现父母观念老土、约束太多又过于严厉，他们可能发誓自己永远也不要成为那样的父母（我记得自己就说过上百次这样的话）。但是，当他们有了一份工作，建立了自己的家庭之后，大部分人就会回过头来在情感上认同他们的父母，他们会说：“现在我理解我的父母为什么那么做了，我认为他们做得非常好。”他们在养育孩子方面会更多采用父母的教养态度和方法，这是他们始料未及的。但是，有少数父母对童年时隐藏的负面情感记忆更加深刻，而且他们确实希望以完全不同的方式抚养自己的孩子，我认为父亲们更害怕激起儿子的怨恨，像他们童年怨恨自己的父亲那样。一般来说，这是因为在父亲和儿子之间比父亲和女儿之间或母亲和儿子之间，存在更多的竞争和潜意识中的敌意，母亲和女儿之间的冲突也会很严重。有的父亲特别在意不要让孩子害怕自己，我要指出的是，在指导儿童临床工作过程中，我发现一个看似自相矛盾的现象。一般来说，男孩更害怕那种尽量不批评自己的父亲，或是特别压抑自己怒气的父亲，这些男孩主要是通过成人的行为来了解他们的想法，看他们对孩子的不当行为是否反对或者是否感到生气。所以，当男孩看到他父亲克制自己时，他会认为父亲真的生气了，并对父亲隐藏起来的怒气感到害怕，他会比一般的男孩更害怕，因为如果他极少看到父亲发怒，那么，天真的孩子就会把父亲的愤怒想象得比真实情况更加严重。

《斯波克父母经》

编辑推荐

《斯波克父母经》编辑推荐：2012年国内最新引进斯波克博士名著。帮助家长解决家庭育儿生活中面临的挑战。全球最受信赖的育儿专家对今日父母的贴心忠告。

《斯波克父母经》

精彩短评

- 1、大概看了看，好多讲述的都是从孩子的内心入手，我觉得更加贴切，其实不光是大人看了知道怎么养育小孩，对大人自己的思想境界也有很好地促进作用。买了之后家里所有的家长都应该看一看，可以更好的知道怎么教育孩子。
- 2、国外的教育理念跟国内还是有一定区别的，建议买一本学习学习
- 3、很适合像我这样身边没个靠谱的老人家的新手妈妈，希望我能够成为一个好妈妈，相信自己，相信孩子！！
- 4、现在的生活节奏越来越快，跟孩子沟通的越来越少，有时候真的不知道孩子需要的是什么，我还记得我曾经在他们小的时候对于他们的一些兴趣行为指手画脚，导致他们对很多事物都没有了好奇心，读过《斯波克父母经》，里面还有专门讲培养孩子兴趣，让孩子做自己思想的主导，写的真是太好了，其实人和人都不一样，你不能决定一个人要去怎么做，即便是你的孩子也不行，约束他一个正直的大方向，其他很多事情都要他自己面对了，我觉得更能培养孩子的能力和兴趣，希望每一个孩子家长也可以认识到这点。
- 5、写的不好看，虽然很多常见问题提供了历史纵深发展式的回述
- 6、多读点外国书挺好的，其实国内的的育儿方式方法都很单一，大部分的书籍都差不多，没什么实在意义，而外国书大部分为原创，能将自己想表达的意思完全融入进书籍之中，让读者更容易理解，读的更加通透。这本父母经我读了一些了，感觉还是挺符合我说的这些方面的，也很实用。
- 7、马上就要和宝宝见面了，好激动啊。赶紧屯书哦，哈哈。不错的书。
- 8、孩子要不要和父母一起睡？我想这是很多家长忧虑的问题，我也一样，但是 斯波克父母经 里面给了很好的解答，受益匪浅。
- 9、中国的父母有必要看看这本书，书里的内容很精辟，很全面详细的述说了一下外国教育孩子的方式方法和思想，对于中国父母来讲其帮助可想而知，我觉得还是很有必要看一下的。
- 10、很好的一本书，全面有内涵，而且作者写书的角度很好，从孩子的内心开始分析，让读者能更好的了解孩子的心理以便于更快更准确的制定育儿计划！
- 11、非常喜欢这本书，当当的配送很给力，不到一天时间就拿到了，现在有点迫不及待，还在上着班呢就已经读上了，斯波克的书以前就阅读过，很受用，看来这个是和以前的斯波克的书成一体的，希望能抽出时间抓紧拜读。书里谈到了传统家庭结构的变化与当代父母所面临的挑战，并对今日做父母的诸多难题给出了合理的、值得信赖的建议。
- 12、斯波克父母经（育儿大师本杰明·斯波克继《斯波克育儿经》之后的重要著作）
- 13、关于上床时间的争论，父母最头疼的就是，告诉孩子要上床睡觉了，孩子会坚持说还没到时间，要么说别的朋友没有这么早睡的，要么哀求多看一会电视。像这种问题，书里都给了解答，太厉害了。
- 14、其实不光是大人看了知道怎么养育小孩，对大人自己的思想境界也有很好地促进作用。买了之后家里所有的家长都应该看一看，可以更好的知道怎么教育孩子。书还是很不错的，很有学习意义。
- 15、语言通俗易懂，围绕着孩子的内心思想来写的，很透彻，比那些只会说问题和解决办法的书强多了，这才是教你怎样做一个好父母，一个合格的家长。让自己跟孩子沟通起来更加的简单，因为你知道他心里在想什么，然后尊重他，这样他的反叛心里才会更低，相处起来才会更加和睦。
- 16、跟孩子沟通从内心开始，这本书就是从内心方面透彻的解答年轻父母的育儿问题，好书，推荐！
- 17、很不错的育儿书啊，从小到大都包括了，真是太实用了
- 18、这本书的作者是曾出版了享誉全球的《斯波克育儿经》的美国儿科权威——斯波克博士，他是20世纪最可信和最受爱戴的“育儿之父”。读着这本《斯波克父母经》，感觉自己仿佛身处于一场育儿演讲，博士在台上滔滔不绝地侃侃而谈，而我则在台下专心致志地静静聆听。我即将在这个月升级成为一个孩子的母亲，从此，我将对另一个人的生命和安全负起难以抗拒的责任，我要从一个关爱的接受者变成一个关爱的付出者，我要改变原有的生活模式和习惯，我要放弃部分自由……这一切都让我感受到前所未有的紧张，期待之情与忐忑之心并存。斯波克博士在书中教给我们的各种方法都是经过他长期的观察、理解、分析之后总结出来的，他深厚的专业知识让他的许多结论都具备了生理医学和心理医学的双重支撑。博士的育儿观念受到了美国大多数父母的信任和推崇，所以他在表达和总结的措辞上总是小心谨慎，多方顾及，但他在对某些孩子的行为解读上仍持有自己的一套观点，也许并不

《斯波克父母经》

能被一部分父母所认同，但他也决不会把自己的意志强加于人，因为他相信人人都可以做很好的父母。对于自己曾经的错误判断或言论，他也能勇于承认并诚恳纠正。本书的主要内容来自于博士于十年间刊登在某杂志中的文章，经过一系列的修订和整理后集结成书，假如你发现在几个不同的主题章节里多次出现了类似的甚至相同的理论，千万不要以为这是书籍内容的重复，这其实是博士想要反复强调的重点。博士对孩子的各种行为进行原因分析并提出有效对策，给我们带来了启示，也鼓励了我们自己去思考。在孩子的教养过程中，父母是领导者，是榜样，我们应该要有自己坚守的原则。当我们遭遇孩子制造的各类状况和麻烦之时，拥有了足够的信心和底气就不至于过分慌乱了。所以请“相信自己，相信孩子，相信没有教育不好的孩子。”作为一本翻译作品，翻译者的能力也是可以决定书籍优劣的重要因素之一，而本书的译者刘莹完成得可谓十分出色。她拥有专业的教育学和心理学资质，又多年从事亲子教育的相关研究，从文章中语言的流畅和精致程度便可见她对原著的充分理解以及自身文字功底之扎实。书籍封面上介绍说本书“适合有0-16岁孩子的家庭阅读使用”，我个人读下来，觉得就书中列举和探讨的实际对象而言，更多的是针对于0-6岁的孩子，所以各位年轻的父母可以酌情选择。

19、天天看着她为了孩子劳累的样子，不禁有些黯然神伤，其实做一名母亲的确不容易，这本书评价还不错，送她这本书，希望她可以轻松育儿，让她和她孩子以后的生活都能变得简单、顺利！

20、好久没有看到斯波克大师的作品了，期待了很久，从斯波克育儿方法里面能学到很多东西，收到这本书的时候感觉封面做的就很不错，希望能带给我启发吧。

21、里面关于单亲家庭妈妈代宝宝的可以看看，关于宝宝对于爸爸感情怎么处理，很好。

22、经常在当当上买东西了，活动挺多的，很实惠。这本《斯波克父母经》和国内的一些育儿书籍不同，没有琐碎枯燥的说教，读起来非常亲切，而且读后是真的能引起自己对孩子教育方法的反思。看看国外的育儿大师是怎样教育孩子的，而自己呢，有时过于严厉呆板了，而有时又过于溺爱放纵。这本书我是连着几天一口气读完的，因为迫切想在书中找到一些对孩子教育方面的困惑，收货颇丰，希望能有更多和我一样困惑的家长可以读到这本书！

23、虽然从前没有听说过斯波克这个人，但是在读过他的这本书后，我不得不说，他的育儿亲子书的确值得一读。他是20世纪美国最可信和最受爱戴的“育儿之父”，他最著名的一句话就是“相信自己，相信孩子”，《斯波克父母经》时间跨度较长，如果你准备要孩子，那么不妨提前准备上这本书，书里对于未做父母的人们内心的焦虑开始阐述，一直到孩子童年里几乎所有值得注意的心理问题都有详尽的分析，对于我们提前理解孩子教育孩子非常有好处。未做父母的人对于要不要去做父母也会有压力，时代不同了，人们开始变得焦虑不安。女人要不要出去工作，是早些要孩子好还是晚些要比较好，做了父母后你能够培养一个足够优秀的孩子吗？孩子那么脆弱，我们能否让他安全地长大。看到这些话你可能会觉得这些问题有些可笑，但事实上，我们很多人的确是带着这样的焦虑来迎接孩子的，我们越来越不确定自己对于孩子的方向究竟是什么，越来越多的专家出现，反而让我们更加迷茫。那么来看看这位“育儿之父”给你的解答，他本身有着长期的教育分析，自己也是几个孩子的父亲，这两重身份让他有足够的发言权。本书中所涉问题颇多，如何做父亲，离婚对于孩子的影响，都是不容忽视的社会现象。越来越多的父亲投身于工作而忽略了对于孩子的教育，许多年轻人贪图自己的安逸放弃了家庭，如何让这一切变得更好？斯波克说不要以为孩子会突然接受你的管教，亲子关系要从小出生即建立。做了新手父母，孩子的睡眠吃饭断奶等平常事中，其实都有教育的大学问，我们应该学会从幼儿心理方面加以分析，对于早期的亲子联结，孩子在两岁时容易产生的分离焦虑，如何管教孩子，要宽松还是严格，有过经验的父母都知道，在幼儿时期，孩子看似天真可爱，但实际上却会制造无数的战争给我们，他们常常挑战我们的权威以及我们对于道德与教育的标准，但也正是在这些无穷无尽的过招中，孩子在观察大人，大人也在反思自己，如果你不能正确的分析孩子，那么有可能就要走上弯路，孩子的性格行为等等都要按照你标好的方向前进。此书为我们解答了孩子要应对的小小人际关系问题，邻居医生老师，虽然窄小，但却有大学问。同时孩子在成长过程中还会出现许多行为问题，例如说粗放偷窃说谎抱怨入园焦虑，那么在每个年龄段你是如何探究孩子行为的呢？所有的一切教育都与人格塑造和人生态度有关，孩子长大了，要从我们最亲近的人身上学到太多关于未来的道理，想象力创造力社交能力，爱情婚姻观，如何管理自己的情绪，如何在宠物中平衡，等等，都是我们值得思索的。而对于孩子的健康与营养，作者也有涉猎。这是一本非常细致全面的育儿书，深入浅出，道理一解就明，虽然我曾看过许多育儿书，但是里面仍然发现了一些困扰着我的育儿问题，在这里又学到了许多。这本书最重要的地方是不枯燥，有些育儿书大道理太多，让人难以吸收，这本书是

《斯波克父母经》

针对一本所有父母来读的书，而不是某一个层面的父母。应该说，这是一本既理解父母又理解孩子的书。

24、曾经买过2本国内的育儿书，觉得还可以吧，还是感觉应该看看国外的书，多学习一下国外教育孩子的思想和方法，不得不承认很多国外教育孩子的方法比国内强，所谓中西结合疗效好嘛，看了一部分了，感觉的确不错，不愧是大师的书，写书的角度就和国内写的书不同，完全从孩子心理写起，让父母更加准确的把握孩子动向，更加简单的与之交流，的确是一本不可多得的好书，值得学习。

25、很不错的书，内容好丰富，很喜欢！

26、不仅经济要与世界接轨就连育儿也要与世界接轨，多看看外国的育儿书，学习下老外的育儿经验还是很不错的嘛，至少能让我看到新的想法，还是值得学习的！

27、育儿书读了不少，却还是对很多现实问题挺茫然。难怪有人说别以为父母是最容易做的职业，非但不易而且还很难。读过《斯波克父母经》不禁对这位被称之为20世纪最可信和最受爱戴的“育儿之父”充满钦佩，他的作品几乎涵盖了孩子成长经历中父母所遇到的方方面面的问题，这不是专门针对某个年龄段的育儿书，读过之后便会了解为什么名为父母经，因为它概括了孩子在成长中所遇到各类问题，也解答了父母希望解决的全部困惑。很少见到这样的书，大都是专门针对某个时期的家庭教育中的某一个或某几个问题来阐述自己的观点，我一开始看到目录中收录着如此丰富的内容还担心会不会因涉及的问题过多而没有什么实质性的收获，但细细品读之后才发现我又自以为是了，作者不但非常的了解孩子的心理和行为特征，也有着非常丰富的理论和实践经验，传授了我们很多行之有效的教育方法，读过之后心里会亮堂了许多。三百多页的书在育儿书籍中算是很厚了，作者实在有太多的知识需要传递给读者，而作为母亲我也告诫自己要有足够的耐心来认真学习。从做父母所需要的品质，到新手父母如何与新生儿建立和谐的亲子关系。作者谈到了很多现实问题，每个年龄段孩子的成长和进步，孩子凸显的心理问题，孩子的睡眠和营养问题，孩子突出的行为问题，以及我们在管教中所遇到非常棘手的问题。值得一提的是作者的育儿观念和时代非常的贴近，很多时候一针见血的指出当今家庭教育中普遍存在的问题。比如第一章作者在入手就提出我们生活中的焦虑，虽然存在东西方不同文化差异，但同样的焦虑也存在于我们的生活中，过度的竞争和物质上的攀比以及精神上的缺失同样存在于我们的生活中，在家庭教育中有多少家庭在努力培养着“超级儿童”，而另一个极端是又有多少父母因为自己追求成功而忽略了孩子的成长。我们正在走向一个极端，如果没能认识到这一点，结局是很可怕的。第二章，作者把今天我们如何做父亲单一拿出来讲，让父亲在孩子成长中和训导中的重要意义，指出父亲和孩子建立的亲情关系是从孩子的一出生便开始的，父亲和母亲应该一起成为育儿的专家，给所有的父亲敲响警钟。而对离婚及其后果的谈及，让我们不得不对斯波克的细腻大加赞赏，如今单亲家庭越来越多，单亲家庭的教育问题也是家庭教育中问题最多的，作者给出了实用的教育方法，值得参考。书中涉及的内容非常的全面，都要现实生活中我们最想知道的非常尖锐的问题，作者不愧是“育儿之父”，对孩子各阶段的心理和行为特征把握非常的精准，对现实的家庭教育的研究也非常的深入，这是一本值得父母们拿来仔细研读的书，对比教育中存在的问题，书中一定会在某一方面或某几个方面给予你最想知道的答案。如果让我用一句话来形容这本书，概括了孩子在成长中所遇到各类问题，也解答了父母希望解决的全部困惑

28、挺不错的书，给了我很大帮助

29、刚生完宝宝时，就听同事和朋友介绍会过这本书，可惜一直没买到，这次在商城看到就买了一本，果然很实用，从前天拿到一直就在看。之前也在看其他的书，但比较起来还是更喜欢这本。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。

30、有理有据，内容很详细，应该是有小孩之后必读的书。

31、书挺好的，读着很方便，内容也很不错，读后引起了自己对孩子教育方式的反思。

32、宝贝4岁，比较叛逆，各种不听话，看了这本书还是有点用的，虽然不能解决全部问题，但是还是给我提供了挺多教育孩子的方法，按照书上说的方式处理问题，宝宝现在听话多了。觉得没有图片有点枯燥。

33、朋友推荐的就买了，看了一下，觉得理论的东西还是不错的，但是每个孩子都有他自身的特点，我们给予足够的尊重和信任，我相信所有人的宝宝都是最棒的。还是要看家长的水平和素质，还有就是给自己孩子能够提供什么样的成长环境吧。不过为了教育好孩子多做些功课总是没错的。

34、这是一本很不错的育儿书，内容很多，很丰富。从小讲到大，对养育孩子有独到的见解，很有帮

《斯波克父母经》

助的一本书。

35、一开始就看了很久的推荐了还有在线阅读，书一出来就迫不及待的买了一本，书的确不错，内容很全面，思维也很细腻，百无一漏，堪称经典。

36、全方位多角度洞悉孩子的心理成长经历，让家长更加了解在特定阶段孩子的内心世界，让孩子与父母的沟通变得更加简单明了，其实就像国内也有很多的育儿书，也会很仔细的披露很多孩子成长中出现的问题，并且还给予一定的方法来解决，但是他们少了对心理的分析，光是让家长知道怎么做，知道什么现象还并不足以做到了解孩子，所以问题还是要从根本出发，分析孩子的心理，然后制定更加合适的对应方法，这才是最正确的途径。而这本书恰恰正是从孩子内心世界出发开始分析，所以说这本书是一本不可多得的好书！

37、内容很多，全面介绍了孩子的行为反应出内心世界，让你能更加深刻的了解孩子的成长。

38、总是看国内的育儿方法感觉都差不多，没太大差异，偶尔也要吸收一下国外的育儿精神，还是不错的嘛。

39、经典书，育儿教父，虽然是外国的理念，但也有启发

40、内容推荐

为人父母是一种压力和快乐相交织的奇妙体验。《斯波克父母经》中，斯波克博士告知当今的父母们在养育子女中不要逃避这样那样的问题，而是帮助孩子和孩子一同去解决它，相信自己，相信孩子，相信没有教育不好的孩子。尤其提到单亲家庭怎样处理好亲子关系更是作者发自肺腑的指导。作者在书中交给父母的这些方法，并不是片面之言，而是他长期观察以及对孩子深度理解而得出的行之有效的办法。

41、给大家分享一下这本书，很不错，内容特别全面，而且大多都是从实际问题出发，还是很实用的，给大家推荐一下！

42、还不错,书里的有些观点和国内的差异挺大的，有些方法和观念可以试一下,值得一看。

43、关于孩子成长中的问题书里都有自己的分析，而且思维方向和国内作者都有所不同，我觉得还是很有必要看一下学一下的！

44、很实在的一本育儿书，内容很多而且价格也很实惠，很喜欢这本！

45、这本书太好了！儿童的岁月全都覆盖了，还讲了单亲家庭的问题，孩子的心理问题，孩子的教育等方方面面，简直是百科全书啊。买了一本，10年之内不用看别的书了。强力推荐

46、建议买一本国内书配合着这个一起看，这本书很经典，而且讲的内容很丰富精彩、朴实细致。说的那些思想很多国内书里面都不曾提到，而买一本国内的书是因为国内的书里面写的一些东西还是比较适合中国儿童看的，两本对比着看，我觉得更有效果。

47、送货速度很快，书也不错，正版书。内容挺多的没怎么看呢，这下有的读了！

48、喜欢国外的育儿书

49、看搜狐母婴推荐了很久了，好不容易等他出来了，马上就买了一本，看了好几天了，写的内容真是不错，全面易懂，抓住孩子和父母的心里，理论也有，也可做工具书，可以用到孩子很大的时候，值得收藏。强力推荐！！

50、很喜欢斯波克博士，因为他的书总是能深入的探讨教育孩子，而不是做表面功夫，写的很全面，很喜欢

51、斯波克医生以丰富的经验创作了这样一本内容详尽的育儿手册。书中内容从育儿的阶段性过程着手，以案例和经验点的形式提供了很多科学可行的办法，有助于准父母和新晋父母们学习参照。就一本译制作品而言，翻译工作做得比较扎实，行文流畅，名词基本准确。但还存在少量语义哽咽的地方，偶尔提醒一下读者：这是外国人写的书！

52、当孩子一天天长大，他们也在一天天建立自己的世界，父母与孩子之间难免会出现隔阂。孩子们不停地高呼，想让别人听到自己的声音，同时又在不断的排斥成人进入自己的内心，这就是叛逆期。在这本书中，我们可以看出，作者培养良好亲子关系的秘诀在于他手中一直紧握着一把能够打开孩子心门的钥匙——尊重。因为尊重，当孩子躁动和叛逆的时候，他给予了理解。因为理解，我们会与孩子平等对话，因为平等对话，通往孩子内心的那扇门会永远向我们敞开，我们才会知道，那个小心灵里装着什么样的苦恼与困惑，最终才能对孩子进行正确的引导。

53、看了一下，是正版书。内容很丰富，讲述的页很系统、很详细！国外的作家都很注重人文关怀啊，我们中国的父母要好好学习下！

《斯波克父母经》

- 54、国外的育儿方法就是不一样，比国内抄袭的书强太多了！
- 55、才收到书没几天，还没怎么看呢，看目录感觉写的很全面，竟然连父母离异后孩子面临的问题都想到了，够全面，而且也很专业，面面俱到才能成为经典
- 56、相当好的一本书，美国人的教育模式未必适合中国人，但是尊重孩子很重要，这正是我们所欠缺的，培养一个优秀的孩子，不只在他的IQ，EQ同时很重要，现在的独生子女心理很脆弱，好好看下这本书，会有帮助的，尊重你的孩子，这很重要，给予5颗星推荐！
- 57、带小孩，也是父母各方面的成长
- 58、马上就要升级做妈了，一直对育儿没有概念的我，想看看别的妈妈在看哪些育儿的书，发现在网上好多人推荐这本《斯波克育儿经》，美国人写的，注重思想和心理来研究儿童的一些言行举止*我也很想了解一下西方人在教育小孩方面的经验*我感觉中西方父母在教育小孩，培养小孩的方法上有较大的差异，正好中西结合一下，各取所长*
- 59、孩子今年5岁了，看着他有时会惊讶：怎么一转眼都这么大了，那个有时在摇篮里莫名其妙地哭个不停，有时又含着手指津津有味的宝宝，似乎就发生昨天！教育孩子是一项痛并快乐着的工作，当他不顾一切哭得声嘶力竭时，你会觉得这是世界上自己最难以胜任的工作了，而当你刚回家们，小家伙就跑过来抱着腿撒娇时，又会觉得自己是世界上最幸福的人。这本《斯波克父母经》不同于国内的育儿书籍，没有枯燥的说教，也没有啰嗦的语言，更像是和一位平等的家长一起交流，听他讲育儿的苦乐，分享他成功的经验，每句话都那么用心。在阅读这本书的过程中，我仿佛是和孩子在一起成长着。
- 60、今天到的，刚翻了翻，觉得目录里描述的挺详细的，而且很全面，孩子的很多方面的问题都囊括在里面了，挺不错的，期待
- 61、朋友推荐的，他说买的有点晚，在出生之前买就好了。我家宝宝4个月了，很详细，准备生宝宝的准父母和已经生宝宝的父母都可以购买的。里面会教你如何成为一名成功的父母。
- 62、只是粗略的翻了翻，还不错，讲到的范围比较广。我是看小巫的书，介绍小巫是“中国的斯波克教授”，所以我就买了这本，想看看斯波克是什么人，哈哈。
- 63、还没来得及仔细看，看来这书得好好研究下，不一般啊。很权威。
- 64、联系上中国的体制来考虑这本书吧，理论和实践一定要结合。不然，培养出优秀的孩子，生活在不适合她的环境里，对孩子来说，是负担。
- 65、这么说可能有点崇洋媚外了，但是在学术上确实如此，相比国内互相抄袭的育儿经，这本书的风格让我眼前一亮，值得一读。
- 66、教育孩子的过程其实也是家长自身不断成熟的过程。看了这本书，我意识到自己过去很多做法说法都不恰当，要学习的地方太多了。
- 67、挺好的，能给新妈妈做指导
- 68、经典育儿著作
- 69、简单实用的教科书，作为父母要从各方面培养孩子。“父母的所有难过不安都是和孩子不再完美有关吗？他们认为自己现在拥有的孩子不完美了吗？”启发很大。
- 70、很好的书，内容非常全面，给了我很大帮助，很喜欢这本书！
- 71、刚刚当爸爸，很开心很兴奋也很茫然，因为我不知道怎么带孩子，更不知道怎么把孩子养育好。如果只是把他养大，很简单的事情，给她吃让她睡就行，但是要把孩子养育好肯定不是这么简单的事情。这书不是系指的教你该怎么这么做，而是教你该抱着什么思想去做，出发点不是让爸爸妈妈变成专业的保姆，而是从观念上教你怎样做好爸爸妈妈。很好。推荐新爸妈看看。
- 72、书的内容很客观，没有刻意地偏激地强调绝对的如何对待宝宝，更多的是来了解孩子需求，然后帮助孩子。觉得是父母必备的枕边书。
- 73、Dr. Spock On Parenting: Sensible, Reassuring Advice for Today's Parent 978-0743426831 文集
- 74、买这本书主要是因为国外的作者都比较权威，写书比较认真，尤其对于小孩马虎不得，呵呵。
- 75、听朋友介绍说这本书相当不错啊，口碑很好，囤货中，希望好用。
- 76、作为未婚未育为了工作而读的一本书。发现没白看，突然发觉小孩子并没有很难懂。真的是没有不好的孩子，只有不会教的父母。一本可以反复阅读，每次都有新体验的书...但是章节安排有问题，阅读连贯性较差。

《斯波克父母经》

- 77、和大家分享一下这本书，总体来说这本书还是很不错的，内容丰富而且多是以实际生活中的实例出发来提出问题解决问题，而且这本书翻译的很不错，读起来没那么执拗，很顺畅，很容易理解！特意给大家分享一下！
- 78、太值了，一本书能用好多年，内容详细有内涵，教育孩子方方面面，甚至连父母离异的情况也有说，真不错，抓住孩子内心世界，然后教你如何和孩子沟通让他们更好的发展。超赞！
- 79、拿到手里一看，比想象中的厚，但估计是轻型纸的缘故吧，不压手，阅读体验很好。翻开内容，书里没有乌七八糟的说教和拼凑，全是斯波克博士根据自己的理论修养和育儿经验的总结，读起来流畅感人。读后会让自己反思中国式教育的局限，及时改正自己的一些片面的育儿理念，有种相见恨晚的赶脚o()o
- 80、书本不错，值得有小孩的父母一读
- 81、主要是因为外国写的书，觉得让姐姐的宝宝接受下外国教育。内容还没看，呵呵
- 82、之前有朋友怀孕的时候买了这个，我翻看了下，写的比较生活化，很有意思。看朋友带宝宝的时候有不懂的就去翻看这本书，对照解决。现在自己准备怀宝宝了，所以就买了本。坐在那儿久情不自禁的翻看，确实比较简单易懂。对没有经验的新爸新妈们有一定帮助哦。它用最简单的语言解决你的大麻烦。
- 83、很不错的一本书，收到书几天了，看封面还不错，随便翻了翻，里面内容大致是从孩子内心抓起，不是单纯的管教，这样的教育方式的确很不错。
- 84、别人介绍我读的一本书。宝宝还有几个月就要出生了，闲暇当中读几本书，做做功课。一直很期待宝宝的出生，但其实也一直担心自己做不好父母。读了这本书，突然觉得茅塞顿开，其实所有的父母都是在不断的发现问题解决问题。书中教了我很多做父母应该了解的知识。相信将来一定能和宝宝相处愉快的。
- 85、这种书不适合看的速度太快，因为感觉里面好多的知识点都发生在自己和孩子身上，需要一点点去发现，去体会，很好。
- 86、丰富理论知识和实践经验，并不是片面之言，还提到社会的热点问题“单亲家庭怎样处理好亲子关系”看了以后很有感慨啊！
- 87、文字朴素平和，却是有温度、有能量，教你怎样爱，怎样生活，怎样做人，怎样与孩子相处，养育子女中不要逃避这样那样的问题，而是帮助孩子和孩子一同去解决它，相信自己，相信孩子，相信没有教育不好的孩子。全面，专业，堪称佳作。
- 88、以前看过2本国内的育儿书，感觉都一样，还是抄袭的一贯作风，毫无创新，这次买了本斯波克的书看看，感觉就是不一样，人家老外的教育方法也许不完全适用于中国儿童，但是还是很有借鉴意义的，最关键的是你可以看到原创书籍啊，这才能完全体现出一个作者的思想，让你读的时候更容易接纳、理解。
- 89、喜欢这本书，内容全面！分析的很好，帮助挺大的！
- 90、即将初为人母，有太多的困惑：面对怀孕，孩子的出生，以至于如何哺养与教育----- 此书到来既解决了我的很多困惑，还让我知道了很多我以前并不知道的事情。里面的斯波克经典言论，更是就育儿的关键性问题发表了看法，让我在思索的同时受益匪浅
- 91、书挺厚的，内容还是很多的。很多都是从生活中找的实例，阅读起来也是比较贴近生活的，比较实用的一本书！
- 92、不系统，分的章节也很乱，理念不清晰，不推荐，只能说是作者的一些理念的杂糅
- 93、看的差不多了，书不错，内容详实，帮助分析孩子内心世界，从根本解决问题。良师益友啊！
- 94、小一点的孩子，在睡觉前通常都会让爸爸妈妈哄着入睡，因为他们大多数都是因为怕黑，或者是怕床底下突然爬出一只狮子，哈哈，各种各种。看到这我就想到自己家宝贝，真好玩，这种问题书里都有解答，感觉还真是有用啊。
- 95、太给力了，斯波克大师的作品就是不同凡响，好喜欢。现在我给大家一些积极的建议，父母可以通过理解认同孩子的每一次新体验来重温自己童年的快乐，这是为人父母的一个重要乐趣。
- 96、挺实用的，写的又细致，而且从孩子刚出生就开始写，能看好多年，值了
- 97、很佩服作者的写作方式，一本家教类的书，竟然可以叙述的像一本小说一样，很生动，很受用。
- 98、这本书写的很详细，跨度也很大，能从孩子出生一直用到孩子长大，挺适合新手父母的！
- 99、对育儿很有帮助！好书一本，建议可以看看《斯波克父母经》

《斯波克父母经》

- 100、曾经就看过斯波克的几本书，写的都挺不错的，这次刚出来就买了，书写的笔以前的更细致了，而且涵盖方方面面的知识，让人目不暇接，人家这教育方式真是值得学习
- 101、在线看了几页，人不住买了下来，还是很喜欢的。里面的内容正是我期望的，不仅局限于如何给予身体上的照料，还有更多精神方面的忠告，更加贴近心灵。

1、育儿书读了不少，却还是对很多现实问题挺茫然。难怪有人说别以为父母是最容易做的职业，非但不易而且还很难。读过《斯波克父母经》不禁对这位被称之为20世纪最可信和最受爱戴的“育儿之父”充满钦佩，他的作品几乎涵盖了孩子成长经历中父母所遇到的方方面面的问题，这不是专门针对某个年龄段的育儿书，读过之后便会了解为什么名为父母经，因为它概括了孩子在成长中所遇到各类问题，也解答了父母希望解决的全部困惑。很少见到这样的书，大都是专门针对某个时期的家庭教育中的某一个或某几个问题来阐述自己的观点，我一开始看到目录中收录着如此丰富的内容还担心会不会因涉及的问题过多而没有什么实质性的收获，但细细品读之后才发现我又自以为是了，作者不但非常的了解孩子的心理和行为特征，也有着非常丰富的理论和实践经验，传授了我们很多行之有效的教育方法，读过之后心里会亮堂了许多。三百多页的书在育儿书籍中算是很厚了，作者实在有太多的知识需要传递给读者，而作为母亲我也告诫自己要有足够的耐心来认真学习。从做父母所需要的品质，到新手父母如何与新生宝贝建立和谐的亲子关系。作者谈到了很多现实问题，每个年龄段孩子的成长和进步，孩子凸显的心理问题，孩子的睡眠和营养问题，孩子突出的行为问题，以及我们在管教中所遇到非常棘手的问题。值得一提的是作者的育儿观念和时代非常的贴近，很多时候一针见血的指出当今家庭教育中普遍存在的问题。比如第一章作者在入手就提出我们生活中的焦虑，虽然存在东西方不同文化差异，但同样的焦虑也存在于我们的生活中，过度的竞争和物质上的攀比以及精神上的缺失同样存在于我们的生活中，在家庭教育中有多少家庭在努力培养着“超级儿童”，而另一个极端是又有多少父母因为自己追求成功而忽略了孩子的成长。我们正在走向一个极端，如果没能认识到这一点，结局是很可怕的。第二章，作者把今天我们如何做父亲单一拿出来讲，让父亲在孩子成长中和训导中的重要意义，指出父亲和孩子建立的亲情关系是从孩子的一出生便开始的，父亲和母亲应该一起成为育儿的专家，给所有的父亲敲响警钟。而对离婚及其后果的谈及，让我们不得不对斯波克的细腻大加赞赏，如今单亲家庭越来越多，单亲家庭的教育问题也是家庭教育中问题最多的，作者给出了实用的教育方法，值得参考。书中涉及的内容非常的全面，都要现实生活中我们最想知道的非常尖锐的问题，作者不愧是“育儿之父”，对孩子各阶段的心理和行为特征把握非常的精准，对现实的家庭教育的研究也非常的深入，这是一本值得父母们拿来仔细研读的书，对比教育中存在的问题，书中一定会在某一方面或某几个方面给予你最想知道的答案。如果让我用一句话来形容这本书，概括了孩子在成长中所遇到各类问题，也解答了父母希望解决的全部困惑

2、这本书的作者是曾出版了享誉全球的《斯波克育儿经》的美国儿科权威——斯波克博士，他是20世纪最可信和最受爱戴的“育儿之父”。读着这本《斯波克父母经》，感觉自己仿佛身处于一场育儿演讲，博士在台上滔滔不绝地侃侃而谈，而我则在台下专心致志地静静聆听。

我即将在这个月升级成为一个孩子的母亲，从此，我将对另一个人的生命和安全负起难以抗拒的责任，我要从一个关爱的接受者变成一个关爱的付出者，我要改变原有的生活模式和习惯，我要放弃部分自由……这一切都让我感受到前所未有的紧张，期待之情与忐忑之心并存。

斯波克博士在书中教给我们的各种方法都是经过他长期的观察、理解、分析之后总结出来的，他深厚的专业知识让他的许多结论都具备了生理医学和心理医学的双重支撑。博士的育儿观念受到了美国大多数父母的信任和推崇，所以他在表达和总结的措辞上总是小心谨慎，多方顾及，但他在对某些孩子的行为解读上仍持有自己的一套观点，也许并不能被一部分父母所认同，但他也决不会把自己的意志强加于人，因为他相信人人都可以做很好的父母。对于自己曾经的错误判断或言论，他也能勇于承认并诚恳纠正。

本书的主要内容来自于博士于十年间刊登在某杂志中的文章，经过一系列的修订和整理后集结成书，假如你发现在几个不同的主题章节里多次出现了类似的甚至相同的理论，千万不要以为这是书籍内容的重复，这其实是博士想要反复强调的重点。

博士对孩子的各种行为进行原因分析并提出有效对策，给我们带来了启示，也鼓励了我们自己去思考。在孩子的教养过程中，父母是领导者，是榜样，我们应该要有自己坚守的原则。当我们遭遇孩子制

《斯波克父母经》

造的各类状况和麻烦之时，拥有了足够的信心和底气就不至于过分慌乱了。所以请“相信自己，相信孩子，相信没有教育不好的孩子。”

作为一本翻译作品，翻译者的能力也是可以决定书籍优劣的重要因素之一，而本书的译者刘莹完成得可谓十分出色。她拥有专业的教育学和心理学资质，又多年从事亲子教育的相关研究，从文章中语言的流畅和精致程度便可见她对原著的充分理解以及自身文字功底的扎实。

书籍封面上介绍说本书“适合有0-16岁孩子的家庭阅读使用”，我个人读下来，觉得就书中列举和探讨的实际对象而言，更多的是针对于0-6岁的孩子，所以各位年轻的父母可以酌情选择。

3、细致全面的亲子经读《斯波克父母经》文 / 一念千尘虽然从前没有听说过斯波克这个人，但是在读过他的这本书后，我不得不说，他的育儿亲子书的确值得一读。他是20世纪美国最可信和最受爱戴的“育儿之父”，他最著名的一句话就是“相信自己，相信孩子”，《斯波克父母经》时间跨度较长，如果你准备要孩子，那么不妨提前准备上这本书，书里对于未做父母的人们内心的焦虑开始阐述，一直到孩子童年里几乎所有值得注意的心理问题都有详尽的分析，对于我们提前理解孩子教育孩子非常有好处。未做父母的人对于要不要去做父母也会有压力，时代不同了，人们开始变得焦虑不安。女人要不要出去工作，是早些要孩子好还是晚些要比较好，做了父母后你能够培养一个足够优秀的孩子吗？孩子那么脆弱，我们能否让他安全地长大。看到这些话你可能会觉得这些问题有些可笑，但事实上，我们很多人的确是带着这样的焦虑来迎接孩子的，我们越来越不确定自己对于孩子的方向究竟是什么，越来越多的专家出现，反而让我们更加迷茫。那么来看看这位“育儿之父”给你的解答，他本身有着长期的教育分析，自己也是几个孩子的父亲，这两重身份让他有足够的发言权。本书中所涉问题颇多，如何做父亲，离婚对于孩子的影响，都是不容忽视的社会现象。越来越多的父亲投身于工作而忽略了对于孩子的教育，许多年轻人贪图自己的安逸放弃了家庭，如何让这一切变得更好？斯波克说不要以为孩子会突然接受你的管教，亲子关系要从一出生即建立。做了新手父母，孩子的睡眠吃饭断奶等平常事中，其实都有教育的大学问，我们应该学会从幼儿心理方面加以分析，对于早期的亲子联结，孩子在两岁时容易产生的分离焦虑，如何管教孩子，要宽松还是严格，有过经验的父母都知道，在幼儿时期，孩子看似天真可爱，但实际上却会制造无数的战争给我们，他们常常挑战我们的权威以及我们对于道德与教育的标准，但也正是在这些无穷无尽的过招中，孩子在观察大人，大人也在反思自己，如果你不能正确的分析孩子，那么有可能就要走上弯路，孩子的性格行为等等都要按照你标好的方向前进。此书为我们解答了孩子要应对的小小人际关系问题，邻居医生老师，虽然窄小，但却有大学问。同时孩子在成长过程中还会出现许多行为问题，例如说粗放偷窃说谎抱怨入园焦虑，那么在每个年龄段你是如何探究孩子行为的呢？所有的一切教育都与人格塑造和人生态度有关，孩子长大了，要从我们最亲近的人身上学到太多关于未来的道理，想象力创造力社交能力，爱情婚姻观，如何管理自己的情绪，如何在宠物中平衡，等等，都是我们值得思索的。而对于孩子的健康与营养，作者也有涉猎。这是一本非常细致全面的育儿书，深入浅出，道理一解就明，虽然我曾看过许多育儿书，但是里面仍然发现了一些困扰着我的育儿问题，在这里又学到了许多。这本书最重要的地方是不枯燥，有些育儿书大道理太多，让人难以吸收，这本书是针对一本所有父母来读的书，而不是某一个层面的父母。应该说，这是一本既理解父母又理解孩子的书。

4、饮食习惯是从童年开始形成的，并往往会持续终生。大多数孩子形成的不良饮食习惯都是我们纵容出来的。他们一开始吃的玉米麦片所含的蛋白质营养价值不如小麦和燕麦，之后他们吃了许多精制的人类食品，这类食品中大部分的胚芽，蛋白质，粗纤维和维生素都已在加工一过程中丢失，其中有些食品还被裹上了各种糖衣，或者与果汁软糖及其他糖类混合在一起，这就更不可取了。1岁孩子步入1岁的门槛，已不是那个只需要关注他吃饱睡好就可以的时段。按照去年听过的早教专家的观点，1岁以上的孩子，需要父母开始理解他的一些行为习惯，并且有意识地去培养和固化他的行为习惯。习惯对一个人是很重要的体系，一开始是我们有意识地养成习惯，最后会是良好的习惯塑造了我们的人生。饮食习惯是其中一个，关乎健康，特别重要，然而，却是让我比较纠结的一点。我的一贯观点是，日常饮食清淡能饱腹即可，不过多追求添加剂，味精是不必的，对于外面的深加工食品，尽量不让孩子在这么小的年纪里接触。因为这些东西日积月累在体内，指不定哪一天就来算账，虽然当下是吃得很开心。更重要的是，孩子的身体比成人要脆弱，这些深加工的食品对他们的伤害更大，身体的底子没打好，其影响可能会波及后面的韶华年岁。然而，想要让孩子清淡饮食，远离深加工食品，其操作

《斯波克父母经》

难度是不小的。一是家人要有共识。对于饮食的观点，可以说是公说公有理，婆说婆有理。即使作为母亲，你认为饮食要清淡要少加工这个观点很正确，但是当这个电视台提倡这一点，那个电视又会说到另外一点（而且观点还是相左的），家里的其他人都容易认为，既然观点都没统一，那就吃吧，因为当下的“爽”一把总比未来更容易把握。另外，有的还会认为，孩子就是得吃一点这些东西，这样身体才能适应，有抵抗力。教育孩子最麻烦的一点，就是家长方内部都没有形成统一的意见。这个说，没事多吃点，那个说，唉呀，这东西不能吃，孩子傻眼了，就不知道听哪个大人的好。二是环境必须配合。首先是大环境。随着人们生活水平越来越好，各种能够满足口欲的小零食越来越多。当电视台一直在广告各种诸如蛋黄派，饼干，火腿肠等深加工食品时，孩子看在眼里，听在耳里，记在脑里，一出门可能就指着超市的货柜嚷着要买这个。因为他的大脑已经根植了这些品牌，记忆总是用玩具诱惑小朋友来消费，就是在他们在记忆力很棒的小小年纪就记住有这么一个品牌，于是终生难忘。其次是小环境。不想让孩子吃的垃圾食品，家里肯定不能存有这些东西。这就要求家长自制，本身不去碰这些垃圾食品，才能做好榜样，如果这边阻止孩子吃，那边转头就把垃圾食品往嘴里塞，要孩子怎么信服你。另一个小环境是孩子的小朋友们，有时候周围的小朋友掏出一个什么“好吃的”给他，他可能就欣然接受了，而且还会认为，其他小朋友都在吃，为什么我不可以吃呢。三是孩子要能自制。成人自制尚且存在困难，要让孩子面对形形色色添加剂食品的诱惑，真不是一天两天能办成的。在孩子眼里，最关键的一点就是关注我现在能不能快乐，我现在这么做能不能开心，很少会考虑到更长远的东西，所以眼中有“棒棒糖”，肯定想马上含到嘴里去，很难做到推迟满足感。

- 1.自己做好榜样，言传身教，远离垃圾食品，倡导极简饮食生活模式，管住嘴迈开腿
- 2.和家人做好沟通，家里尽量不要存放容易被发现的深加工零食，避免孩子小时候就养成这种习惯
- 3.正确引导孩子认识深加工食品的危害，让他自觉少吃。

《斯波克父母经》

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