

# 《别让你的孩子自卑》

## 图书基本信息

书名：《别让你的孩子自卑》

13位ISBN编号：9787505728783

10位ISBN编号：7505728784

出版时间：2011-7

出版社：中国友谊出版公司

作者：李芳

页数：263

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](http://www.tushu000.com)

# 《别让你的孩子自卑》

## 内容概要

见人就打、把手边的东西扔得到处都是……宝宝想要对妈妈说什么？这时候妈妈怎样处理才恰当？宝宝在发脾气或者微笑时，妈妈怎样对待宝宝，才能让宝宝感到自己被无条件接受、充满安全感？妈妈照顾宝宝时，哪些方式能让宝宝的情绪得到控制？哪些引导能让宝宝学会正确表达自己？哪些交流能让宝宝想要与现实的环境保持接触？

这本书将给出一系列真实的案例，让未准妈妈、准妈妈、新手妈妈在真实的案例中知道：在0-1岁这个关键期，用怎样的方式去教养自己的孩子，才能让自己的孩子逐渐形成阳光健康的心态。

# 《别让你的孩子自卑》

## 作者简介

李芳，医学硕士，第二炮兵总医院儿科主任，主任医师。现任全军儿科专业委员会委员、全国小儿中西医结合专业委员会委员、中国儿童医学救援协会委员、北京师范大学医学研究院特聘教授；《长缨国防医学杂志》编委。从事医疗、教学、科研工作30余年，在小儿常见病、多发病的诊治方面积累了丰富的经验。曾获全军科技进步三等奖，北京市科技进步二等奖。参编专业著作七部、学术论文三十余篇。

# 《别让你的孩子自卑》

## 书籍目录

宝宝不会被宠坏.....

三甲级别中国人民解放军第二炮兵总医院儿科主任医师李芳全新诠释  
——宝宝的心灵越宠越阳光，

# 《别让你的孩子自卑》

## 章节摘录

0~1岁，真的很关键。从降生到成长，宝宝给我们每一个做父母的，都带来了无数惊喜：第一声啼哭，第一次睁开双眼，第一次环顾世界……宝宝发展的每一步、成长的每一个瞬间，都让初做父母的我们特别关注。很多时候，看起来毫无意义的动作、毫无逻辑的咿咿呀呀，却有可能是宝宝掌握某种技能的第一步。而0~1岁，是宝宝从出生到成长的关键时刻，这时的宝宝，更需要父母们的精心呵护。

当宝宝啼哭时，你是否听到了宝宝的希望——得到你的拥抱和爱抚？当宝宝吮吸你的乳汁安然入睡时，你是否了解到宝宝的心理——他已经开始认得自己的母亲了……在他们每一个表现背后，都有一个理由——渴望得到父母的关注——精神上或身体上的……宝宝受内在潜力的驱动，在某个时间段内，会专注于环境中某一事物的特质，发展自己的某一方面，并不断学习重复，在自我发展的需求下慢慢成长。蒙台梭利育儿专家称之为敏感期。0~1岁敏感期的宝宝因各方面发展不成熟，最需要得到爸爸妈妈的关怀、引导和教育，否则他们的敏感期不仅不会如约而至，反而会因为父母的误导，阻止孩子天性的发展，抑制敏感期。如果这种发展一直被压制，得不到疏导，宝宝的成长将变得孤独和压抑。

我很庆幸，能够在丫丫（我的宝贝）0~1岁的时候，陪着她一起成长，这一个阶段的共同成长，让我惊奇地看到，宝宝的世界有多丰富！同时，也在丫丫的“督促”下，成长为一名合格的妈妈。0~1岁的宝宝主要是以安全感为中心的。宝宝需要感觉到这个世界是安全的，感觉到自己是被无条件接纳，并且在父母的眼中非常重要，若是这两点无法被满足，宝宝长大后特别“黏人”，甚至会对他未来的生活，如恋爱、工作产生负面影响。为此，父母可以通过对宝宝日常无微不至的照顾，给予他应有的关注，通过抱抱、爱抚，和他一起说话、游戏让宝宝有安全感。这点父母们可以在第三章中得到详细的信息。0~1岁这个时期，也是宝宝各项技能发展的敏感期。宝宝对周围事物充满好奇，这时的他们像是外星人一样，做许多父母们看不懂的事。此时，不要破坏孩子探索的每一步，顺应宝宝的心理并给予正确的引导，才能让宝宝顺利度过各个敏感期。在第五章，我将根据自己养育丫丫的经验，与大家分享父母怎样通过正确的方式和教育去引导宝宝的各种行为。宝宝从出生到1岁这段时间，基本上不能用语言来表达他们的愿望。所以，父母们只有掌握了宝宝这段时间的身体和心理发展规律，才能更好地帮助宝宝健康成长。这个阶段，也是宝宝与你建立基本信任的关键阶段。家长要学习如何喂养和照顾宝宝，如何区分宝宝的不同病症，如何与宝宝建立起亲密的亲子关系。这些在第四到第六章会有详细讲述。当了解到宝宝的心理需求之后，再来观察宝宝的表情变化、动作变化，父母就能大致猜出他们想些什么了。由此，进一步去关爱宝宝就显得游刃有余了。因此，最优秀的父母应该是这样的：他们时时关注孩子的心理，知晓孩子的心理发展变化；善于察言观色，乐于倾听孩子的心声；善于引导孩子进行积极地心理暗示，给予孩子足够的空间，不责骂孩子，允许孩子有情绪……换句话说，最优秀的父母不仅是好父母，还是宝宝最好的心理师。帮助他们适应从黑暗到光明，帮助他们消除恐惧，帮助他们认识和理解周围的新环境，帮助他们建立对爱的认知，帮助他们快乐成长。做宝宝最好的心理师并不是一件容易的事情，这首先要要求准父母做好功课：了解宝宝1岁内的成长情况，包括语言、身体、智力……学习心理学，把握宝宝的心理活动；爸爸妈妈们还需要有一套自己固定的教育方案，并且在实施中保持理念不变，及时化解教育分歧，共同为宝宝创造良好的教育环境。真诚地希望，全天下的父母们，通过这本书，真正了解怎样去做一个好爸爸、好妈妈，在共同学习和养育中，分享和体验宝宝成长的点点滴滴。

阳光宝宝养成必需因素

- 1.充分的关爱。爸爸妈妈充分的关爱能够带给宝宝满足和温暖，让他们体会到幸福和安全。关爱包含体贴的语言、关心的表情、轻柔的交流和充满爱的肢体语言。
- 2.充实的活动。宝宝如果有恰如其分的学习、劳动，会让最初的成长变得快乐而有意义。
- 3.和谐的家庭。家庭的和睦能够给宝宝带来安全和被保护的感觉，有助于消除他们对环境的恐慌。
- 4.艺术的陶冶。艺术能促使儿童的人格获得健全、和谐的发展。音乐有助于儿童提高听觉和节奏感；美术则主要是造型和色彩的熏陶；文学可以拓宽宝宝的思维空间和想象力。
- 5.健康的身体。身体健康是心理健康的重要前提，宝宝敏感的身体时刻能够影响到宝宝的心理。
- 6.经常与同伴交往。与同龄宝宝在一起能够增强宝宝的社交心理和提高宝宝的交际意识。宝宝哭闹着要妈妈抱，是因为他感觉这个世界不如意，想要，回到子宫，回到与妈妈没分离时的感觉。

。 P2-5

# 《别让你的孩子自卑》

## 编辑推荐

人类的婴儿相对于动物婴儿自保能力发展极慢，他必须籍借父母的无条件接受才能自保，因此，0-1岁的宝宝因为生存的压力极端敏感，也是健康阳光的心理形成的关键时期。《别让你的孩子自卑——0-1岁决定宝宝阳光心态》将给出一系列真实的案例，让准妈妈、新手妈妈在真实的案例中，知道在0-1岁这个关键期用怎样的方式去教养自己的孩子，让自己的孩子逐渐形成阳光健康的心态。

宝宝哭闹着要妈妈抱，是因为他感觉这个世界不如意，想要回到子宫，回到与妈妈没剖离时的感觉。把宝宝孤零零地放在某个地方，他会感到无依无靠，感到恐惧。妈妈均匀而又有节奏的心跳，是宝宝曾经最熟悉的声音，它会给宝宝带来安全感。两个月的宝宝露出微笑，如果没有得到妈妈的及时回应，他的微笑就会越来越少。反之，宝宝们的微笑会越来越多。毫无疑问，这有利于孩子日后自信心的养成。如果宝宝缺少爱和关注，他也会因无法找到爱和关注的对象，变得游离不定，无论做什么都无法坚持，自然而然的就缺乏自尊、自信和安全感。这是一种自我意识的防御。

# 《别让你的孩子自卑》

## 精彩短评

- 1、便宜，当当多搞点优惠活动
- 2、非常有必要看
- 3、喜欢，这本书教会了我很多，这样我就知道该怎么把孩子教育好了！
- 4、0~1岁，真的很关键从降生到成长，宝宝给我们每一个做父母的，都带来了无数惊喜：第一声啼哭，第一次睁开双眼，第一次环顾世界……宝宝发展的每一步、成长的每一个瞬间，都让初做父母的我们特别关注。很多时候，看起来毫无意义的动作、毫无逻辑的咿咿呀呀，却有可能是宝宝掌握某种技能的第一步。而0~1岁，是宝宝从出生到成长的关键时刻，这时的宝宝，更需要父母们的精心呵护。
- 5、喜欢这本书，很有用。
- 6、帮朋友买的，学习如何陪伴刚出生的孩子，如何正确教育孩子。
- 7、内容应该不错！没有看，送人了
- 8、尾品汇搞特价买的，很便宜，书感觉很精致，等着给我姐看。。
- 9、不错，孩子自信的性格是很重要的！
- 10、纸质很好 内容丰富 很合适妈妈看不错的育儿书
- 11、十个字才给送积分啊，下次给我便宜多点。
- 12、里面的小贴士还是有些许用处的！
- 13、这本书值得一看，有好多例子
- 14、子女教育，儿童心理学应该是提起重视的。
- 15、这本书很实用，是一本育儿经典，有宝宝的家庭可以备一本。
- 16、提前学习了，内容不错。值得一读。
- 17、特价时买的送朋友的,对方很喜欢说写得很好
- 18、买的书有点重复，所以不觉得特别好
- 19、这个也没细看内容，不过观点还比较赞同，注意本书的范围是0~1岁的，过了一定年龄就不太适合了，那作者还应该要出一本《不要过分宠孩子》，这是个人观点，我没有相关经验，尽信书不如无书，广大妈妈们可以看看~
- 20、这本书挺好的，让我更了解我的宝宝。
- 21、连对象都没有，只是想了解下。哈哈
- 22、内容还不错，看了一些，不过和一些书的内容有些重复
- 23、宝宝5个月了，买来学习下
- 24、是不是有点晚，九个月了
- 25、学习教育从幼儿抓起。
- 26、感觉不错，有用
- 27、一下买了很多本，开始在看这本书，学习中。。。
- 28、买给姐姐的 希望宝宝全面的健健康康的成长
- 29、有了这本，足够照顾小孩了
- 30、还行，内容还可以，挺值得看的。
- 31、书不错，看看对教育孩子还是很有借鉴的！
- 32、本网购买的第一本不满意的书。名不符实，一个好听的书名，东拼西凑的内容。
- 33、虽然宝宝8个月了，但是从这本书中还是学到了很多细节东西。
- 34、很有意思的书，实践出真知。
- 35、内容很好，应该多了解，推介购买
- 36、这本书非常好,大家值得一看,感觉很受益.
- 37、还没看完不过有点用哦
- 38、有道理，建议准妈妈们阅读~
- 39、给儿子买的，孙女要从婴儿期进行早教，这本书很好，通俗易懂，很实际，对婴儿早期教育很有帮助啊。
- 40、很好的书！内容很丰富！给我的启发很大！好好学习书中的内容！带出个好宝宝！

## 《别让你的孩子自卑》

- 41、通过读书，给宝宝教育积累知识
- 42、内容有点随心所欲，对不同阶段的婴儿写的太零碎，有点像日志，不像书。
- 43、没时间哦看
- 44、看了，很实用，很有参考价值。忍不住回头多看了几遍。
- 45、书的质量很好，书皮色彩鲜艳，纸质很好淡绿色的字体清晰，还没有发现错别字，内容真的很好，让人爱不释手。具体内容就是讲了宝宝从出生到一周岁生长特征以及各个阶段会有哪些表现，这些表现都代表什么意思，新妈妈们如何很好的应对，以及如何根据宝宝的月龄有针对性的对他进行培养。比之前买的好妈妈胜过好老师要好，比较吸引人，将都是实际案例让人易懂更感兴趣。强烈推荐准妈妈看看。
- 46、人常说三岁看大，七岁看老，教养自己的孩子不是从上学开始，从他来到这个陌生的世界就要不断的用爱来浇灌他。
- 47、对我教育宝宝有很大用处
- 48、有点道理，可以参考着
- 49、这本挺全面的 真好
- 50、巨便宜的时候买的。留着以后看呗，应该都有用处的
- 51、转眼间小孩子已到了一岁，给自己长知识的同时，也希望用在小家伙身上起到作用。书还可以，只是美中不足的有点泛泛太笼统了。
- 52、九个月，是不是有点晚
- 53、里面的确有许多实际例子可供参考,这也是我最喜欢的部分。  
但有些内容,比如后面的疾病介绍等,与同类书籍内容相似,读过的话感觉不如前面的内容吸引人.仁者见仁,智者见智吧.
- 54、别让你的孩子自卑——0~1岁决定宝宝阳光心态  
值得您的孩子拥有！
- 55、有关亲子教育的，多学习一下没有坏处
- 56、买了，没怎么看！要看看了！
- 57、主要针对新妈妈如何让宝宝心理更健康，宝宝和父母更好沟通，虽然是小宝宝，但已经有很好的认知能力了！
- 58、人类的婴儿相对于动物婴儿自保能力发展极慢，他必须籍借父母的无条件接受才能自保，因此，0-1岁的宝宝因为生存的压力极端敏感，也是健康阳光的心理形成的关键时期。“见人就打”、把手边的东西扔得到处都是……宝宝想要对妈妈说什么，这时候妈妈怎样处理才恰当？宝宝在发脾气或者微笑时，妈妈怎样才能取悦宝宝，才能让宝宝感到自己被无条件接受、充满安全感……妈妈照顾宝宝时，哪些方式能让宝宝的情绪得到控制，那些方式能让宝宝学会正确表达自己，那些方式能让宝宝想要与现实的环境保持接触。这本书将给出一系列真实的案例，让准妈妈、新手妈妈在真实的案例中，知道在0-1岁这个关键期用怎样的方式去教养自己的孩子，让自己的孩子逐渐形成阳光健康的心态。
- 59、给朋友买的 希望喜欢
- 60、内容看起来不错，希望到时候可以让孩子健康成长
- 61、整体来说内容还是很全面的，也有实例，但是有些处理方法说的不够详细~不过看完后还是了解了很多东西  
书的纸张很好，书不算厚，排版看起来很舒服，不是那种满页都是密密麻麻的小字的那种，相对价格来说性价比还是很高的。
- 62、=还行
- 63、买了送同事的，同事说很喜欢，那我也很开心了。
- 64、这本书值得我们学习，以后好好教育孩子。
- 65、这本书相当不错，建议网友使用
- 66、有些内容没接触，不是很懂，送人的。
- 67、买了好多育儿书，便宜的很，没事读来看看
- 68、内容实在，适合新爸爸新妈妈
- 69、让宝宝心理健康成长，从小培养良好的性格很重要



## 《别让你的孩子自卑》

- 70、经典的文库，经典的图书
- 71、买小了我小孩都16个月了。适合刚刚当妈妈的人看
- 72、对于0 - 1岁的婴幼儿家长，具有一定的参考价值，讲的孩子的0 - 1岁的敏感期，如何照顾孩子等
- 73、很有用很喜欢
- 74、从出生到四五岁的介绍，章节都很仔细，挺好的。
- 75、书还行，快递不给力，明明来了，还要过一天再发，女快递员服务不错！

# 《别让你的孩子自卑》

## 精彩书评

1、一个人可能一生会遇到很多心里不舒服的时候，学会调节才会健康。当一个孩子从小被父母宠爱着，自尊心在健康的生活中得到满足，那么孩子心理会终身健康。倘若父母不能善加宠爱，孩子很可能从小自卑，长大后也一直生活在阴影之下，难以自拔。

# 《别让你的孩子自卑》

## 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](http://www.tushu000.com)