

《亲子关系 决定孩子一生幸福的密码（孙云晓教育研究前沿书系）》

书籍信息

版次：

页数：

字数：

印刷时间：

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787533944506

编辑推荐

著名教育研究专家孙云晓40年研究集大成之作

吸收脑科学和心理学*成果

父母最应重视的八个亲子问题

解答父母的八大亲子教育困惑

传授教子成功的五大实用招数

内容简介

本书主要分为“好的亲子关系是家庭教育成功的基石”、“父母心中的亲子关系困惑”、“父母最应重视的亲子关系问题”以及“保持良好亲子关系的原则”四个部分。作者通过大量的实际案例，将国外心理学家、教育家的亲子教育理念与国内学者的相关研究融合在一起，变抽象理论为具体分析，让不同的家庭能够从不同的案例中得到教育启发。此外，本书还融入了作者的长期研究与思考成果，相信每一位读了该书的父母，都会受益匪浅。

作者简介

孙云晓：

中国青少年研究中心研究员、家庭教育首席专家，中国教育学会家庭教育专业委员会常务副理事长，北京师范大学兼职教授。曾被国务院表彰为有突出贡献的教育科学研究专家。

孙云晓自1972年起从事青少年教育和研究至今。1995年以来，他主持了中国城市独生子女人格发展与教育、中国中小学生科学素养调查研究等多项课题研究。尤其是他连续10年主持的全国教育科学十五和十一五规划课题，在少年儿童行为习惯培养的研究领域取得突破性的成果。

孙云晓的一系列教育观点受到广泛关注。如：“关系好坏决定教育成败”、“21世纪是两代人相互学习共同成长的世纪”、“良好习惯缔造健康人格”、“尊重生命是一切教育的核心理念”等。他的作品曾获中国图书奖、全国“五个一工程”优秀图书奖、全国优秀畅销书奖。

目录

引言 一切成功的教育都是和谐的教育 \ 1

第一章 好的亲子关系是家庭教育成功的基石3

家庭教育当然要讲道理，但是，
光有道理很难有理想的家庭教育。家庭教育最深厚的根基是情感，
最本质的追求是价值观，
最鲜明的特点是家风，而对教育成败得失影响最直接的是亲子关系。

一 什么是良好的亲子关系 \ 4

二 亲子关系的重要意义 \ 19

三 亲子关系的基本类型 \ 33

四 影响亲子关系的因素 \ 46

五 不健康的亲子关系及危害 \ 60

第二章 父母心中的亲子关系困惑 73

信息时代动摇了父母的权威地位，孩子性发育提前让父母左右为难，
而学业竞争压力更令父母百般无奈。集三大难题于一身的年轻父母，
如不及时学习现代家庭教育理念与方法，怎能突破重围？

家庭教育当然要讲道理，但是，
光有道理很难有理想的家庭教育。家庭教育最深厚的根基是情感，
最本质的追求是价值观，最鲜明的特点是家风，
而对教育成败得失影响最直接的是亲子关系。

二 亲子关系的重要意义 \ 19

四 影响亲子关系的因素 \ 46

信息时代动摇了父母的权威地位，孩子性发育提前让父母左右为难，而学业竞争压力更令父母百般无奈。集三大难题于一身的年轻父母，如不及时学习现代家庭教育理念与方法，怎能突破重围？

二 从容应对孩子的青春逆反 \ 84

四 积极面对青春期性教育 \ 101

六 引导孩子学会理性消费 \ 116

八 培养孩子的自我管理能力 \ 137

第三章 父母最应重视的亲子关系问题 149

一 孩子的成长需要自由 \ 150

三 尊重孩子的特点和兴趣 \ 163

五 亲子陪伴无可替代 \ 178

七 让孩子自信地成长 \ 204

教育的秘诀是真爱，良好的关系在于和谐。21世纪家庭教育的根本原则是两代人相互学习，共同成长，这是家庭教育成功的保障，也是家庭生活幸福的源泉。

二 教育的秘诀是真爱 \ 227

四 不要把孩子的特点当缺点 \ 248

[显示全部信息](#)

什么是良好的亲子关系

(一) 12岁前建立亲密依恋关系是良好亲子关系的根本

依恋关系是亲子关系中非常重要的一个方面，是形成良好亲子关系的根本。对于每个人来讲，它不仅存在于儿童早期，而且会对人一生的发展产生重要的意义，会对青少年期、成年期甚至老年期的心理状态产生深远影响。对于亲子关系而言，依恋关系的形成不仅影响到家庭的稳固、父母与孩子的和谐，还会影响家庭的整体生存环境。

12岁前形成亲密依恋关系意义重大

依恋理论最初由英国精神分析师约翰·鲍尔比提出，他试图理解婴儿与父母分离后所体验到的强烈苦恼。鲍尔比观察到，被分离的婴儿会以极端的方式（如哭喊、紧抓不放、疯狂地寻找）力图抵抗与父母的分离或靠近不见了的父母。

中国人民公安大学教授、犯罪心理学专家李玫瑾对依恋关系的建立有着深刻理解，她认为：人的心理发展有顺序性，未成年人的心理问题滞后反应。任何生命都是过程，任何过程都有开始，生命发展是轨迹式的，人的命运取决于早期。人的成长大致有三个时期，即1~6岁，6~12岁，12~18岁。12~18岁时人已经进入青春期，其独立意识与逆反心态决定了这一时期已经不是家庭教育的优势时期。所以，家教的最佳时期是12岁之前，即依恋期。在依恋期中，1~6岁又最为关键。

美国明尼苏达大学少儿发育研究所的专家曾就依恋问题对174名孩子进行了长达16年的考察。他们首先考察了孩子们的家庭背景，诸如，婴儿对父母依恋的模式、孩子的自主性、孩子的自我调节能力、其家庭的整体状况，以及母爱程度等。随后，他们又考察了这些孩子在学校里的表现，考察他们在学校环境中的适应程度，以及在数学、阅读能力、阅读理解、拼写等标准化考试中的成绩。结果，得出的结论令人瞩目：在孩子智商一定的情况下，婴儿对父母依恋的模式与程度是对孩子日后学业成就影响最明显的因素。

孩子与父母或照顾者之间健康的关系，是其一生中良好人际关系的基础。良好的人际关系就是对权威的尊重与同情心的流露，对于领导者来说，还包括与同事融洽相处的能力。总之，婴儿对父母的依恋与孩子日后的学业成就密切相关，而在此基础上发展起来的这种良好的人际关系也同样与孩子日后的学业成就有密切的关系。

父母要了解孩子的依恋类型

美国心理学家艾斯沃斯等人长期观察了乌干达和美国家庭母子间的相互作用，根据婴儿在陌生情境中的不同反应，将婴儿依恋划分为安全型、回避型、焦虑-矛盾型三种依恋类型。这三种依恋类型表现出的行为和意识，将长久影响儿童的成长。儿童12岁前，父母与儿童建立或弥补依恋关系，需要了解孩子从婴幼儿时期发展形成的依恋类型，以及自己的气质和抚养类型，这样才能够更深刻理解什么是亲子关系，以及形成亲子关系需要具备的条件。

岁前形成亲密依恋关系意义重大

中国人民公安大学教授、犯罪心理学专家李玫瑾对依恋关系的建立有着深刻理解，她认为：人的心理发展有顺序性，未成年人的心理问题滞后反应。任何生命都是过程，

任何过程都有开始，生命发展是轨迹式的，人的命运取决于早期。人的成长大致有三个时期，即1~6岁，6~12岁，12~18岁。12~18岁时人已经进入青春期，其独立意识与逆反心态决定了这一时期已经不是家庭教育的优势时期。所以，家教的最佳时期是12岁之前，即依恋期。在依恋期中，1~6岁又最为关键。

孩子与父母或照顾者之间健康的关系，是其一生中良好人际关系的基础。良好的人际关系就是对权威的尊重与同情心的流露，对于领导者来说，还包括与同事融洽相处的能力。总之，婴儿对父母的依恋与孩子日后的学业成就密切相关，而在此基础上发展起来的这种良好的人际关系也同样与孩子日后的学业成就有密切的关系。

美国心理学家艾斯沃斯等人长期观察了乌干达和美国家庭母子间的相互作用，根据婴儿在陌生情境中的不同反应，将婴儿依恋划分为安全型、回避型、焦虑-矛盾型三种依恋类型。这三种依恋类型表现出的行为和意识，将长久影响儿童的成长。儿童12岁前，父母与儿童建立或弥补依恋关系，需要了解孩子从婴幼儿时期发展形成的依恋类型，以及自己的气质和抚养类型，这样才能够更深刻理解什么是亲子关系，以及形成亲子关系需要具备的条件。

这种依恋类型主要表现为婴儿与母亲在一起时，会将其作为安全基地。婴儿会以母亲为中心主动去探索环境，并不是总依偎在母亲身旁，只通过偶尔的靠近或眼神注视与母亲交流。母亲在场时，婴儿感到足够的安全；当母亲离开时，婴儿明显表现出苦恼、不安；当母亲回来时，婴儿会立即寻求与母亲接触，将其作为避风港湾。这种依恋类型的孩子更容易被安抚，大约占总体比例的65%~70%。

2. 回避型依恋

回避型婴儿的母亲也有多种类型。有的对孩子缺乏耐心，当孩子干扰自己的计划和活动时会产生孩子的气或怨恨孩子，对孩子发出的信号反应迟钝；有的对孩子经常表现出消极情感，即使对孩子表达积极情感，程度也比较弱，没有很强的情感关注色彩，母亲与孩子之间并没有形成特别密切的感情联结。

这种依恋类型主要表现为每当母亲要离开前，婴儿就显得很警觉，在母亲离开时表现得非常苦恼、极度抗拒，任何一次短暂的分离都会引起其强大的心理波动，可能会大喊大叫。但当母亲回来时，他们对母亲的态度又是矛盾的，既寻求与母亲接触，但同时又抗拒与母亲接触。当母亲亲近他时，他会生气地拒绝、推开，但是他又不是完全放弃与母亲的交流，会不时地朝母亲这里看。这种类型的婴儿约占总体比例的10%~15%。

在这三种依恋类型中，回避型与焦虑-矛盾型都属于不安全型依恋。婴儿对母亲的依恋类型具有明显的稳定性，但在家庭环境经历较大变化时，母亲与婴儿的交往过程可能会发生较大转变，孩子的依恋类型也会发生变化。

[显示全部信息](#)

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