

《你的N岁孩子（10-14岁）（全球阶梯教养圣经，耶鲁大学40年研究成果，全球畅销30年。李跃儿、胡萍、小巫、安燕玲、海文颖倾情推荐）》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2014年04月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：是

国际标准书号ISBN：23416148

编辑推荐



(1) 耶鲁大学40年研究成果，美国格塞尔人类发展中心根据上千位孩子真实成长跟踪总结的早教百科！

(2) 兰登书屋30年当家好书，全球阶梯教养圣经，两代父母，3亿家长的信赖选择！

(3) 中国著名儿童教育专家李跃儿、胡萍、小巫、安燕玲、海文颖倾情作序推荐！

(4) 内容全面，从日常生活到教养难题，关于孩子每年的一切，都在书中可以找到！

内容简介

《你的10~12岁孩子》介绍孩子10-12岁时身心发展特质和成长规律；怎样在孩子10-12岁时引导人际关系能力的发展；介绍10-12岁孩子的日常作息习惯；为父母讲解10-12岁孩子的管教方式；让父母了解10-12岁孩子的心智能力；告诉父母培养10-12岁孩子的道德意识。本书从以下方面介绍关于13-14岁孩子的一切：

- (1) 介绍孩子13-14岁时身心发展特质和成长规律
- (2) 怎样在孩子13-14岁时引导人际关系能力的发展
- (3) 介绍13-14岁孩子的日常作息习惯
- (4) 为父母讲解13-14岁孩子的管教方式
- (5) 让父母了解13-14岁孩子的心智能力
- (6) 告诉父母培养13-14岁孩子的道德意识

作者简介

路易斯埃姆斯（1908 - 1996），美国著名儿童心理学家，格塞尔儿童发展研究所的创始人之一。她毕业于耶鲁大学，毕生致力于儿童发展、儿童养育实践研究，其教育理念影响了两代美国年轻父母。

弗兰西斯伊尔克（1902-1981），美国儿童行为学博士，与路易斯埃姆斯合著的作品很多

都成为畅销书。

西德尼贝克格塞尔人类发展研究所前所长，长期从事该研究所的医疗部门工作。

目录

第一部分 我们对青少年的研究

第一章 导读——从宏观把握孩子的成长脉络

第二章 成长是核心

第三章 个性特征是孩子在成长过程中的独特演绎

第二部分 10-12岁孩子的成长与发育状况

第四章 你的10岁孩子

第五章 你的11岁孩子

第六章 你的12岁孩子

第三部分 孩子的成熟趋势以及各年龄区间的各项成长梯度

第七章 10-12岁孩子的人体机能体系：个头和体重增长迅速，异性关系萌动

第八章 10-12岁孩子的自我照料及日常作息

第九章 10-12岁孩子的情绪起伏剧烈、渗入生活

《你的13-14岁孩子》第一部分 我们对青少年的研究 第一章

导读——从宏观把握孩子的成长脉络 第二章 成长是核心 第三章

个性特征是孩子在成长过程中的独特演绎 第二部分 10-12岁孩子的成长与发育状况

第四章 你的10岁孩子 第五章 你的11岁孩子 第六章 你的12岁孩子 第三部分

孩子的成熟趋势以及各年龄区间的各项成长梯度 第七章

10-12岁孩子的人体机能体系：个头和体重增长迅速，异性关系萌动 第八章

10-12岁孩子的自我照料及日常作息 第九章 10-12岁孩子的情绪起伏剧烈、渗入生活

第十章 10-12岁成长中的自我意识：追求“独立” 第十一章

10-12岁成长中的人际关系是最核心的成长 第十二章

10-12岁孩子的兴趣与爱好真是反映行为能力和心理成长水平 第十三章

10-12岁孩子的学校生活对成长影响重大 第十四章

10-10岁孩子的道德意识：不必过分苛求完美

第一部分 我们对青少年的研究 第一章

从宏观把握孩子的成长脉络：身体和心智的变化贯穿整个青春期

1. 采访环境与对象：对家庭状况相对稳定的孩子持续跟踪采访

2. 采访详谈：对受访者及其家长都以轻松随意的方式交谈

3. 数据分析：从数据中寻找孩子的成长状况和规律 第二章

成长是核心：“好行为”和“坏行为”的交替出现实属正常现象 第三章 个性特征：

受性别、体质、生活环境诸多因素影响第二部分 13—14岁孩子的成长与发育状况 第四章
你的13岁孩子：自我性格纠结的一年中动手能力频频闪现灵光
1.摇摆不定，不停纠结的年龄 2.生理与心理上慢慢成熟 3.
自我照料和日常作息能够安排得十分妥帖
4.自我意识的成长：注重眼前，顺其自然，自我反省 5.
人际关系：不愿与人为伍而喜欢独处是主要特点 6.
活动与兴趣爱好：对感兴趣的事情满腔热忱 7.学校生活：专注学习，热爱校园
8.道德意识：极端和高标准是他们的道德标尺 第五章
你的14岁孩子：充满朝气的一年，但不能忽视发生的意外事件
1.精力十足的14岁年青人渴望充实的生活 2.敞开心扉，万般“包容” 3.
自我照料和日常作息 4.14岁的性格更加鲜明化 5.独立的自我意识 6.
人际关系：多半会因为意见不合而闹情绪 7.年青男女喜欢参与的各种活动 8.学校生活
：才华和能力得以最大限度的绽放 9.构建自己的道德观念第三部分
孩子的成熟趋势以及各年龄区间的各项成长梯度 第六章 13—14岁孩子的人体机能体系：
生理发育迅速，心理成长教育需合拍 第七章
13—14岁孩子的自我照料及日常作息：自主性提升，强迫不是明智之举 第八章
13—14岁孩子的情绪：受多重因素影响，需要正确引导 第九章
13—14岁成长中的自我意识：为“独立”向各方“宣战” 第十章
13—14岁孩子的人际关系：青春期最核心的成长 第十一章
13—14岁孩子的兴趣与爱：透露生理与心理成长是否平衡 第十二章
13—14岁孩子的学校生活：成熟程度与就读年级相匹配 第十三章
13—14岁孩子的道德意识：逐步成熟的过程中要给予宽容和理解第四部分 14
岁之后的年青人 第十四章 14岁之后会是怎样的情形：历经波折的成长脉络 附录一
资料与数据的来源 附录二 数据表格《你的10-12岁孩子》……

[显示全部信息](#)

媒体评论

我要郑重地向所有的家长们推荐这本书，看看它是用怎样的关怀，向想要了解孩子的人讲述孩子，又是用怎样朴实贴切的招数在帮助它的读者。

——李跃儿中国著名儿童教育专家，中国芭学园创始人。

这是一套研究1-14岁孩子发展规律的书，无论是东方还是西方的父母，都希望在了解孩子发展规律的基础上来帮助孩子成长，都希望孩子具备善良、有责任感和自律等优秀的人格品格，由此，这套书能够帮助到中国的父母们。

——胡萍中国儿童性教育的先驱，《成长与性》等书的作者。

儿童成长是分阶段循序渐进的，每个阶段都有不同的需求和特点，这套书详细解释了各年龄段孩子的成长规律、行为特征和心理需求，让父母们有案可寻，不至于摸不着头脑。

。

——小巫著名儿童教育专家，被国外媒体誉为“中国的斯波克博士”。

相比较个人发展和心理认知的专业书籍的晦涩，《你的N岁孩子》系列更加生动，语言容易理解。在这里，你一定会找到自己家里的那个宝贝，也能更加走进他们的内心。我要郑重地向所有的家长们推荐这本书，看看它是用怎样的关怀，向想要了解孩子的人讲述孩子，又是用怎样朴实贴切的招数在帮助它的读者。

——李跃儿中国著名儿童教育专家，中国芭学园创始人。这是一套研究1-14岁孩子发展规律的书，无论是东方还是西方的父母，都希望在了解孩子发展规律的基础上来帮助孩子成长，都希望孩子具备善良、有责任感和自律等优秀的人格品格，由此，这套书能够帮助到中国的父母们。——胡萍中国儿童性教育的先驱，《成长与性》等书的作者。儿童成长是分阶段循序渐进的，每个阶段都有不同的需求和特点，这套书详细解释了各年龄段孩子的成长规律、行为特征和心理需求，让父母们有案可寻，不至于摸不着头脑。

——小巫著名儿童教育专家，被国外媒体誉为“中国的斯波克博士”。相比较个人发展和心理认知的专业书籍的晦涩，《你的N岁孩子》系列更加生动，语言容易理解。在这里，你一定会找到自己家里的那个宝贝，也能更加走进他们的内心。

——兰海上濒教育机构创始人，中央电视台《成长在线》特邀专家。5岁，安宁祥和的年龄段。做父母的要珍惜与孩子相处的每一个阶段，无论眼泪、无论欢笑都真实地刻录在记忆中。我喜欢这张“地图”，它帮助你看到“5岁”这个目的地大致的样子，从而让你和孩子一起在这趟旅行当中少一些焦虑，多一份从容。

——安燕玲《怎样说孩子才会听》的中文译者。看到五岁孩子的特点，对照龙儿的生长，我不禁哑然失笑。他五岁时显得颇有能力处理身边的事物，但有时候我会惊讶地发现当他不得不面对陌生的或者棘手的局面时，他所需要的帮助比我预想地多很多。当时以为他在耍赖，看了这本书，心中多了份释然，原来这个阶段的孩子就是这样，他正在尝试和自己之外的世界进行对接。

——海文颖浩途家庭俱乐部创始人，《我要做个好妈妈》的作者。

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

朋友们或家长们在描述他们10岁的少男少女时，有多少溢美之词！每个人都说他们可爱、快乐、随和、真诚、放松、泰然、率真、坦荡……很好相处，而且友善得一塌糊涂…

…

较之9岁，情绪好转

不少孩子从9岁到10岁的情绪转变不太容易察觉。这种一点一点地逐步转变，如果不是回头和9岁时候的情形相比较，都不知道发现了哪些变化。可是也有些时候，孩子的转变却又是突发式的。“她一下子从困难重重之中挣脱出来，就好像突然蜕变了似的。”“这一年他处在阳光的一面，而去年他却是在另一面。”孩子给人的感觉就仿佛9岁和10岁之间真的有个分水岭，一旦跨过去孩子就登上了一座新的山峰，来到一个全新的地域，进入了一个全新的从10岁到14岁的成长周期。当然，有些孩子在这片新地域里还站不太稳，他们尚未做好充分的准备。

10岁孩子的生活非常美好，好得他简直就是陶然共忘机，以至于你若是问他一个关于情绪方面的问题，他反而对自己大吃一惊。孩子这是的回答往往是“啊？不知道。”，“呃，说不好。”，“从来没想过呢！”。若是有所置评，他们总会加上一个范畴，“唔，要看情形啊！”，“有时候这样，有时候那样。”。

总的来说，10岁孩子的日子比9岁时好过多了，尤其是他可以“做更多的事情”了。10岁的孩子是一个行动孩子，而不是一个思考孩子。随便一个简单的事情就能带给他很大的快乐，比如说晚饭后可以出去玩、没有家庭作业、光顾一个儿童乐园??。好运气好像都偏向他，虽然也有运气不好的日子，可是“要看情形”嘛。

惧怕的情绪少之又少。以前怕狗、怕黑的孩子，根据10岁孩子的报告，实际上他们自然而然不再害怕这些了。不过，不论男孩女孩，仍然倾向于怕蛇；他们还说，不希望在黑暗中遇到一头狮子，或独自被留在一座古堡里。10岁孩子担忧的事情，和他害怕的事情一样少。上课啦、作业啦总有些让人担忧的事。对了，还有上学不能迟到。不过，总的来说，这种担忧大多因人而异。一个男孩子可能担心他会不会弄丢了钱包，另一个女孩子则可能担心她家的汽车会不会汽油不够了。

用生气表达不满情绪

10岁孩子最常见的情绪表达，是生气，这够让你意外吧？这个心满意足的、乐于合作的、可爱的小小10岁孩子，生起气来，那叫个火山爆发，又快又猛，甚至又踢又咬。如果他能控制得稍微好一点，他会张口大骂，会哇哇大哭，也会一边狠狠跺着脚一边哇啦哇啦骂着回到自己屋里去。不过，10岁孩子也不是随便就发脾气的，“那要看是谁惹我生气了。如果我姐姐惹了我，我会扔回形针、弹橡皮筋去射她。要是我爸妈不公平地惩罚了我，我回自己屋里去生闷气。要是在学校嘛，你就只好算了，所以我有时候觉得在学校里挺不公平的。我就找朋友说几句。”他们总能找到宣泄愤怒的出口，哪怕是告诉给小狗听，或者密谋一个永远不可能实施的报复计划。10岁孩子发火的最大特点是升温很快，降温也快，转眼之间雨过天晴。这个年龄的孩子看来个个都有个不错的废气排放系统。朋友们或家长们在描述他们10岁的少男少女时，有多少溢美之词！每个人都说他们可爱、快乐、随和、真诚、放松、泰然、率真、坦荡……很好相处，而且友善得一塌糊涂……较之9岁，情绪好转不少孩子从9岁到10岁的情绪转变不太容易察觉。这种一点一点地逐步转变，如果不是回头和9岁时候的情形相比较，都不知道发现了哪些变化。可是也有些时候，孩子的转变却又是突发式的。“她一下子从困难重重之中挣脱出来，就好像突然蜕变了似的。”“这一年他处在阳光的一面，而去年他却是在另一面。”孩子给人的感觉就仿佛9岁和10岁之间真的有个分水岭，一旦跨过去孩子就登上了一座新的山峰，来到一个全新的地域，进入了一个全新的从10岁到14岁的成长周期。当然，有些孩子在这片新地域里还站不太稳，他们尚未做好充分的准备。10岁孩子的生活非常美好，好得他简直就是陶然共忘机，以至于你若是问他一个关于情绪方面的问题，他反而对自己大吃一惊。孩子这是的回答往往是“啊？不知道。”，“呃，说不好。”，“从来没想过呢！”。若是有所置评，他们总会加上一个范畴，“唔，要看情形啊！”，“有时候这样，有时候那样。”。总的来说，10岁孩子的日子比9岁时好过多了，尤其是他可以“做更多的事情”了。10岁的孩子是一个行动孩子，而不是一个思考孩子。随便一个简单的事情就能带给他很大的快乐，比如说晚饭后可以出去玩、没有家庭作业、光顾一个儿童乐园??。好运气好像都偏向他，虽然也有运气不好的日子，可是“要看情形”嘛。惧怕的情绪少之又少。以前怕狗、怕黑的孩子，根据10岁孩子的报告，实际上他们自然而然不再害怕这些了。不过，不论男孩女孩，仍然倾向于怕蛇；他们还说，不希望在黑

暗中遇到一头狮子，或独自被留在一座古堡里。10岁孩子担忧的事情，和他害怕的事情一样少。上课啦、作业啦总有些让人担忧的事。对了，还有上学不能迟到。不过，总的来说，这种担忧大多因人而异。一个男孩子可能担心他会不会弄丢了钱包，另一个女孩子则可能担心她家的汽车会不会汽油不够了。用生气表达不满情绪 10岁孩子最常见的情绪表达，是生气，这够让你意外吧？这个心满意足的、乐于合作的、可爱的小小10岁孩子，生起气来，那叫个火山爆发，又快又猛，甚至又踢又咬。如果他能控制得稍微好一点，他会张口大骂，会哇哇大哭，也会一边狠狠跺着脚一边哇啦哇啦骂着回到自己屋里去。不过，10岁孩子也不是随便就发脾气的，“那要看是谁惹我生气了。如果我姐姐惹了我，我会扔回形针、弹橡皮筋去射她。要是我爸妈不公平地惩罚了我，我回自己屋里去生闷气。要是在学校嘛，你就只好算了，所以我有时候觉得在学校里挺不公平的。我就找朋友说几句。”他们总能找到宣泄愤怒的出口，哪怕是告诉给小狗听，或者密谋一个永远不可能实施的报复计划。10岁孩子发火的最大特点是升温很快，降温也快，转眼之间雨过天晴。这个年龄的孩子看来个个都有个不错的废气排放系统。尽管10岁的孩子也会气得哭，不过总的来说他们觉得“都多大了，哪能哭呢”，所以，这个年龄的眼泪是最少的。一个男孩子可能很坚定地告诉你，“要是割破了哪里，或者他们不带我去哪里，我才不会哭”，可是如果爸爸死了，他还是会哭的。刚才还雨泪滂沱的孩子，转眼就可以这么淡定地跟你侃侃而谈。悲伤有时候会令他们落泪，不过不常有，他们倒是更容易被气得大哭。10岁孩子可能会伤心，当然通常不会伤得太深。如果谁伤了他的心，有些孩子会“哭着回家”，也有些孩子装得若无其事，很快镇静下来，掩饰自己的难堪

。

[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)