

“东华大学教职工心理学爱好者协会”育儿读书会

为响应广大教职工关注心理健康、追寻幸福生活的需求，东华大学校工会联合东华大学心理咨询中心，于2018年3月成立“东华大学教职工心理学爱好者协会”，协会成立开展的第一项活动为“0~6岁育儿读书会”，欢迎全体会员参与。

0~6岁育儿读书会

以0~6岁的儿童身心发展规律及教育理念为主，选用孙瑞雪育儿系列三部曲《爱与自由》、《捕捉儿童敏感期》、《完整的成长》作为共读书籍，旨在加深对儿童的理解，提高育儿过程的幸福感、满足感。每期读书会就当天阅读的篇章进行讨论，成员以互助的方式分享育儿困惑及感悟，成为彼此育儿路上的支持者。欢迎孕期、婴幼儿、学龄前儿童家长，及所有对儿童心理发展感兴趣的教职工参与。

心理学爱好者协会“育儿读书会”活动安排				
日期	时间	场地	带领人	备注
每周一 4.16起	11:45~12:45	图书馆二楼 创意空间 “白帽”会议室	田园 曹宁宁	首期书籍为《捕捉儿童敏感期》

书籍介绍：



“孩子为什么总爱吃手？”“为什么总是抓住什么都往嘴里塞？”“我家宝宝为什么总是往桌子下衣柜里钻？”这些让家长们烦恼的问题，其实正表明了处在“敏

感期”中的孩子在不断地学习、认识世界。通过《捕捉儿童敏感期》中收录的 200 多个孩子（0~10 岁）敏感期的真实案例，你会更加深入地知道如何科学地认识儿童的发展，破解儿童内心的秘密。你了解什么是“敏感期”，儿童不同生长阶段“敏感期”有何不同，如何正确看待、应对孩子的各种行为。

带领者介绍：

田园，女，83 年生人，东华大学心理健康教育与咨询中心 专职咨询师，发展与教育心理学硕士，育有一女，5 岁半。



育儿感悟：在接触到“爱与自由，规则与平等”的教育理念前，我的育儿之路始终处在低头看路，不见风景的状态中。人人都觉得我专业出身，自然应该驾轻就熟，甚至在孩子到来前我也以为只要准备一些医学知识就能够从容应对育儿的过程，可是没多久我的自信心就幻灭了，我有太多的担心、焦虑、不安，对眼前这个小动物感到万分的不解，对自己面对她时的情绪竟然如此容易失控感到恼怒，直到翻开了《爱和自由》和《捕捉儿童敏感期》，这两本书我几乎是一气儿读完的。第一本让我明白了孩子是个精神胚胎，我们只需要为它提供“适合”的发展环境。第二本让我了解了这个精神胚胎的成长密码。我的许多疑惑因此解开，我不再担心孩子今天的

行为会为明天的错误埋下伏笔，我开始用发展的眼光去看待孩子，我放松了很多，也惊讶的发现孩子真是“按书长”啊！直到现在，这本书我仍然时时翻看，总能在其中找到理解孩子的力量，一如不经意间飞入照片中的鹰，让整幅画面立时变得宽阔起来。

在选择先读《爱与自由》还是《捕捉儿童敏感期》的时候，我有些犹豫。想到日常生活中许多妈妈们的问题都是具体而迫在眉睫的，我想也许我们通过这本像词典翻译手册的书，能够很快的找到对应的答案呢？就让我们从阅读那些具体而生动的小例子开始，走走看吧……

共同带领者介绍：

曹宁宁，女，80年生人，东华大学心理健康教育与咨询中心 主任，发展与教育心理学博士，育有一子，8岁。

