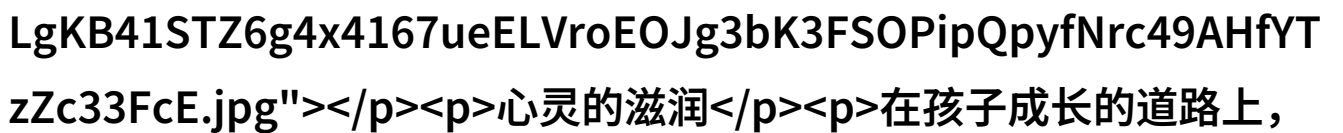
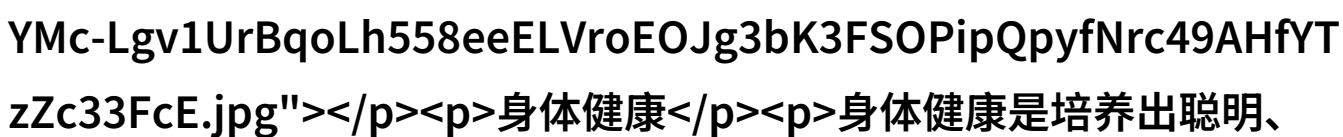


# 妈妈的美丽七个养育秘诀

妈妈的美丽：七个养育秘诀

心灵的滋润


在孩子成长的道路上，一个母亲最重要的资本是爱。无论是在抚慰孩子的情绪还是在教育孩子时，都需要用心去理解和支持他们。这就像水对植物一样不可或缺，它能让孩子的心灵得到充分的滋养。

身体健康

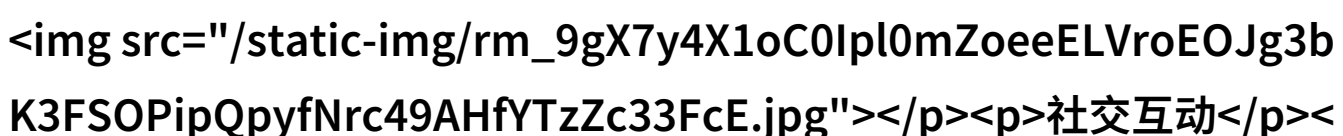
身体健康是培养出聪明、活泼好动的孩子的一个基础。妈妈应该通过均衡饮食和规律运动来保持自己的健康，这样才能为家庭带来正面的影响，并且更好地照顾到家里的每一个成员。

精神上的引导

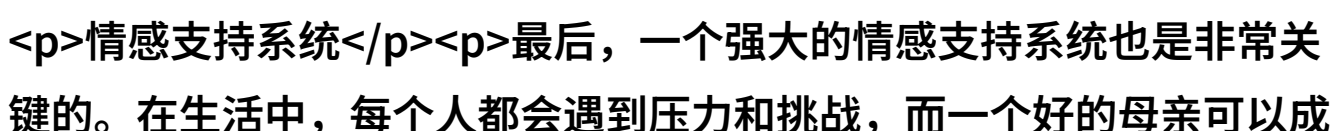
精神上的引导对于儿童来说同样重要。moms 应该鼓励他们追求梦想，同时也要教会他们面对困难时不要放弃，学会从挫折中学习和成长。

教育与培养

教育不仅仅局限于学校，更包括了家庭中的各种活动，如阅读故事、玩游戏等，这些都是帮助孩子发展思维能力和社交技能宝贵机会。mothers 应当利用这些机会去观察并指导孩子，让他们能够更加自信地面对未来的挑战。

社交互动

社会性是人际关系交流的一部分，对于任何一个人来说都至关重要。mothers 可以通过组织一些小型聚会或者参与社区活动，让子女有更多机会与不同的人交流，这将有助于提高子女们的人际沟通技巧。

情感支持系统

最后，一个强大的情感支持系统也是非常关键的。在生活中，每个人都会遇到压力和挑战，而一个好的母亲可以成

为子女的情感港湾，为他们提供必要的情感安慰和支持，使其感到被爱，被理解，从而帮助它们建立起坚韧的心理防线。

[下载本文pdf文件](/pdf/777303-妈妈的美丽七个养育秘诀.pdf)