

- 타이틀 : SHEILA의 OK 육아 논 스트레스
- 저 자 : 쉼라
- 페이지 : 128
- 장 르 : 육아
- 발행일 : 2015년 12월 22일
- ISBN-13 : 9784839955434



아이를 향한 시점을 바꾸면 엄마는 화가 사라진다!

<내용 소개>

육아 치료사이며 두 아이의 어머니인 SHEILA가 전하는 "감정적으로 불쾌해지지 않는" 육아의 비결. 항상 아이에게 화만 내는 자신이 싫다. 화가 난 후 후회하고 아이의 잠든 얼굴에 사과를 한다. 그런 어머니에게 꼭 추천하고 싶은 것이 육아 치료사이자 두 아이의 어머니이기도한 SHEILA 씨가 제안하는 "OK 육아"입니다. OK라고해도 나쁜 일을 모두 용서하지 않습니다. "안 되는 것은 안된다"고 분명하게 가르쳐주고 있습니다. 하지만 감정적으로 화를 낼 필요는 없어요!

<저자 소개>

SHEILA / 쉼라

1973년 1월 16일 출생. 일본인 아버지와 쿠바인 어머니의 하프. 2012년 3월에 장녀, 2013년 10월에 장남을 출산. 또한 2012년에 피터 워커 공인 베이비 마사지 강사 자격, 2014년 일본 어태치먼트 육아협회 인증 육아 치료사 1급・2급, 2015년 일본 어태치먼트 육아협회 어태치먼트・식육 강사 자격. 그 지식과 자신의 경험을 살려 블로그와 세미나를 통해 2600명 이상의 엄마들의 고민에 대답해왔다.

<목 차> 생략