

<<家长是孩子的心理辅导员>>

图书基本信息

书名：<<家长是孩子的心理辅导员>>

13位ISBN编号：9787121123122

10位ISBN编号：7121123126

出版时间：2011-1

出版时间：电子工业

作者：杨忠健

页数：151

版权说明：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：<http://www.tushu007.com>

<<家长是孩子的心理辅导师>>

前言

中国历史上最早的关于“生涯”二字的说明，大抵就是《庄子养生主》中所言：“吾生也有涯，而知也无涯”。

单说“生”字，其解释多达几十种，而“涯”字的解释主要有两种：一是水边、边际；二是范围、限度。

两者结合起来，最恰当的解释就是：整个生活阶段的范围。

《现代汉语词典》中对“生涯”二字的解释则是：从事某种活动或职业的生活。

两种解释基本相同。

统观现在与生涯有关的图书，多被烙上了“职业生涯”的印记，年龄层次大多从大学生到成人。

当我们拿起一本生涯类图书，会惊奇地发现，本应是站在生涯的“起点”去读书的青少年类图书，却更多地投放给了成人的市场。

当我们年近三十，当我们从业多年，真的还能更好地左右自己的生涯吗？

真正的生涯类图书应该是给谁读的？

真正的生涯类图书应该是什么样子的？

真正的生涯类图书应该给予我们怎样的人生？

生涯规划，宜早不宜迟。

孟母三迁，因为孟母深知环境影响能改变孩子的一生；“小时了了，大未必佳”，一个聪明的孩子没有合理的生涯规划，不免遁入涛涛人海；“为中华之崛起而读书”，因为有着坚定的信念和明确的奋斗方向，而成为警世名言。

历史总有着惊人的相似之处，与其企望奇迹，不若做好当下。

成功或失败，之于每一个人，可能只是当初做事前的几分钟的思考。

生涯规划需要有明确的方向。

人生如同一片汪洋大海，渺无边际，而一个人就如大海中的一叶扁舟，轻帆摇曳。

大多数人都随波逐流，风进则船行，浪退则舟回。

倘若真想采摘彼岸的鲜花果实，仅靠马力十足，无非比别人漂流过更多的海面，却疲惫不堪。

要想从望眼欲穿变成触手可及，除了靠“识途老马”，就只能自我导向。

无论是你给孩子的人生当“识途老马”，还是作为青少年的自己，把握好自身的方向，都必须在航海前审视一份这波浪壮阔的大海的航海图。

<<家长是孩子的心理辅导师>>

内容概要

孩子的健康是家长最关心的问题。

成熟的家长会面对现实，用科学的知识和方法武装自己，帮助孩子身体和心理都能健康成长。

本书曾在北京德育科研网、北京中小学生家长学校网和《现代教育报》连续刊载，点击率高，可读性强，提供了家庭心理健康教育的有效方法，每节还有“亲子活动”和“温馨提示”帮助家长解读家庭教育，感悟丰富人生，从容解决家庭教育中遇到的各种心理问题，并供家庭教育研究者参考。

读者对象：家长、教师与家庭教育研究者。

<<家长是孩子的心理辅导师>>

作者简介

杨忠健，资深家庭教育与心理健康教育专家。

北京学校心理卫生委员会副主任，北京家庭教育研究会理事，北京周末大讲堂讲师团成员，首届全国十佳中小学心理健康教育支持专家。

2010年被北京市妇联评为首都家庭教育30年公益奉献人物，获全球华人正向心理学会优秀社会贡献奖

。

<<家长是孩子的心理辅导师>>

书籍目录

目录第一章 家庭和心理健康 第一节 从一次心理健康节目说起 第二节 写生时发现的物理学家
第三节 我爱我(五二五)的健康观念 第四节 言传身教——开发孩子的潜能 第五节 如何帮
孩子改进心理卫生 第六节 养成好习惯——从家长做起 第七节 青春年华的心理特点 第八节
劝君惜取少年时第二章 家庭心育面面观 第一节 缓解紧张情绪有妙方 第二节 真正的自信源于
能力 第三节 青果爱情真无益 第四节 单相思也可能是甜的 第五节 宝姐姐和林妹妹的个性
第六节 赵襄子赛马为何总是输 第七节 生气(Anger)只比危险(danger)少个字母 第八节 割席断
交的故事说明了什么 第九节 取得老师帮助的是聪明学生 第十节 合作是登月成功的要点 第十
一节 比天空更宽阔的是胸怀第三章 家庭心育方法 第一节 儿孙自有儿孙福,莫替儿孙作马牛
第二节 危机中有机会 第三节 孔孟都来自特殊家庭 第四节 不当表扬也会害孩子 第五节 自
我教育才是真正的教育 第六节 换位思考有助人际沟通第四章 做心理健康的父母 第一节 父亲
是孩子健全人格的雕塑家 第二节 不做唠叨型的妈妈 第三节 妻贤夫祸少,子孝父心宽 第四节
冷静看待“情商” 第五节 家教今有新境界 第六节 古为今用六然训 第七节 给孩子过生日
有讲头第五章 家庭心育拓展 第一节 悲伤的天鹅飞向远方 第二节 她为何要照革命造反光头像
第三节 不必相信星座命运 第四节 眼望星空,还要脚踏实地 第五节 公正让我别无选择 第
六节 盲目追求名牌和追星是伪个性 第七节 棋王在人情与正义之间 第八节 做人要做苏东坡
第九节 你家的电视机放在哪里 第十节 讨论家庭成员的生肖尾声:幸福是什么参考文献

<<家长是孩子的心理辅导师>>

章节摘录

随着离婚率的不断上升，夫妻一方或双方带着子女重新组建家庭的情况越来越多，重组家庭的子女教育也成为一个人引人注目的社会问题。

继父母与继子女本身没有血缘关系，如果继父缺乏慈祥，继母缺乏母爱，又都缺乏教育孩子的方法，就会在对待子女的态度上出现以下一些问题：——对子女评价过低而又要求过高。

在大多数亲生父母眼里，不管孩子有多大，他总是小孩子，孩子有一点进步，父母都高兴得不得了。而在继父母眼里，总认为孩子已经大了，有很多事孩子自己应该会做，而且应该做好，而实际上有些事还真不是孩子那个年龄能做的。

因此，继父母容易对孩子有一种不切实际的超前要求。

在这种心态下，虽然有时孩子把事情做得已经很好，但继父母却觉得这没什么可值得夸奖的，反而认为应该做得更好。

这样，继父母一般对孩子的成绩和进步评价较低，让孩子感到力不从心。

——对子女缺少温情。

一些继父母在家庭生活中对子女的感情投入严重不足，他们很少像亲生父母那样亲吻、搂抱孩子。而这种来自肌肤的接触和温暖是孩子体验父母之爱的重要内容，这种体验和爱是无法用物质的满足来获取的。

有一些继父母往往以为在物质上给孩子以满足就是爱孩子了，可这远远不是完整的父母之爱。

在这样的家庭里生活的孩子由于缺少与父母良好的感情交流，情感常常得不到健康的发展。

——子女易成为继父母发泄不良情绪的对象。

碰到不顺心的事，孩子极微小的过失都可能成为继父母发火的原因。

时间一长，孩子就会整天提心吊胆，谨小慎微，胆小多疑，缺乏安全感。

如果心理长期处于紧张状态，会影响孩子的身心健康，形成一些不良的心理及行为习惯。

比如，不愿回家，甚至产生仇恨、报复心理，还有的孩子会变得暴饮暴食。

——对子女缺乏期望。

在一般家庭中，子女几乎成了大人关注和谈话的主题；而在重组家庭里对孩子的关注相对要少一些，孩子很难成为家庭生活的中心。

一般来说，继父母能够从生活上照顾孩子，但对他们的教育成长以及将来的发展要显得漠然一些。

从心理和感情上都更容易觉得那不是自己的责任。

再加上孩子不是自己生的，将来也指望不上，对子女也就没有什么更高的期望和长远的打算。

父母对子女良好的期望是孩子进步与成长的动力。

长期在这种漠视的环境下生活，一些消极颓废的心理就可能滋生，容易形成孤僻内向的性格，不善言谈，缺乏自信，不愿与人交往。

<<家长是孩子的心理辅导员>>

编辑推荐

《家长是孩子的心理辅导员》：生涯规划丛书。

<<家长是孩子的心理辅导师>>

版权说明

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:<http://www.tushu007.com>