

## <<让孩子远离心理伤害>>

### 图书基本信息

书名：<<让孩子远离心理伤害>>

13位ISBN编号：9787205070748

10位ISBN编号：7205070740

出版时间：2011-5

出版时间：辽宁人民出版社

作者：李丽

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>

## <<让孩子远离心理伤害>>

### 前言

我们有无数的篇章歌颂着一夜间破茧成蝶展翅飞翔华容绽放的奇妙瞬间，然而对于青少年来说，这种从童年期到成年期的蜕变，却不是瞬间能够完成的事情，这需要经过一个相对“漫长”的时期，甚至不知道这种“漫长”从何开始，又将何时结束。

我们每一个人都曾经历过或即将经历抑或正在经历这一时期，这个时期有着前所未有的快乐，同时也有着莫名的寂寞和悲伤。

我们的家长和孩子们一样，都常常误以为我们已经知道并可以控制这个人生特殊时期将会出现的一切，但事实上，却不得不承认无论是家长还是孩子，都没有为这个时期的每一个经历和感受做好充分的心理准备，犹如坐在过山车上，不知道下一刻会发生些什么。

作为国内最早开设12355青少年心理和法律咨询热线的公益服务机构，我们成立五年来，接到了来自全国各地数十万计的与青少年成长相关的心理和法律咨询热线，其中有青少年自己来电咨询的，也有家长来电诉说困惑的，咨询内容不乏亲子关系、考试压力、异性交往、网瘾、人生规划等林林总总的问题，从对来电案例分析和跟踪过程中，我们切实感受到青少年问题在不断朝着多元化、复杂化方向发展，而这些问题的产生，很多都和青少年所处的家庭有着必然的联系。

平日里，我们经常开玩笑说，这个时代有太多的证需要我们去考、去办，但却忘记了最重要的一个证件：家长证。

我们做家长的都是“无证上岗”，没有彩排，也没有重播，我们从自己父母那里习得的一些家庭教育理念以及通过网络、书籍等各种途径学到的教育方法，全部试验在我们的孩子们的身上，在孩子童年期时，也许并不能明显地感知到孩子对我们“这一套”是接受还是拒绝，但是当孩子跨入“青少年”行列之后，突如真来的无助、困惑、无奈甚至是悲伤的感觉，让我们措手不及。

我们的孩子们突然像脱了缰的野马，不在我们的控制范围之内了。

这时候，作为家长的我们，突然开始自问，这是怎么了？

我们做错了什么？

我们怎么做才能有所改变？

在我们因“家有青少年”而焦头烂额的时候，我们可以试着放慢脚步，去观察这一时期孩子们正在经历和发生些什么，试着体验孩子们的感受，聆听一下孩子们的心声，和孩子们共同应对和享受这个特殊的时期，也许当您尝试之后会有意想不到的效果。

家长是孩子的第一任老师，祝愿家长们能够珍惜家庭这个美好的环境，一起陪伴孩子享受成长的快乐。

12355北京市青少年服务台台长 姜南舟

## <<让孩子远离心理伤害>>

### 内容概要

这是一本防治青少年心理问题的书，是针对当今90后家长而量身定制的生命教育必备读物，也是将心理咨询的知识应用于青少年教育中的易读易掌握的实用工具。

本书列出容易导致处于人生“危险期”的孩子产生心理问题的25个诱因，如“初恋”、“厌学”、“网瘾”、“手淫”等，指导家长将这些诱因有效地控制和解决，以爱育爱，化解掉阻碍孩子成长的力量，让孩子的生命得以舒展，从而避免对孩子造成重大的心理伤害。

本书以家庭教育的角度，以家长可以改变的范畴里来谈对孩子安全成长的保护，具有很强的实用性和操作性。

## <<让孩子远离心理伤害>>

### 作者简介

李丽，一个4岁女孩的妈妈。

毕业于北京大学新闻与传播专业，媒体资深人士。

国家二级心理咨询师，儿童沙盘师。

曾任健康863心理网主编，现为12355北京市青少年咨询台咨询老师，并为《孕妈咪》、《心理医生》等杂志提供心理类稿件。

致力于将心理学造福于当代人们的生活，热衷于对婴幼儿、青少年、女性等心理领域的探索。

曾出版《全世界都在读的心理学故事》、《超级解压》、《好心情离不开心理学》、《0-3岁，妈妈不可不知的育儿心理学》《3-6岁，妈妈不可不知的育儿心理学》等心理科普类读物，被各大网站以及心理类专刊杂志转载。

## <<让孩子远离心理伤害>>

### 书籍目录

序

前言

- “早恋”这个词儿已经OUT
- 初恋只是爱的预习和演练
- 一考试就“怪病”缠身
- 孩子何故患上了考试焦虑症
- 学习的压力让孩子窒息
- 如何把厌学变成好学
- 不叛逆的孩子未曾青春过
- 你拿欣赏的眼光看过叛逆的孩子吗
- 网瘾是一种精神疾病
- 帮助孩子找到与现实世界的真实链接
- 追星能追到家破人亡
- 把孩子的偶像崇拜控制在合理范围
- “手淫”是应该尊重的隐私
- 自慰是一种很好的宣泄性能量的方式
- 暗恋老师，竟能“相思成孕”
- 你可以轻松与孩子讨论师生恋
- 落榜，当此结果已成定局
- 如何处理高考败北应激事件
- 离婚案上被拖走的自残女孩
- 如何减小父母离异给孩子造成的伤害
- 是什么让家庭对孩子失去了吸引力
- 离家出走所折射出的家庭教育问题
- 太远的距离是一种伤害
- 与父母长期分离对孩子的影响
- 死亡夺不走爱
- 如何淡化至亲亡故给孩子带来的悲伤
- 别让孩子玩“拼爹游戏”
- 拿走让富二代、官二代骄傲的资本
- 做母亲，不能要也要不起的幸福
- 少女堕胎与性行为的沉思
- 你能接受自己的孩子是同性恋吗
- 当孩子的性别意识发生错位
- 好学生缘何杀母
- 青少年暴力为何愈演愈烈性侵犯，难以承担的生命之重
- 让孩子学会保护自己
- 73%的孩子都愿意尝试毒品
- 确保孩子远离生命的悬崖
- 高三生活能吃人
- 为什么自杀成为青少年死亡的头号原因
- 孩子也常患“心灵感冒”
- 对抗抑郁症我们所能做的
- 节食可以节出人命
- 小心爱美的女孩子患上厌食症

<<让孩子远离心理伤害>>

吃完又吐，她为何如此折磨自己  
——暴食症不是嘴巴惹的祸  
洁癖之罪  
——帮助孩子走出强迫症的纠缠  
令孩子晕厥的“学校恐惧症”  
——祛除孩子内心的魔鬼

## &lt;&lt;让孩子远离心理伤害&gt;&gt;

## 章节摘录

方然和妮妮是刚上初一年级的新同桌，妮妮是班级里的学习委员，方然是班级里的体育委员，两个人很投缘，旁观的同学们在他们对视的亲密的目光中发现了“恋爱”的端倪，甚至方然已经开始公然每天送妮妮回家了。

班主任开始关注此事，通知了双方的家长，没想到却惹来了祸端。

妮妮是由单身母亲带大的。

妮妮的妈妈在读高中时经不起一个男生的追求，陷入了爱河，耽误了学习，没有考上大学，到了社会之后才发现学历的重要性，为时已晚。

后来又遇人不淑，嫁给了一个赌徒，结果家徒四壁，最后离婚，带着仅6岁的妮妮独自生活。

妮妮的妈妈将这一切都归罪于高中谈的那场恋爱，觉得这是使她命运如此悲惨的“祸根”。

如今得知女儿要走上自己的老路，岂能了得！

第二天放学，妮妮的妈妈就尾随在女儿和方然的后面，果然看他们两个说说笑笑并肩而行。

妮妮的妈妈怒火中烧，冲上去一把揪住方然的书包，并且很快将方然的衣服扯破，脸也抓出了伤痕，妮妮跪倒在地求妈妈放手，不要怪罪方然，他们之间什么都没有。

这场打闹引来了同学们的围观，这让方然觉得颜面尽失，书包也不要了拔腿就跑，妮妮从妈妈手中夺过书包追过去，任由妈妈在后面大喊大叫。

方然不再上学了，任凭父母软硬兼施，他也没法再回到令他丢脸的学校，父母没办法，只好费劲九牛二虎之力将他转到了另一所中学，可是，在妮妮妈妈那里受到的刺激仍未平息，他的成绩一落千丈，心里面整天乱糟糟的，后来，学也不想上了，整天沉迷于网络游戏。

妮妮的妈妈担心方然再来纠缠女儿，把女儿也转到了很远的学校。

妮妮因为对方然有依赖感，加上强烈的愧疚感，心理震荡更厉害，成绩也急剧下滑，产生了心慌、失眠、抑郁等一系列不良反应，仅一个月人就脱了形……妮妮的妈妈看到妮妮这个样子，想去找方然父母评理，妮妮在和妈妈的激烈冲突中，昏厥休克，醒来后，神志恍惚，见人就躲，半痴半呆…… 案例剖析 妮妮成长在一个没有父亲的家庭里，缺少父爱让她没有安全感，从内心渴望来自异性的呵护和力量。

她喜欢方然，在潜意识里是把他当哥哥看待。

而方然天生义气，对妮妮很同情，也就主动关爱她、抚慰她。

然而，这种跨越友情的情感表达，并非就是爱情，这只能叫做爱的感受启动。

妮妮的妈妈将自己的命运简单归结为自己的“初恋”，将“初恋”作为自己糟糕命运的替罪羊，进而粗暴而武断地干涉自己女儿与异性交往，这是造成悲剧的主要原因。

每个人在进入婚姻和真正的恋爱前，都会有这种“爱的演练”过程，这是很正常的事情，每个人都会经历。

如果在家庭环境好、父母人格正常的情况下，这种情感只不过是个爱的前奏曲，顺其自然不会节外生枝。

但是如果在老师和父母的眼里，这种行为被放大为“行为不轨”、“道德败坏”，家长一出手就是要“扼杀于摇篮里”，结果往往会导致孩子成长的悲剧。

异性之间的吸引依恋在10岁左右就开始了，已经经过青春期阶段的父母们请回头想想自己的成长过程，难道你在豆蔻年华时没有过青春萌动？

因此，不要再对已经10多岁孩子之间产生恋情的现象称之为“早恋”，因为它带有明显的道德批判色彩，这也是这里使用“初恋”的原因。

爱情是人类情感的内核，属于动力源，初恋则是这股源泉涌动之初的形态，这种情感，是无法否定也是不能否定的。

很多父母都会把孩子出现的问题归结于“早恋”。

可事实上这并非最主要的原因，只是一个结果而已。

孩子过早恋爱其实暴露的是父母关系问题，父母和子女关系问题，如果孩子的家庭没有问题，爱恋还可能起到促进双方学习和成长的良I生作用也未可知。

## <<让孩子远离心理伤害>>

真实案例 12岁女孩写下万言“情书” “为什么小学生就无权恋爱？况且我已经为他付出了很多。

我觉得我自己心里的围墙再不修补的话，100%明天见到我的地方是棺材里、骨灰盒里。

”以上这段话出自广州一名年仅12岁的小学女生之手。

这位女生自从四年级就开始喜欢上写作课，从五年级开始记下自己内心深处的感情，随着她的日记越来越长，本来很隐私的东西在她的两个好朋友之间成了“课外读物”，还被加上了大量的眉批和注脚，而她的父母对自己女儿的思想全然不知，平时就期末考试后问问成绩，父亲工作很忙，每天都早走晚归，母亲则是出名的“麻将局长”，业余耐间都用在了麻将桌上。

日记里描写的是该女生对一个非常优秀、英俊的男生的爱慕之情，“我现在满脑子里都是他的影子，总有一种冲动在内心深处乱窜，一直极其难耐，就像是受煎熬。

我所写的内容都是真实的，只不过有些言辞比较夸张罢了。

”但是，这个“略显夸张”的日记内容无意中被父母看到了，从而引起了轩然大波。

愤怒的夫妻对孩子实施了体罚，并且来到女儿学校，声称要找到日记中“勾引女儿”的男孩子，结果闹得沸沸扬扬，在羞辱与愤怒中，女孩选择了离家出走。

最后父母了解到，其实这只不过是女儿的单相思而已，而日记中的男孩子根本就不知情，但是自己的女儿却从此杳无音讯，生死两茫茫了。

P2-5



## <<让孩子远离心理伤害>>

### 媒体关注与评论

当孩子不再唯父母命是从，变得叛逆张扬；当社会信息纷繁庞杂，让孩子没有单纯的天空；当你茫然失措，害怕孩子失去方向，希望你看到这本书，它会告诉你，父母的改变会影响孩子的一生。

——北京赤子缘心理咨询中心资深咨询师李序 如果把青少年教育工作分成10份，那么家庭教育占5份，学校教育占2份，社会教育占3份。

对于一个孩子来说，更多的教育来自家庭。

对于家长来说，无不希望自己孩子成龙成凤，在学校和社会教育鞭长莫及的情况下，家长致力于家庭教育是最佳选择。

换句话说，如果一个孩子得到了良好的家庭教育，那么他就有能力面对来自各方面的不良影响。

本书作者李丽就职于面向全国的青少年问题的咨询机构，在本书中她把着眼点放在青少年常见的心理问题，这是当代社会的期盼，也是她丰富的工作经验使然。

相信读者朋友能从中受益。

——北京七色年华教育咨询中心首席咨询师徐国红 如果我们的教育过分注重学习成绩，忽视对个体的人文关怀；偏重知识技能的培养，忽视对孩子的人格教育、心理教育和生命教育，那么这样的教育是偏离教育的根本目的的，也是造成孩子产生各种各样心理问题的一个重要原因。

本书为家长面对“90后”的孩子提供了全新的视角，力求做到了客观和平衡，相信会帮家长更加理解孩子，从而找到有效的沟通方式。

本书运用通俗的表述方法，阐述了心理学在当今家庭教育中的应用，是解决当今家长教育困惑的一本好书。

——北京感之光咨询有限公司心理咨询师刘新君青少年健康发展与家庭结构关系研究员

## <<让孩子远离心理伤害>>

### 编辑推荐

《让孩子远离心理伤害(把控青少年成长的25个心理敏感区)》从心理学、教育学等角度阐述90后的家长如何有效把控青少年的25个敏感区，书中列举了大量的现实案例具有可读性和研究性，内容具有专业性且实操性强，整篇作品态度中立客观，符合读者的口味。

相信这本书一定能够为家有90后的家长带来良好的亲子关系及家庭和谐的福音。

希望这本书能够很快畅销，让更多的家长受益。

本书由李丽著。

<<让孩子远离心理伤害>>

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>