

<<帮助孩子度过青春期>>

图书基本信息

书名：<<帮助孩子度过青春期>>

13位ISBN编号：9787301092040

10位ISBN编号：7301092040

出版时间：2006-4

出版时间：北京大学出版社

作者：希拉·戴恩

页数：244

译者：徐洁

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>

## <<帮助孩子度过青春期>>

### 内容概要

你的孩子正处于青春期吗？  
你一直尽心尽力让孩子茁壮成长并拥有快乐而成功的人生吗？  
你觉得要做到这一点很难吗？  
如果是，本书就是专为你而写的。  
这是一本关乎爱、成长、生命意义的书，作者试图用浅显易懂的语言。  
让中国的父母看到书中能够给他们为人父母力量的文字，拉近他们与青春期孩子之间的心灵距离。  
为孩子安全度过青春期这一“高危阶段”提供了有效的解决方案。

## <<帮助孩子度过青春期>>

### 作者简介

作者：(英)希拉·戴恩 译者：徐洁希拉·戴恩是一位专业的心理咨询师，管理多个团体，并教授心理咨询技术。

她的心理咨询理念是：使人学会利用他们个人的“力量”，以便更好地掌握自己的生活。

她曾出版过多本著作，如《最大限度地利用你自己》、《最大限度地爱》等。

《帮助孩子度过青春期》是她专门献给广大父母的最新力作，是作者多年家庭教育理论研究和心理咨询实践的结晶。

<<帮助孩子度过青春期>>

书籍目录

译者序引言第一章 亲子关系出问题了第二章 寻找问题的真正原因第三章 反思：我是什么类型的父母？  
第四章 与孩子共同生活的相处之道第五章 关心自己第六章 与孩子直接沟通第七章 让孩子努力学习还是误入歧途？  
第八章 青春期出现的严重问题第九章 放松对孩子的控制

## <<帮助孩子度过青春期>>

### 章节摘录

书摘方法1：享受自己 假如你阅读本书的原因是你的孩子出了问题，那你看到这里的时候可能会把书放下不再看了，因为书中的话似乎不通情理地建议你要享受这个过程。

但是，先别急着放下书…… 父母这个职业所持续的时间要远超你的想象。

一旦开始了就不会真正停止：无论你的孩子多大，也无论你们之间的关系如何，他(她)都永远是你的孩子。

像大多数父母一样，你认识到孩子只有一次生命，你希望它是完满的和幸福的。

因此你投入大量的情感、爱和精力，以及金钱、时间等。

另一方面，你也只有一次生命，为什么不应该让它尽可能地完满和充满意义呢？本书的目的之一，就是通过改变你对待孩子的方式，让你能更多地享受生命中的这个阶段。

父母是一个很严肃的、要求很高的职业，但它并不意味着你不可以从中获得乐趣。

方法2：欣赏自己 我们看待自己的方式会对我们如何与人交往产生很重要的影响。

作为父母，你可能会犯一些错误，那并不意味着完全失败。

你可能太过关注孩子的权利(许多孩子都非常擅长利用他们的权利来提要求)，而忘记了你自己也有权利。

你应该习惯于提醒自己，你本人也是一个重要人物，不比别人多一分也不比别人少一分重要性的的重要人物。

方法3：发现和了解事实 如果你没有足够的知识背景，在生活中就难以感受到自己的力量。

例如，理解人类发展的一种方式。

就是将人生看做是一个个阶段，在每个阶段都会发生特定的生理和心理上的变化。

可以将这些变化看做是“生命任务”，这是个有用的概念，它可以使我们理解那些看似杂乱无序的过程。

P13-14

## <<帮助孩子度过青春期>>

### 编辑推荐

你的孩子正处于青春期吗？  
你一直尽心尽力让孩子茁壮成长并拥有快乐而成功的人生吗？  
你觉得要做到这一点很难吗？  
如果是，《帮助孩子度过青春期》就是专为你而写的。

<<帮助孩子度过青春期>>

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>