

<<父母是孩子最好的心理医师>>

图书基本信息

书名：<<父母是孩子最好的心理医师>>

13位ISBN编号：9787502833947

10位ISBN编号：7502833943

出版时间：2009-4

出版时间：地震出版社

作者：赵宁

页数：300

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>

<<父母是孩子最好的心理医师>>

内容概要

让孩子健康快乐地成长是每个父母的心愿，天下的父母都会想尽一切办法给自己的孩子想要的，尽一切努力给孩子最好的，不惜用自己全部心血为孩子铺垫成功的道路。

但回报总是无法与付出成正比，多数孩子的表现难以令家长满意。

无数个失败的教育案例告诉我们：很多父母仅仅是在用简单的物质条件来满足孩子的需求，却忽视了他们的心理成长和情感需求。

隔阂、代沟使他们无法跟上孩子成长的脚步，在不知不觉中疏远了与子女间的距离。

而这些被疏远的孩子随着身心的进一步成长，有越来越多的情感需要释放、越来越多的难题有待解决、越来越多的困惑无法解开，随之而来的是他们被越来越多的心理疾病所纠缠。

家长无论是在对孩子的熟知程度，还是在与孩子相处的时间上都比专业的医生有优势，应成为孩子最好的心理医师。

家长应抓住生活中的细节琐事，教育孩子要有充分的适应力，充分了解自己，并对自己的能力有恰当的估计。

随着社会竞争的日益激烈，孩子除了要承受学习的压力外，还要承受来自社会方方面面的压力。心理学家在研究中发现，青少年患抑郁症的人数正以8%~10%的速度递增，面对这种情况，专家建议：家长是孩子最好的心理医师，应该做好最基本的心理疏导。

本书为您打开一扇通往孩子心理的天窗，让您可以改变孩子的不良心理。

<<父母是孩子最好的心理医师>>

书籍目录

第一章 心理的教育，成长的关键 父母最容易忽视的是孩子的心理 孩子的内心世界其实很丰富 心理不健康，学习没效果 健康的心理有利于性格培养 比尔·盖茨为什么从小就成功 帮助孩子成为心智健全的人 本章小结第二章 叛逆心理：为什么要对着干？

家长向左，孩子向右 巧妙接近“犯拧”的孩子 呵护孩子最初的“独立”意识 高压政策，适得其反 将心比心，理解万岁 本章小结第三章 依赖心理：帮他找准生活的“坐标” 依赖是生命的束缚 让孩子明白：只有自己可以依靠 不要总是为孩子披荆斩棘 “授人以鱼”不如“授人以渔” 本章小结第四章 自私心理：赠人玫瑰，手有余香 孩子的自私不是天生的 家长的溺爱养成孩子的以“自我”为中心 自私的孩子没有能力浇灌友谊之花 与人分享，快乐加倍 本章小结第五章 偏执心理：让人生败走麦城 偏执的背后是什么 偏执的麦克唐纳神父 固执是一堵墙，使你看不清外面的世界 牛角尖是不好钻的 偏执是弱者的专利 本章小结第六章 怯懦心理：我想唱歌但不敢唱 懦弱是自惭形秽的放大镜 坚强些，不做懦弱的奴隶 怯懦是束缚前进脚步的脚镣 丰富孩子的生活，杜绝怯懦心理 本章小结第七章 自卑心理：找不准人生的原点 气球能不能升起，与颜色无关 当心，自卑是越陷越深的泥淖 自卑是自我限制的可怕屏障 相信“天生我材必有用” 让自卑从孩子的心灵里走开 只要去看，不要去比较 本章小结第八章 自负心理：无异于自掘陷阱 眼里只有天空，没有大地 自负源自优越感的膨胀 自负是阻碍孩子进步的枷锁 谦虚是永远的美德 认清自我，重塑自我 本章小结第九章 嫉妒心理：伟大的词典里没有嫉妒 嫉妒源自不自信 嫉妒是心灵的肿瘤 嫉妒的密码 嫉妒，美德的盗贼 嫉妒是一把双刃剑 消除孩子的嫉妒心理 本章小结第十章 消极心理：让你丢失动力 消极是阻碍成功的不散乌云 沙漠里也有星星 乐观积极，一切皆有可能 化解孩子的消极心理 命运掌握在自己手中 本章小结第十一章 厌学心理：给孩子的学习亮起红灯 厌学，成长中的溃疡 上学有那么讨厌吗？

不喜欢读书是因为没有兴趣 过高的压力带来孩子的无望 提高孩子的学习能力 让孩子快乐地学习 本章小结第十二章 惧考心理：一考我就“焦” 可怕的考试焦虑 正确对待孩子的分数 要降低孩子的考试压力 告诉孩子，努力的过程比结果更重要 把惧考心理从孩子的心中驱逐出去 本章小结第十三章 马虎心理：到底是什么在作怪 马虎是因为孩子责任心的缺失 粗心是孩子学习的拦路虎 养成细心的好习惯 专注是克服粗心的一剂良药 丢三落四的孩子 本章小结第十四章 贪玩心理：孩子“可怕”的天性？

不要视玩耍为学习的天敌 玩是孩子获得知识的有效途径 玩耍可以开阔孩子的视野 为孩子营造一个宽松的家庭环境 本章小结第十五章 后进心理：为孩子搭建进步的阶梯 后进的孩子更需要父母的赏识 告诉孩子“你不比别人笨” 让孩子远离惰性 鼓励孩子的每一点进步 帮助孩子克服挫折心理 本章小结第十六章 早恋心理：驱散异性交往的迷雾 “青苹果”是一种阶段，请不要如临大敌 孩子为什么会早恋 青春期的孩子更需要家长关注他们的情感生活 给孩子爱的教育 本章小结

<<父母是孩子最好的心理医师>>

章节摘录

第一章 心理的教育，成长的关键 父母最容易忽视的是孩子的心理 随着社会竞争的日益激烈，正在学龄期的青少年除了要承受学习的压力外，还要承受来自社会方方面面的压力。心理学家在研究中发现，青少年患抑郁症的人数正以8%~10%的速度递增。面对这种情况，家长应予以足够的关注，做孩子最好的心理医师。

现在的孩子大都是独生子女，在家十分受宠，对集体和同学缺乏应有的关注，表现出来更多的是自私的一面。

又因为大部分父母忙于工作，对孩子的关心非常少，而现代社会灌输给他们的资讯太多，如果没有正确的疏导，一个小小的问题就可能给他们造成很大的挫折感，很容易造成孩子情感上的孤独，使孩子的心理表现得十分脆弱，这是不利于孩子心理健康发展。

心理障碍相对于生病感冒，它是隐性的、潜伏的，不易被发现。

但它却是影响孩子健康成长的绊脚石，是锁住孩子快乐的心头的“心锁”。

厌学、焦虑、恐惧、抑郁、自卑、妒忌、多疑、逆反、孤独、上网成瘾……当这些心理问题表现在您的孩子身上时，作为父母的您，请一定要像关注孩子的生病感冒和学习成绩一样，关注他们的心理健康，做好孩子心理健康疏导。

因为一旦这些问题日积月累，从心理障碍发展到心理疾病，到那时，治疗起来恐怕就麻烦了。

孩子也是人，是一个社会的人。

他们也有心理活动，而且他们的心理活动随着年龄的增长而逐渐丰富、复杂。

因此，他们除了有物质方面的需求外，还有心理上的需要和愿望。

他们需要家长提供各种各样的信息，给以情感上的支持和行为上的帮助。

他们有自尊，需要理解。

如果家长不能满足孩子们心理上的需要，对他们心理上的需要漠不关心，那么即使他们的物质生活条件非常优越，他们也会感到不满、苦恼，甚至产生各种各样的心理问题。

正如他们的环境和营养中缺少某些物质时会产生身体上的疾病一样。

我们不能忽视孩子的心理健康，因为他们有产生心理健康问题的可能。

……

<<父母是孩子最好的心理医师>>

编辑推荐

为孩子点亮一盏照亮心理的明灯 为您打开一扇通往孩子心理的天窗，让您可以改变孩子的不良心理。

孩子的心理更加需要父母的关注和呵护，而这种关注与呵护将会保佑孩子一生的幸福。针对孩子的实际情况，洞察孩子的心理世界。

孩子有健康的心理，未来才有幸福的生活。

<<父母是孩子最好的心理医师>>

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>