第一图书网, tushu007.com

<<孩子的心灵要滋养>>

图书基本信息

书名：<<孩子的心灵要滋养>>

13位ISBN编号：9787506496001

10位ISBN编号：7506496003

出版时间：2013-7

出版时间：宋佳音 中国纺织出版社 (2013-07出版)

作者：宋佳音

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

<<孩子的心灵要滋养>>

前言

作为父母，你是否了解自己的孩子？
你是否能洞察孩子的内心世界？
你是否经常关心孩子的心理健康？
　很多父母都很爱自己的孩子，在关注孩子生活起居、学习成绩的同时却往往忽略了孩子心理健康的需求。
心理健康往往比身体健康更重要！
　心理学家研究表明：一个人一生的生活习惯、行为模式、思维方式等都是在其青少年时期就初步形成的。
可见，青少年时期是一个人健康心理形成的黄金阶段。
如果此时孩子的心理问题得不到重视，那么，成人后就很难拥有健康、健全的人格，以致降低孩子一生的成就与幸福感。
　一般来说，心理健康的孩子往往表现出更多的积极情绪：轻松、愉快、乐观。
这些情绪可激活思维，增强孩子的学习兴趣和记忆力。
长期下去，孩子不仅精力充沛、成绩好，其智力也能得到良好的发展。
反之，如果孩子长期处于焦虑、恐惧等不健康的心理状态下，可能会反应迟钝、思维不敏捷、记忆力下降，甚至会认知错乱，影响智力的正常发育。
　孩子在成长的时候，身体的发育是一目了然的。
个子稍微矮了点，体重增加得慢了点，父母马上就会察觉出来，会立即给孩子补充营养。
可是，孩子心灵的发育是父母内眼看不见的，因而常常不被注意．而且即使感到有什么不对劲儿的地方，也会因为表现得不明显而疏忽了。
其实，孩子心灵的成长是比身体的成长更为重要的事情。
作为父母，有必要知道，为了使孩子的心灵得以顺利地成长，父母应该怎样去做；一旦孩子的心灵出现了问题，父母又该做些什么。
　孩子的心灵要滋养。
滋养的实质就是对孩子性情的陶冶和品质的培养，是一种文化修养的投资，滋养带给孩子的将是心灵的美好与精神上的富足。
滋养不代表娇惯，不是指物质条件的富足，而是精神上的滋养。
健康的心态是培养孩子成才的基础。
现在多数家庭都只有一个孩子，不论男女都很重视，但这并不代表就要娇宠孩子，条件虽然好了，但培养孩子吃苦及生活自理能力，是非常必要的。
　滋养是从孩子的思维、心灵和行为上滋养，而不是一味地追求奢侈品，物质上的富足只会让孩子变得越来越骄奢。
父母要教会孩子具有高尚的情操、善待他人，达到生活、教育和思想的富足。
　“自古雄才多磨难，从来纨绔少伟男。
”父母要从小培养孩子坚强不屈的性格，吃苦耐劳的精神，孝义德善的品质。
否则，一味地娇惯、放任、纵容，只会培养出一个不成气候的纨绔子弟来。
　编著者　2012年12月

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《孩子的心灵要滋养》内容简介：孩子的心灵要滋养。
滋养的实质就是对孩子性情的陶冶和品质的培养，是一种文化修养的投资。
滋养带给孩子的将是心灵的美好与精神上的富足，而不是娇惯，不是物质条件的富足，因为拥有健康的心态，才是孩子成才的坚实基础。

《孩子的心灵要滋养》分为十二章，从多个角度阐述了应该如何滋养孩子的心灵，让孩子真正从心灵上富足起来。
《孩子的心灵要滋养》内容丰富，语言通俗易懂，书中提供的经验可操作性强，是一本非常实用的家长教子书。

作者简介

宋佳音，多年来一直从事青少年教育研究，对教育孩子有着自己深刻的体会和丰富的经验。
出版了多部关于教育类的图书，主张特别关注孩子的心灵教育，孩子的心灵健康在新的时代显得十分重要。

<<孩子的心灵要滋养>>

书籍目录

第一章 父母是孩子心灵的塑造者和谐的家庭培育出美好的心灵 002父母的教育态度与方式影响孩子心灵的成长 004父母的素质与孩子心灵的成长密切相关 006以身作则，身教重于言教 008做孩子的好榜样 011父母的教育观点要保持一致 013别把自己的愿望强加给孩子 015做孩子的知心朋友 017权威能让孩子屈服，却不能心服 020教育孩子要宽容但不纵容 021不要让孩子成为父母虚荣的牺牲品 024防微杜渐，孩子的教育无小事 026神奇的暗示效应 028走进孩子的心灵，给他需要的营养第二章 走进孩子的心灵，了解他 034帮助孩子进行心理自我调节 036良好的心态是孩子成功的保证 038幸福的孩子拥有一颗平常心 041体罚对孩子的心灵伤害有多大 043坏孩子是骂出来的 045孩子的哀愁，你懂吗 047尊重孩子的梦想 049尊重孩子的兴趣爱好 051尊重孩子的想法 054尊重孩子的隐私 057不要扼杀孩子的求知欲和好奇心 060第三章 孩子心灵的成长需要均衡的营养父母的包容，是孩子的幸福 064父母的肯定能增强孩子的自信 065孩子的成长需要鼓励 067自由是孩子心灵健康成长的基础 069给孩子一个自由的空间 071孩子也有表达感情的需要 073脆弱的孩子难以成功 075良好的人际关系从分享开始 079懂礼貌的孩子惹人爱 082不要让虚荣心毁了孩子 085别让孩子养成自私自利的坏习惯 087不要嫉妒，化解孩子心理的“ 毒瘤 ” 089让孩子懂得节俭，远离虚荣和攀比 091教育孩子做事情要有计划和条理 093第四章 关爱孩子的心灵健康成长，从点滴做起期望过高，孩子生命不能承受之重 096过度唠叨，亲子关系致命伤 098倾听孩子的心灵之音 100成绩不是评价孩子的唯一标准 102对孩子言而有信 104过度宠爱孩子，就是害了孩子 106建立平等和谐的亲子关系 109孩子的心理成长得面对挫折 111适当放手，让孩子自主自强 113教育孩子树立正确的人生观 116对待孩子不要太苛刻 118和孩子进行良好的沟通 119第五章 独立，让孩子的心灵更坚强第六章 自信，让孩子的心灵更有活力第七章 孩子心灵的成长需要爱心第八章 善良的心灵叩启孩子的纯洁天性第九章 培养有孝心的孩子第十章 诚实的心灵是打造孩子人生的金字招牌第十一章 责任感，益人益己的诚信行为第十二章 勤劳，培养孩子的蜜蜂精神

章节摘录

罗涛的学习成绩在班上只是处于中等水平，但是爸爸妈妈对此倒并不十分在意，他们更在意的是罗涛是不是在健康快乐地成长，是不是学到了有意义的东西。
此外，对于罗涛的兴趣爱好，爸爸妈妈是十分尊重的。
罗涛对音乐非常感兴趣，在他生日那天，爸爸妈妈就送了他一把吉他；他喜欢足球，在世界杯节目播出期间，爸爸妈妈会允许他在不影响休息的情况下收看比赛；罗涛也非常喜爱英语，这一兴趣则得益于他跟父亲的外国朋友打交道的经历。
在这样宽松自由的家庭环境中长大，罗涛养成了良好的性格，他的童年和少年都过得非常愉快。
　用罗涛自己的话说：他觉得自己非常幸福和幸运，倒不是因为自己的爸爸妈妈给了自己多少金钱，他们为自己提供了多么优越的生活条件，而是因为自己的爸爸妈妈拥有非常智慧的头脑和健康的心灵。
他说：“爸爸妈妈给我最宝贵的东西，是一些最基本的做人格调。
”　“环境造就人”，有什么样的家庭就有什么样的孩子，父母的人生态度和价值观直接影响着孩子。
如果父母整天活得忙忙碌碌，悲观焦虑，患得患失，那么孩子也不可能有快乐健康的心态，甚至会轻生厌世，觉得活着没意思。
一个家庭幸不幸福，不在于这个家庭是否经济富有，孩子学习好不好，而在于全家成员是不是相亲相爱；孩子的人生价值也不会在于考不考得上大学，而在于活得是不是积极向上，是不是有自己的思想，是不是为了自己的理想而快乐地去奋斗。
　在家庭和睦的基础上，给孩子一个宽松的环境，不要把生活的不快、工作的压力传染给孩子，而要极力创造一种和谐的氛围。
　在有的父母看来，父母的任务是让孩子吃好，穿好，不生病。
父母对孩子的衣食及身体保健舍得投资，却忽视了孩子的心理健康。
现代家庭中，存在重健康知识灌输，轻行为习惯培养；重饮食营养摄入，轻情感需要的满足；重成人包办代替，轻孩子独立性培养。
独生子女现象，造成父母对孩子溺爱越来越普遍。
　在家庭教育中，主要有以下几种方式：　◎溺爱型　爱孩子是每个父母的天性，看着那个小生命一天一天地长大，恨不得把全世界最好的东西都捧到他面前，恨不得为他挡去一切雨雪风霜，孩子能平平安安、快快乐乐地长大是每个父母心底最深的愿望。
这就是很多父母溺爱孩子的原因。
但是爱也有好和不好之分。
过度的爱对孩子是一种伤害。
只有正常的、适度的爱才是孩子最好的精神食粮。
如果孩子的成长阶段缺少父母的爱相伴，那么孩子的成长就会受到严重的影响，甚至产生不健康的心理状况。
但如果父母给孩子的爱太多，也会对孩子的成长造成严重的影响。
父母的溺爱会让孩子养成以自我为中心的性格，长期接受父母的爱而不懂得回报，自己想干什么就干什么，不会尊重别人。
在家里有父母可以迁就，但是踏入社会之后，别人不可能像父母一样迁就你，因此，从小在父母的溺爱之下长大的孩子，在步人社会之后，会处处碰壁，难以承受生活的磨难。
当有一天父母再也没有能力为孩子遮风避雨的时候，孩子可能连独自生活都会成问题。
　◎放任型　溺爱孩子的父母会包办孩子的一切，而放任型的父母则会绝对放手。
父母不干涉孩子的自由，也不对孩子提出任何要求，对孩子的喜怒哀乐不闻不问，听之任之。
孩子做得好，父母不会肯定或者鼓励，孩子做得不好，父母也不会对此批评教育或者责罚。
把管教孩子的任务全部推给学校，认为“树大自然直”，孩子长大了自然就会懂事了。
父母的这种教育方式，会让孩子形成很多不好的性格，如自控力差、纪律观念淡薄、常常惹是生非、

攻击性强等。
◎专制型　这种类型的教育方式和放任型的教育方式完全相反，放任型是对孩子完全放手不管，而专制型父母则是对孩子管得太严太死。
孩子必须服从父母的意见，父母说什么就是什么，绝不允许反抗。
在这种教育方式下长大的孩子没有自由，在父母的眼皮底下长大，一举一动都受到父母的监督和保护。
父母希望孩子按照自己为孩子设计的蓝图去成长，经常不问孩子的意愿就让孩子去做一些他们不愿意做的事情，比如学钢琴、学舞蹈、学画画等。
如果孩子不按照自己的意愿行事，轻则痛骂，重则痛打。
孩子在父母面前没有任何的自主权，只是“管教”和“被管教”的关系。
在这种教育方式下长大的孩子，没有行动自由，更不会和父母有良好的沟通，常常处于一种紧张的状态，其个性发展也容易形成两个极端：自卑、胆怯；暴力、多疑、对抗。
而这两种个性对孩子的成长都会造成极其不利的影响。
P3-5

编辑推荐

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