

<<健康心灵胜过优异成绩>>

图书基本信息

书名：<<健康心灵胜过优异成绩>>

13位ISBN编号：9787511841964

10位ISBN编号：7511841961

出版时间：2012-11

出版时间：法律出版社

作者：《健康心灵胜过优异成绩:心理专家教给我们做阳光孩子》编写组 编

页数：212

字数：180000

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>

## &lt;&lt;健康心灵胜过优异成绩&gt;&gt;

## 前言

问题孩子是所有孩子的一面镜子 如同身体成长需要通过食物摄取物质养分一样，心灵成长也需要摄取精神养分。

在孩子的成长过程中，给他们提供适量的精神养分，被心理学家称为“心理抚育”。

“心理抚育”缺失，已成为一个不容忽视的社会问题。

那些在行为上偏离了正常轨道的孩子，问题的根源都在心理方面。

用心理问题专家、中国人民公安大学教授李玫瑾的话说，“大部分成年人的极端行为都可以追溯到其早期心理经历，人的心理问题则与其6岁前的教育有很大关系”。

这样的理论，按说是个常识，实际却带有“奢侈品”的味道。

在现实生活中，上一代父母艰苦奋斗，终极目标是一家老小的温饱；二十世纪五六十年代出生的这一代为人父母者中，有一个庞大的进城务工者群体——他们的孩子或者是处于骨肉分离状态的“留守儿童”，或者是随父母漂泊在城市边缘的“无根儿童”——他们的奋斗目标，是让孩子在城市里扎根。

对这两代父母来说，生存都是第一要务。

换句话说，他们无暇，也没有相关常识对孩子进行心理抚育。

更为严重的是，为数不少的家庭连一个和谐的成长环境也无法给孩子提供。

比如，夫妻离异的单亲家庭、父母有暴力倾向的家庭；有相当数量的父母，把自己未能实现的理想强加在了孩子身上……换一个角度看，80后、90后甚至00后的孩子的成长环境和父母那代人有很大不同。

一方面，他们缺乏父母那一代人因生活磨炼而产生的抗压力和抗挫折能力；另一方面，身为独生子女的他们缺乏同龄兄弟姐妹抱团取暖式的“心理按摩”条件。

在上述背景下，为数不少的孩子到网络世界寻求精神慰藉并因此染上了网瘾。

他们当中的一些孩子，为满足网瘾而走上盗窃、抢劫甚至杀人的歧途；也有一些孩子，混迹于“问题孩子”群中，染上不良习惯甚至落入了团伙犯罪的泥潭。

对这些孩子来说，一次罪错，往往毁了一个人的一生，与此同时也在社会的土壤里栽种下一颗不安定的种子。

一个不容回避的事实是，每个铁窗内的青少年都有心理问题，且都与父母“教育不当”或“养而不教”有关。

换句话说，问题出在孩子身上，根源却得从父母那里或者孩子的成长环境中去找。

找出所有类型“问题孩子”的心理问题，是一项难度很高的工作，甚至可以说是一项使命。

因为它要求完成这项工作的人是心理方面的专家，更重要的是他们在相关工作中要具备面对面地接触大量“问题孩子”的条件。

这样的使命，落在了一支心理专家团队的肩头。

为了探究“问题少年”背后的父母问题，《法律与生活》杂志在北京市高级人民法院和在未成年人心理教育与咨询方面颇有建树的人民大学附中和北方交通大学附中心理学教师团队之间搭建了一座桥梁。

踏着这座“桥”，心理专家们走进了北京市各级法院的少年法庭，坐在了法院专门为他们开设的心理专家席位上。

在整整三年时间内，这支心理专家团队通过聆听35个个案的庭审并和涉案青少年面对面交流，找出了所有类型“问题孩子”的心理问题。

这些问题，每个孩子都会遇到。

在每个孩子都绕不开的“青春期”，每个孩子“都面对着生理上、社交上和情感上的挑战”，他们“不想再受父母控制却依然需要父母的爱”、“既渴望标新立异又渴望同伴认同”……面对急剧的生理和社会角色的变化，孩子们的内心甚至会处于一种“一时找不到自己”的混乱状态中；在“性心理”教育方面，大多数父母无所作为，结果导致很多“性侵”悲剧；在“心理抚育”方面，中国的父母有个通病，就是“用别的孩子之长来比自己孩子之短”，结果是将孩子推向自己期望的反面。

## <<健康心灵胜过优异成绩>>

其实，“孩子往往是透过父母的眼睛来看自己的，如果父母觉得他好，他就觉得自己很不错，如果父母表现出对孩子的不悦，或拿自己的孩子与别人比较，孩子通常对自己不甚满意”……除此之外，孩子的成长过程中，会面对很多“误区”，这些“误区”需要父母和孩子一一绕行。

一句话，“问题孩子”如同一面镜子，通过这面镜子映照出的所有问题，那些“好孩子”一样会遇到。

更何况，“坏孩子”并非天生的，他们由“好孩子”转化而来。

如果没有发生“八刀夺人性命”的事情，药家鑫也是个“好孩子”——他形象俊朗、修长的手指下流淌着美丽的音符，尚在读大学就已经成为他人的钢琴老师。

在药家鑫被执行死刑后，他的父母几天几夜不睡觉，来反思自己的教育问题出在哪里。

回想到儿子在法庭受审时说的“为了练琴挨打”、“被关在地下室一个多月，看不到希望，想自杀...”等话，他的父亲意识到自己平时管教孩子“过于严厉”，“父子错失了交流的机会”。

这种严厉教育往往能够催生学业上的成果，但是孩子很难从中学会如何承担责任。

也正是因为这种“严厉”，导致发生车祸后，药家鑫选择了逃避责任——逃避的方式是杀人灭口。

用药庆卫的话说：“我平时管教孩子过于严厉，令孩子在犯错之后害怕面对，不懂处理，最终酿成大罪。

”药家鑫的遭遇，印证了李玫瑾教授的一个观点：“父母要了解孩子的心理，否则，父母的一切努力都会成为泡影。

”本书作者——心理专家团队，耗费三年时间记录下35个“问题孩子”的问题、“找出病因”、“开出药方”，正是为了让更多的父母明白，孩子拥有一颗健康心灵胜过拥有一份优异成绩单。

## <<健康心灵胜过优异成绩>>

### 内容概要

《健康心灵胜过优异成绩：心理专家教给我们做“阳光孩子”》为了探究“问题少年”背后的教育问题，在未成年人心理教育与咨询方面颇有建树的中国人民大学附属中学专职心理学教师团队走进了北京市各个法院的少年法庭。

在整整三年时间内，她们通过聆听35个个案的庭审并和涉案青少年面对面交流，找出了“问题孩子”的心理问题——这些问题，每个孩子都会遇到。处理得当，人生风平浪静；处理失当，人生惊涛骇浪。

每个铁窗内的青少年都有心理问题，且都与父母“教育不当”或“养而不教”有关。《健康心灵胜过优异成绩：心理专家教给我们做“阳光孩子”》通过鲜活的个案，无声细雨般为家长开出“心灵抚育”秘方；更告诉孩子如何与人交往、沟通并应对各种“心理冲突”。

## &lt;&lt;健康心灵胜过优异成绩&gt;&gt;

## 书籍目录

第一编 青春期No. 1心灵对话：冲冠一怒为红颜——青春期情感如何靠父母平衡No. 2心灵对话：网聊中迷失的花季少女——青春期需要“生命教育”No. 3心灵对话：懵懂的少年，鲁莽的青春——“过度保护”会导致任性妄为No. 4心灵对话：他不想再做好孩子——帮孩子度过“角色变化期”No. 5心灵对话：自闭的打工少年——“漂泊的孩子”需要父母疼爱第二编 性心理No. 6心灵对话：迷失在青春期的女孩——青春期忌讳误读“爱情”No. 7心灵对话：谁让邻家哥哥趁虚而入——女孩需要“超前”性教育No. 8心灵对话：闯祸的“无知”，少年——当孩子“性早熟”时No. 9心灵对话：一名“双面”少年——“性无知”的危害第三编 心灵抚育No. 10心灵对话：因自卑。他走上抢劫之路——别用他人孩子之长比自己孩子之短No. 11心灵对话：网瘾让他去偷窃——你可曾留意“分离焦虑”No. 12心灵对话：发泄情绪，他选择了迪厅——当家长的角色被取代后No. 13心灵对话：他在被伤害中成长——“安全感”来自父母的关爱No. 14心灵对话：以盗窃谋生的少年——学会原谅孩子的错误No. 15心灵对话：铁窗内的“好儿子”，——如何让孩子“放心地长大”No. 16心灵对话：被养父母“遗弃”的女孩——爱会告诉孩子“你不是多余的”第四编 成长误区No. 17心灵对话：“激情杀人”的少年——“过度责任感”有多沉重No. 18心灵对话：“太子堂”里的友情与罪恶——告诉你五个“择友标准”No. 19心灵对话：一念之差的代价——别让孩子经受“双重打击”No. 20心灵对话：孤独少年的人生歧路——孩子无法承受成人的生活重担No. 21心灵对话：在迷失自我中成长——莫让“父母期望”淹没“孩子理想”No. 22心灵对话：一名匪夷所思的打劫者——成瘾的东西和犯罪有千丝万缕的联系第五编 家庭问题No. 23心灵对话：一部手机引发的刑事案件——解析“不良家庭模式”No. 24心灵对话：跟随父亲做骗子——“说谎”的后果很严重No. 25心灵对话：小情侣制造的血案——“感情补偿”中的风险No. 26心灵对话：一名“90后”毒贩——单亲家庭更需防止孩子“孤独”No. 27心灵对话：无辜的受害者——家庭暴力下成长的孩子No. 28心灵对话：夺人性命的小保安——“怨恨”的杀伤力No. 29心灵对话：代价高昂的选择——“从众”心理的背后第六编 问题青年No. 30心灵对话：被一个电话改变的人生——让孩子学会“对行为负责”No. 31心灵对话：抑郁的“施害方”——人生需要“外力资源”No. 32心灵对话：从研究生到抢劫犯——警惕自己的心魔No. 33心灵对话：被焚烧的梦想——成长中的“模仿”与“认同”No. 34心灵对话：家庭暴力引发的弑父案——在成长中要学会“表达情绪”No. 35心灵对话：“恋物成瘾”的男子——孩子需要尊重与认可后记 打开一扇心灵视窗

## &lt;&lt;健康心灵胜过优异成绩&gt;&gt;

## 章节摘录

不能让她和我在一起的时候受欺负 杨涛(化名)今年17岁,个子不高,看上去是一个很老实的孩子。在和我们谈话的时候,他一直低着头,并且说话的声音很轻,鲜有语气的变化。

杨涛在2007年初中毕业后考入了一所技校,经初中同学介绍,他认识了在丰台一所职高上学的女孩叶晴(化名)。

杨涛在此之前曾经交过一个女朋友,但对方对他爱搭不理,于是他们分手了。

叶晴与杨涛的前女友不同,她特别热情,两人在一起玩儿过几次之后,杨涛对这个女孩产生了好感,于是他们确定了男女朋友关系。

杨涛与叶晴交友半年后的一天,叶晴突然告诉杨涛说有一个男孩小A最近经常骚扰她,先是短信和电话,后来干脆开始拉拉扯扯。

叶晴还告诉杨涛,她起初只是拒绝那个男孩,后来他们开始短信互骂,这事还连累了她的好朋友。

现在矛盾激化了,那个男孩要约她见面“聊聊”。

听到叶晴的话,杨涛顿时火冒三丈。

自己的女朋友遭到别人的骚扰,如果自己无动于衷、忍气吞声,那他还是个男人吗?

杨涛越想越生气,慢慢失去了理性。

他既没有问叶晴是怎样认识这个小A的,也没有打听这个小A为什么会对她进行骚扰。

他说:“仅仅是知道结果,就够让人气愤的了。”

于是杨涛按照叶晴提供的号码,立刻拨通了小A的电话,他厉声要求小A停止对叶晴的骚扰并向叶晴道歉。

令他没想到的是,小A不但不道歉,而且态度还十分恶劣,甚至挑衅地说:“你有本事就过来找我练练,看谁能拼过谁!”

本来就怒不可遏的杨涛在听到这样挑衅的话之后,更是火冒三丈,他转过头看了看站在一旁的叶晴,心想决不能让她和我在一起的时候受欺负!

于是他就和这个陌生男孩约好了时间和地点,准备为女朋友也为自己争回尊严。

2008年1月11日,杨涛一行16人按照事先的约定与小A会面。

在出发之前,杨涛特意在身上藏了一把刀。

在被问到为什么会带刀时,杨涛说只是为了防身,“去他的学校,要做些防备。”

刀好用一点,万一打不过他,就用刀防身”。

但是,杨涛没有想到,正是因为这把“防身”的刀,酿成了最终的恶果。

小A也不是等闲之辈,他也约了一伙人给自己撑腰,一见到杨涛就开始骂骂咧咧。

杨涛原本想见到小A后先谈判,谈判不成再动手。

但是见到小A如此出言不逊、蛮不讲理,而且根本不把他们这伙人放在眼里,愤怒渐渐变成了仇恨,杨涛被彻底激怒了。

没等其他动手,杨涛就第一个冲到小A的跟前,拿出那把事先备好的刀向对方肩部砍去……两刀砍下去之后,小A扑通一声瘫坐在地上,鲜血从他身上淌了下来。

四下里也瞬间安静了下来,没有了谩骂声,没有了吵闹声,甚至没有了呼吸的声音。

杨涛吓坏了,他的心跳加快,一下子不知该如何是好。

叶晴见状也吓傻了,一个劲儿地问他:“怎么办?”

怎么办?

杨涛的脑中也是一片空白,片刻之后,他只有一个念头闪过:跑!

两天后,警察就找到了杨涛所在的学校。

杨涛被刑事拘留。

这是杨涛第一次进公安局,也是第一次进法院。

我问他觉得自己这样做值不值?

“说值也值,说不值也不值”,杨涛这样回答:“值是因为她(叶晴)跟我一起没受欺负,不值是因为把自己的前途毁了,既不能上学,以后也不容易找工作了,因为有了犯罪前科。”

## <<健康心灵胜过优异成绩>>

” 说到现在对叶晴是什么感觉的时候，杨涛自己都很含糊，不知道以后两个人还会不会在一起。但他坚持认为作为男朋友，他理应肩负起保护自己女朋友的责任，不能让她和自己在一起的时候受欺负。

如果她再找别的男朋友，那就变成了别人的事，但现在他有责任去保护她。

所以虽然当时女朋友并没有要求他去赴约，他还是毅然决然地去了。

杨涛被法警带走后，我见到了他的父亲。

这是一个朴实的农民，他一早就来到法院，为受害方小A送医疗费，更期望能与儿子见上一面，但由于没有提前沟通，错过了见面的时间。

得知儿子已经被送走，他叹了口气，没有过多地说话。

这是一位不善言谈但心地善良的父亲，他简单地介绍了家里的情况。

在父亲眼里，杨涛从小到大一直是一个很懂事的孩子，学习也不错，但是在杨涛上初中的时候，母亲生病做了手术，手术之后就再没有工作。

父亲是司机，靠替别人开车养活全家。

P3-5

## <<健康心灵胜过优异成绩>>

### 后记

一批人共同努力了多年，才有了今天的这本书。

这批人，是北京市法院系统从事未成年人审判工作的法官和领导、多名奋斗在一线的心理学家和《法律与生活》杂志社的编辑。

北京市法院系统各级法院少年审判庭的法官和工作人员，日复一日与有罪错的孩子“零距离”接触；以人大附中副校长陈华为代表的心理专家，活跃在北京市著名中学的教学一线；《法律与生活》杂志社，近30年来一直致力于法律界新动向和新理念的传播。

在2008年以来，大家共同做了一件意义非凡的工作。

2007年年底，常年关注青少年犯罪问题的《法律与生活》杂志社通过许多重大个案发现，“心灵抚育”的缺失已成为不容忽视的普遍问题——每个铁窗内的青少年都有或大或小的心理问题，且都与父母“教育不当”或“养而不教”有关。

于是，杂志社决定自2008年1月起，开通一个专门探究“问题少年”背后的“父母问题”的专栏。在讨论这个专栏如何做、做成什么样时，主编将其定位于请心理问题专家走进北京市的少年法庭，在聆听案情并和接受审判的青少年直接交流后，找出这些孩子的“心病”并把这些个案写出来。

在责任编辑杜智娜就杂志社的设想和心理专家及北京市各个法院的未成年人审判庭交流时，大家欣然同意共同做这件事情。

这个专栏便应运而生，名字被定为“心灵视窗”。

于是，自2008年1月起，北京市法院系统在少年法庭增设了一个席位——心理专家席位。

在此后整整三年时间内，心理专家通过聆听35个个案的庭审并和涉案青少年面对面交流，找出了所有类型“问题孩子”的心理问题——这些问题，每个孩子都会遇到。

处理得当，人生风平浪静；处理失当，人生惊涛骇浪。

在法庭增设心理专家席位，实在是一个创造性的举动。

它的价值绝不仅是帮助了那些有幸获得心理帮助的孩子，也不限于通过《法律与生活》杂志的传播从相关案例中有所收益的读者，更在于让亲历这一工作过程的法官和相关法院认识到了这样做的社会意义和价值。

北京市法院系统对未成年人案件审判工作的重视程度，是有传统的。

在近距离感受到心理专家席位的价值之后，他们把这样的审判工作形式当做了一种模式推广开来——他们希望在法庭内外和孩子们深度接触的心理专家开出的药方，让更多的孩子受益。

这本书，应运而生。

它承载着北京市法院系统从事未成年人案件审判工作的法官们的心愿，也承载着心理专家和《法律与生活》杂志社编辑的心愿。

这个心愿，就是给更多的孩子打开一扇心灵视窗，让孩子学习如何与人交往、沟通并应对各种“心理冲突”；让更多的家长通过一个个鲜活个案，了解专家开出的“心灵抚育”秘方；让从事未成年人刑事案件审判工作的法律人知道，如何从内心深处根治“问题少年”的心病。



## <<健康心灵胜过优异成绩>>

### 媒体关注与评论

本书对导致系列问题的家庭教育原因进行了细致和深入地分析，能引起广大青少年家长和教育工作者的警醒和共鸣。

对进一步加强青少年心灵教育具有较强的促进作用和高度的指导意义。

——刘儒德(北京师范大学心理学院心理学教授) 问题少年不仅是困扰家庭和现实问题，也是学界长期以来孜孜以求地寻找解决方案的重大课题。

本书的出版不仅对国家、社会，也对每一个家庭和个人都有着理论和实践的价值。

本书适合所有关心、接触未成年人的公众阅读，有益于未成年人身心的发展，特予推荐。

——马皑(中国政法大学社会学院犯罪心理学教授) 这本书的出版非常有价值。

它的最大价值和意义体现在两个方面：从千万个家庭来看，通过这些个案中归纳出来的问题，可以使更多的父母懂得孩子的内心世界，更多的孩子有望获得一个正常的成长环境；从社会角度来看，减少心理疾患会使社会更安全、和谐。

——佟丽华(北京青少年法律援助与研究中心主任)

## <<健康心灵胜过优异成绩>>

### 编辑推荐

《健康心灵胜过优异成绩:心理专家教给我们做阳光孩子》编辑推荐：“问题孩子”是所有孩子的镜子，他们的言行可以映照出所有孩子的问题。

孩子的问题，根源在于父母不了解孩子的内心世界。

《健康心灵胜过优异成绩:心理专家教给我们做阳光孩子》帮助孩子父母彼此了解。

## <<健康心灵胜过优异成绩>>

### 名人推荐

本书对导致系列问题的家庭教育原因进行了细致和深入地分析，能引起广大青少年家长和教育工作者的警醒和共鸣。

对进一步加强青少年心灵教育具有较强的促进作用和高度的指导意义。

——刘儒德（北京师范大学心理学院心理学教授）问题少年不仅是困扰家庭和现实问题，也是学界长期以来孜孜以求地寻找解决方案的重大课题。

本书的出版不仅对国家、社会，也对每一个家庭和个人都有着理论和实践的价值。

本书适合所有关心、接触未成年人的公众阅读，有益于未成年人身心的发展，特予推荐。

——马皑（中国政法大学社会学院犯罪心理学教授）这本书的出版非常有价值。

它的最大价值和意义体现在两个方面：从千万个家庭来看，通过这些个案中归纳出来的问题，可以使更多的父母懂得孩子的内心世界，更多的孩子有望获得一个正常的成长环境；从社会角度来看，减少心理疾患会使社会更安全、和谐。

——伶丽华（北京青少年法律援助与研究中心主任）

<<健康心灵胜过优异成绩>>

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>