第一图书网, tushu007.com

<<提高孩子学习成绩的心理咨询指导计 >

图书基本信息

书名：<<提高孩子学习成绩的心理咨询指导计划>>

13位ISBN编号：9787563919932

10位ISBN编号：7563919937

出版时间：2008-10

出版时间：北京工业大学

作者：宿春礼

页数：257

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

前言

斌斌上初二了，但是他讨厌学习，甚至对学习恨之入骨，因为他考试经常不及格。
其实，斌斌也曾有过很“辉煌”的历史。
小学时曾连续6年被评为“三好学生”和“优秀学生干部”，还曾多次参加市里、省里举办的各种数学竞赛，而且都获过奖。
然而，升入初中后的第一次小测验，让斌斌跌入了低谷——他的成绩竟然排在全班第30名。
从此，斌斌以为自己不是学习的料，连他最擅长的数学也放弃了。
父母看到斌斌“破罐子破摔”，不知如何是好。
婧婧曾经学习成绩很优秀，是班上的学习尖子，后来，班上转来名同学，成绩比婧婧还好，渐渐地，婧婧的学习成绩就慢慢地往下滑了，现在她的成绩至多是中等偏上一点。
婧婧的父母和老师都不明白，为什么婧婧的成绩会下降得这么快呢？
小勇上初中了，在学校里，他总是喜欢和老师对着干。
老师要他做这，他偏要做那，和同学说话时也喜欢抬杠，上课时也不认真听讲，因此学习成绩也不是很好。
在家里，小勇也不服父母的管教，让他做的事情他不做，不让他做的事情非要做。
小勇的老师和父母为此伤透了脑筋。
7岁的小琳上小学二年级了，但是最近一段时间，小琳却莫名其妙地感到浑身上下不舒服，而且一进教室就心慌气短，还经常晕倒。
小琳的父母为此心急如焚，以为她得了什么病，于是带她四处求医。
可经过检查，却发现小琳的身体一切正常。
父母纳闷了，这孩子是怎么了？

内容概要

《提高孩子学习成绩的心理咨询指导计划》精编了大量孩子学习过程中存在并且亟待解决的问题，从心理学角度出发，从自我意识、认知、意志出质、情绪情感、个性、人际关系、心理疾病和学习障碍等方面，挖掘孩子学习成绩下降的各种心理因素，并对产生这种心理因素的原因进行剖析，为家长提出了富有针对性并切实可行的心理咨询指导计划，有助于家长帮孩子解决学习中遇到的实际问题，提高孩子的学习成绩。

书籍目录

第一讲　认识学习从认识自我开始“ 人贵有自知之明 ”。
要想学习好，首先要认识自己。
认识自己的缺点与优点，悦纳自己，从而完善自己。
从“ 尖子 ”到“ 流星 ”的蜕变昔日的他在学校里是耀眼的“ 学习尖子 ”，自从又一个“ 他 ”来了，他就成了“ 流星 ”，光焰转瞬即逝举手回答问题与年龄成反比人言道：“ 孤独与年龄成反比，幸福与年龄成反比，创造力与年龄成反比 ”在课堂上举手回答问题与孩子的年龄也成反比。
如何对待“ 爱表现 ”的孩子爱表现是孩子的共同特点，没有不爱表现的孩子，每个孩子都是只小孔雀。
为何孩子就喜欢和家长作对叫他往东，他偏往西；让他做的事不做，不让他做的事非要做。
这是因为孩子进入了心理断乳期，出现了逆反心理。
让孩子不再为父母而学习学习本是自己的事，孩子却觉得是为父母而学。
写作业是给父母写的考试是给父母考的。
让家长苦恼不已孩子不知道学习为了啥学习是每个孩子必须做的，但许多孩子却发出这样的疑问：“ 为什么我要学习呢，学习是为了什么呢？
”因此，学校里多了许多“ 撞钟和尚 ”。
学习中孩子为什么总喜欢为别人设置障碍嫉贤妒能，这种小人的心理在求学的孩子身上也会有所显现。
他们总喜欢为比自己学习好的同学设置障碍，在学习中充当“ 小人 ”的角色。
这是什么心理导致的呢？
孩子如此盲信答案刚考完试的教室里，大家都在做什么？
有多半孩子在忙着对答案，同时伴随着欢呼和沮丧。
答案对于孩子就像圣旨，什么时候都是对的。
考试作弊是虚荣心在搞鬼考试的分数对于孩子，就像银行卡里的数字对于大人，所以为了得到高分，他们也会“ 不择手段 ”——作弊。
但作弊得到的分数却只是昙花一现。
“ 丑小鸭 ”也能变“ 白天鹅 ”给孩子一个积极的心理暗示，告诉他：“ 你能赢！
”孩子不是用来比的家长盲目地攀比会让孩子丧失信心，失去学习的动力，反而会影响学习成绩。
为什么孩子对批评无所谓人们常说“ 看得多了也就习惯了 ”。
对孩子来说，批评得多了也就习惯了，因此，批评也要讲究度。
为何丢了“ 三好学生 ”就丢了自己“ 三好学生 ”只是一个称号，只是一种激励的手段。
孩子最重要的是完善自己，而不是为了拿张奖状。
孩子一上考场就“ 怯场 ”怎么办考场如战场，老天眷顾勇敢的战士。
考生要想在考场上得胜，就要“ 勇 ”字当前。
第二讲　好成绩从开发大脑开始学习就像从北京到青藏高原的长途旅行，其中会越高山，跨河流，过盆地，最后到达青藏高原。
而大脑就像载人去青藏高原的那辆汽车。
要让孩子顺利到达青藏高原，就要给他的这辆车加足马力，开发出它的无限潜能。
为什么孩子以为对的答案往往是错的“ 假作真时真亦假 ”。
孩子怎么会真假不分？
孩子背过概念还是不会做题“ 读死书，死读书，读书死 ”说的就是这种孩子，只知其一，不知其二，不会变通。
为何孩子会被简单的题目绊住脚题海战术让孩子做尽了各种题型，在题海中经历大风大浪的孩子为什么会被一些简单的题目阻挡住呢？
回答问题时孩子“ 卡壳 ”怎么办站起来一切恍如隔日，什么也记不起来了。
遇到这种情况，孩子羞愧不已，只能从心里说：“ 老师，我本来知道答案的。

”为何孩子的作文总是空洞无物写作是个创作的过程，孩子的作文写出来就像一张白纸，只是一些简单句子的罗列，没有主题思想，没有深度。
这与什么有关系呢？
孩子怕学需要背诵的学科怎么办学习离不开记忆，没了记忆也就没了学习。
要想在学习中游刃有余，“记忆”这门武艺是必须修炼的。
英语单词为何记一个忘一个记单词像黑瞎子掰棒子，掰一个弃一个，这是方法不对导致的。
谨防考场“记忆堵塞”考试过程中一直很顺利，却忽然被一个概念阻挡了前进的道路，明明进考场前还看过的概念，怎么也记不起来了，这就是考场中的“记忆堵塞”。
不妨让孩子当个“十万个为什么”《十万个为什么》为我们解决各种各样的疑问，而孩子却是一个相反的“十万个为什么”，总向大人提出各种各样的疑问。
这是孩子好奇心的表现。
第三讲　到达学习巅峰要有意志做伴苏东坡曾云：“古之立大事者，不唯有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。
”坚强的意志是一个人成功的必要心理素质，只有坚持不懈、持之以恒，才能圆满地实现自己的人生目标。
孩子会做的题也不敢动笔不会做的题怎么看也不会，会做的题又不敢动笔，总怀疑自己的思路，“空白试卷”就是这样来的。
让孩子“远游戏，亲学习”在虚拟的游戏里，他们是将军和皇帝；在现实的生活中，他们却是学习的败将。
所以，他们喜欢在游戏的天堂里翱翔。
孩子只想成功，害怕失败一位名人曾说过：“与其说成功是一杯甜酒，不如说这是杯苦酒，是许多次失败的苦汁的聚结。
”孩子害怕失败，就会离成功越来越远。
为何好学生更容易“输不起”第四讲　好成绩从好心情开始第五讲　学习好离不开健全的人格第六讲　良好的人际关系是得高分的基石第七讲　心理疾病让孩子学习停滞不前第八讲　扫除学习路上的障碍附一　世界上最伟大的10大教育法则附二　提高孩子学习能力的10项拓展训练后记

章节摘录

让孩子换个想法1．观看心理剧《相信自己》。
（1）家长为孩子表演一出小话剧。
剧情：刘玉同学的成绩平平，长相平平，为此她少言寡语、闷闷不乐，觉得自己像一棵无人关注的小草。
学期结束时，她看到老师给她的评语，其中有一句：“你是个善良、讨人喜欢的小女孩。”刘玉突然发现自己竟有这样的优点，再联想到那天老师还冲她微笑呢，于是刘玉感到自己成绩、长相虽一般，但是自己善良、有上进心，一种从未有过的自信在心中浮现。
剧中的刘玉原来的想法是什么？
后来换成了什么想法？
（2）录音。
请孩子说出自己内心的困惑，家长来帮助他，为他换个想法。
然后再请孩子说说，通过家长的帮助，自己换成怎样的想法了。
家长把和孩子的讨论录下来，并将这段录音送给孩子，同时鼓励孩子：“希望你在感到困惑的时候、自卑失望的时候，把这段录音播放出来，听一听，你一定会从中受益的。”2．家庭讨论。
（1）你曾经认为自己有什么不足？
（2）换个想法好吗？
（3）换个想法之后你的心情发生了怎样的改变？
3．小纸条。
（1）家长请孩子定期提醒自己，看是不是乐观的想法又溜了，悲观的想法又回来了。
想想办法，改正缺点。
（2）请孩子拿出小纸条，把自己已经改变的想法写在小纸条上，然后把写好的小纸条贴在铅笔盒里，每天看一遍。

后记

一本著作的完成需要许多人的默默贡献，闪耀的是集体的智慧。
其中铭刻着许多艰辛的付出，凝结着许多辛勤的劳动和汗水。
本书在策划和编写过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，及许多老师和作者的大力支持，在此向以下参与本书编写的人员致以诚挚的谢意：廉勇、欧红梅、周珊、张艳红、柳絮恒、赵一、赵红瑾、齐红霞、齐艳杰、陆晓飞、赵广娜、徐春艳、王非庶、王杰、张保文、李亚莉、何瑞欣、杜莉萍、李卫平、梁素娟、许庆元、毛定娟、尹娜、王巧、杨婧、王娟娟、张艳芬、许长荣、王爱民、李琳、李伟楠、王鹏、罗华杰、武敬敏、阎妍妍、杨英、李良婷、上官紫薇、杨艳丽、于海英、肖冬梅、张乃奎、王源、杨巍、刘瑞杭、刘红强。
本书在编写过程中，借鉴和参考了大量的文献和作品，从中得到了不少启悟，也汲取了其中的智慧菁华，谨向各位专家、学者表示崇高的敬意——因为有了大家的努力，才有了本书的诞生。
凡被本书选用的材料，我们都将按出版法有关规定向原作者支付稿酬，但因为有的作者通信地址不详，尚未取得联系。
敬请您见到本书后及时函告您的详细信息，我们会尽快办理相关事宜。
由于编写和出版时间仓促，以及编者水平所限，书中不足之处在所难免，诚请广大读者指正，特驰惠意。

编辑推荐

《提高孩子学习成绩的心理咨询指导计划》帮助家长解读孩子心理的权威读本。
提高孩子学习成绩的实用指导计划，深入孩子的内心世界，提升孩子的学习成绩，提高无数孩子学习成绩的七大心理规则。
正确认识自我——“ 人贵有自知之明 ”。
要想学习好，首先要认识自己的缺点与优点，从而小断完善自己。
挖掘智力潜能——学习就像攀登高山。
大脑就是你登峰的储备，只有充分将这个储备资源利用起来，才能让你的学爿成绩稳步提升培养坚强意志——坚强的意志是一个人成功的必要心理素质，只有坚持不懈、持之以恒，才有可能实现自已的人生目标。
保持心情舒畅——学习是脑力劳动和体力劳动的结合，当你感到累的时候．好心情能减轻你的疲惫端正交往心态-学习中离不开老师的教导，也离不开同学之间的相互帮助学习是一个人与人互动的过程。好的人际关系会让孩子的学爿更有助力、赶走心理疾病——心理疾病对于成长中的孩子来说．其负而影响是不言而喻的，孩子的心理会因此造成不可估量的仓惭，因此，父母要多关注孩子的内心世界，让孩子快乐地成长。
扫除学习障碍——学习障碍直接影响孩子进入正常的学习状态，不仪会造成孩子学爿成绩的全面下降，而且影响孩子其他方面优势的发挥，因此必须扫除学习障碍。

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