

<<透析青春期>>

图书基本信息

书名：<<透析青春期>>

13位ISBN编号：9787802039186

10位ISBN编号：7802039185

出版时间：2010-1

出版时间：中国妇女

作者：黄娟

页数：241

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>

<<透析青春期>>

前言

我每天的工作，是面对各种类型、不同层面的人，来访者个人向我倾诉的无论是婚姻问题还是职业人际问题，或孩子教育、沟通问题。

我思索发觉，很多时候个人出了问题其实是家庭出现了问题，都与当事人自小的家庭教育有关。

良好的家庭教育，对于一个人的影响是一生一世的。

通过长期的实践工作、大量的案例累积，创建了我的家庭教育理论。

我希望通过本书，与广大的家长朋友解读并分享一些与青春期孩子相处的关键点。

也希望各位家长在阅读本书时，能启发更多的智慧，让孩子得到更理想的发展。

书中的内容，以家庭大学课堂的形式出现，针对当今家庭教育中的热点话题，作出深入探讨，通过42堂课的角度透析青春期。

美国作家古德在他的小说《家庭》中写了这样一句话：“家庭是一项社会发明，其任务是将生物人转化为社会人。

”也曾经有人说：“家，就是一本翻旧了却舍不得也丢不掉的书，外表平凡无奇，里面蕴含着无尽的东西。

”家庭是生命教育的第一环境。

和谐的家庭环境对于孩子来说，就像是幼苗生长需要阳光、空气和水一样，是每个孩子茁壮成长所必需的外部环境。

做家长的千万别忘了给孩子创造一个欢欣愉悦的家庭环境，要知道家庭和睦是孩子最好的“补品”。

<<透析青春期>>

内容概要

作者通过本书，与广大的家长朋友解读并分享一些与青春期孩子相处的关键点。也希望各位家长在阅读本书时，能启发更多的智慧，让孩子得到更理想的发展。书中的内容，以家庭大学课堂的形式出现，针对当今家庭教育中的热点话题，作出深入探讨，通过42堂课的角度透析青春期。

<<透析青春期>>

作者简介

黄娟，心理学博士，国家二级心理咨询师。

专著：

- 《亲子人格》《亲子气质》《感动孩子》
- 《中国家教误区》《中国家教原则》

专辑：

- 《如何让孩子爱学会学》VCD
- 《智慧婚姻快乐父母》VCD

黄娟博士研究的主攻方向是心理学与社会学

<<透析青春期>>

书籍目录

第一章 让家长恐慌的叛逆期 第一节 让家长格外操心的阶段 孩子叛逆的分水岭 孩子成长的六个阶段 孩子的个性与社会性 第二节 叛逆 拓慧家长课堂1：逆反形成原因及预防与调适 拓慧家长课堂2：逆反是孩子期望家长改变的信号 拓慧家长课堂3：要善于化解孩子的逆反心理 第三节 早恋 拓慧家长课堂4：早恋的特点、原因及后果影响 拓慧家长课堂5：早恋是孩子渴望家庭关爱的信号 拓慧家长课堂6：孩子早恋，家长要平静、理性和宽容 第四节 网络 拓慧家长课堂7：网瘾的特点、原因和后果 拓慧家长课堂8：网瘾是孩子孤独的代名词 拓慧家长课堂9：如何帮助孩子脱离网瘾 第五节 追星 拓慧家长课堂10：孩子追星的原因 拓慧家长课堂11：追星是孩子期待家庭情感的需要 拓慧家长课堂12：如何正确引导偶像崇拜 第六节 厌学 拓慧家长课堂13：厌学的原因及预防方法 拓慧家长课堂14：厌学是找寻家庭沟通新的方向 拓慧家长课堂15：如何对待孩子厌学

第二章 需家长负责的关心期 第一节 让孩子成熟成长的阶段 青春期阶段孩子的内心需要 青春期阶段孩子的心理发展和自我意识 青春期家庭教育很关键 第二节 青春社交你来我往 拓慧家长课堂16：如何引导孩子正确交友 拓慧家长课堂17：如何缓解孩子的社交恐惧 拓慧家长课堂18：如何化解孩子人际冲突 第三节 青春学习注重效率 拓慧家长课堂19：如何缓解孩子的考试焦虑 拓慧家长课堂20：如何科学训练矫治学习障碍 拓慧家长课堂21：如何让孩子拥有正确的学习方法 第四节 青春情绪接受疏理 拓慧家长课堂22：如何疏导孩子的愤怒情绪 拓慧家长课堂23：如何对待急脾气的孩子 拓慧家长课堂24：如何调适孩子的悲观情绪 第五节 青春心事此起彼伏 拓慧家长课堂25：如何调适孩子自卑、虚荣、自负的心理状况 拓慧家长课堂26：如何调适孩子嫉妒、浮躁、空虚的心理状态 拓慧家长课堂27：如何调适孩子害怕挫折、追求完美的心理状态 第六节 青春能力渐成渐长 拓慧家长课堂28：如何培养孩子的时间管理能力 拓慧家长课堂29：如何培养孩子的目标设定能力 拓慧家长课堂30：如何让孩子会用零用钱

第三章 让彼此贴心的亲密期 第一节 让爱营养彼此的心灵 孩子是棵“快乐智慧树” 和谐家庭“321” 家庭铁三角：爱 责任 自由 第二节 爱的力量享受爱要用心 拓慧家长课堂31：家长要帮助孩子储备能量 拓慧家长课堂32：家长要倾听孩子的心声 拓慧家长课堂33：家长要让孩子学会爱 第三节 爱的责任施予爱要科学 拓慧家长课堂34：家长不能强迫孩子“听话” 拓慧家长课堂35：家长别让关爱变成伤害 拓慧家长课堂36：家长的模式障碍——我是对的 第四节 爱的自由沟通爱要尊重 拓慧家长课堂37：家长给孩子属于自己的空间 拓慧家长课堂38：家长要懂得自由的界线 拓慧家长课堂39：对孩子而言什么才是真正意义上的“家” 第五节 爱的港湾表达爱要勇敢 拓慧家长课堂40：智慧的父母先了解孩子的感受 拓慧家长课堂41：家长与孩子一起成长 拓慧家长课堂42：家长应进入孩子的“频道”

<<透析青春期>>

章节摘录

第一章 让家长恐慌的叛逆期第一节 让家长格外操心的阶段孩子叛逆的分水岭青春期阶段的孩子，处于人生中重要的发展阶段，这个阶段的孩子在发生着重要的变化，多数变化是家长始料不及的。这时家长会感觉迷茫、困惑、焦虑、兴奋……什么滋味都有。

如果家长只看到孩子身体的发育，却不了解孩子的心理感受，家长就无法进行有针对性的家庭教育。青春期家庭教育是一门科学，就和孩子要取得好的成绩需要认真学习一样，要做好孩子人生关键期青春期的家庭教育，家长同样需要学习。

据《学生导报》的一项最新调查，我国城市居民从12岁开始，心理健康指数逐年下降，高中阶段跌至最低谷，19岁后开始较快上升。

研究小组分析这组调查数据后指出，影响青少年心理健康的主要因素有亲子关系质量、家庭环境质量和学校教育质量。

“与父母相处得好”的青少年在自我体验、人际交往和环境适应方面好于其他青少年；双亲家庭的青少年心理健康水平显著优于其他家庭结构的青少年。

由此可见，12岁是青少年产生心理健康问题的关键年龄，亲子关系质量是影响青少年心理健康的最重要因素。

国外的调查数据显示，13岁是孩子变得叛逆的分水岭。

这样看来，无论国内还是国外，从孩子成长的角度看，初中生，也就是十二三岁的孩子的成长很关键，需要家长特别关注。

<<透析青春期>>

媒体关注与评论

书到用时方恨少，是非经过不知难。
期盼子女成才的父母们，为青春期孩子行为感到困惑不解。
甚而一筹莫展的父母们，此书非常值得一读！
读后方知书有用，育才成才靠科学。

——国家特级教师 王庆丰校长作者锁定亲子沟通、子女教育这些最易被拜金潮流所淹没的课题，
致力于唤醒人们心底的力量。

寻找平衡成长和内心快乐的真正源泉。
这种坚毅和决绝。

让我和作者很多朋友发自内心地钦佩作者。
当各位家长打开这本有关青春期问题的书时。
细细品读思索，透过文字所能感受的。

绝不仅是缜密的分析和科学的方法，也会感受到一位12岁女孩的母亲那种平静之下的执着和真诚。

——资深媒体记者 赵树志一个和谐家庭就像是一所优质的大学，从传授知识、培养能力到修身养性，再到更高的境界——家庭中每个成员都和谐共处。

这其中的每一个环节都会有让人惊奇与温暖的故事发生。
通过阅读本书，相信各位家长将会找到，让孩子成长的关键。

——全国妇联、中国家庭教育学会主办权威教育杂志《中华家教》主编、中国家庭教育学会
宣传工作委员会翻秘书长 陈光

<<透析青春期>>

编辑推荐

《透析青春期:家长不得不上的42堂课》：把焦点放在“解决”而不是“问题”上！孩子进入青春期前，家长的“课前辅导”，孩子经历青春期时，家长的“课内练习”。这是一本心理学博士多年实践经验和理论智慧相结合的原创家教图书。

<<透析青春期>>

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>