

<<包容叛逆>>

图书基本信息

书名：<<包容叛逆>>

13位ISBN编号：9787802447837

10位ISBN编号：7802447836

出版时间：2010-8

出版时间：现代出版社

作者：李澍晔，刘燕华 著

页数：206

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>

## <<包容叛逆>>

### 内容概要

“叛逆心理”是孩子发育过程中必然伴有的现象，是初中生身体发育和“自我意识”萌芽的标志。随着知识不断积累，见识不断增加，初中生渴望独立自主，要求独立的欲望显著增强，一旦有人违背他们的意愿，不合自己的意志，就会反抗或抵触。

正常的叛逆心理是初中生要求自立、自主的一种表现，但过度叛逆就不利于孩子的身心健康。家长需要掌握初中生的心理特点，注意引导和研究，帮助他们成为一个适应社会、适应将来、敢于承担责任，勇于面对一切的人，更要让他们成为一个健康、快乐的人。

## <<包容叛逆>>

### 作者简介

李澍晔，中国作家协会会员，中国儿童基金会阳光计划“爱心专家”，中央电视台少儿节目《成长在线》、中央教育电视1台《家长俱乐部》、《师说》、北京电视7台《你该怎么办？》、北京电视8台《父母学堂》、山东教育电视台《家教沙龙》、北京广播电台《说烦解忧》等栏目特聘专家或嘉宾。

多次为学生和家长作成长教育、心理教育、感恩教育、沟通能力教育等主题报告。

刘燕华，“全国十大当代孟母”，中国爱心世纪网特约教育专家；中国科普作家协会会员，中国心理卫生协会会员，中华护理学会会员。

原北京军区某后勤部正团职干部，上校军衔。

对家庭教育、儿童心理、妇女心理、家庭急救、婚姻学以及谈话艺术研究较深，发表各类文章2600多篇。

两位作者代表作：《价值10亿的教育课》《让孩子365天都平安》《向解放军叔叔学习——培养孩子坚毅人格的6种方法》《心理和谐100岁》《野外生存》（冰心儿童图书奖）《智谋取胜》（冰心儿童图书奖）《心理导航》（冰心儿童图书奖）《日常应急》（冰心儿童图书奖）《健康是走出来的》。

## <<包容叛逆>>

### 书籍目录

前言一、叛逆心理二、焦虑心理三、多疑心理四、说谎心理五、恐惧心理六、嫉妒心理七、攀比心理八、抑郁心理九、迷恋网络心理十、厌学心理十一、挫折心理十二、报复心理十三、轻生心理十四、狭隘心理十五、随众心理十六、贪便宜心理十七、迷信心理十八、出走心理十九、依恋心理二十、冲动心理二十一、失落心理二十二、自卑心理二十三、疾患心理二十四、隐瞒心理二十五、意志薄弱心理二十六、怯懦心理二十七、痴迷心理二十八、单恋心理二十九、手淫心理三十、爱美心理三十一、恋物癖心理后记

## &lt;&lt;包容叛逆&gt;&gt;

## 章节摘录

心理专家把芸芸带到医院的皮肤科，请医生讲解“青春疙瘩”问题。

芸芸知道了“青春疙瘩”不是什么大病，多数初中学生长“青春疙瘩”是正常的生理现象，对身体没有什么害处。

出现“青春疙瘩”以后，不要烦恼，不要精神紧张，更不要觉得没有脸见人，只要注意脸部卫生，注意饮食调节，听医生的建议，科学用药，慢慢就会消失，不会留下任何疤痕。

洗脸一定要注意，用力擦洗已发炎的皮肤会使“青春疙瘩”加重，平时千万不要去挤，更不能用针扎，一旦感染了，可能引起大麻烦。

同学之间开展讨论心理专家找来几位没有长“青春疙瘩”的初三学生，与芸芸一起讨论“青春疙瘩”的问题，同学们说“青春疙瘩”是可以预防的，只要注意以下几个方面就可以了。

一是要注意保持皮肤卫生，坚持每天早晚用温水和保健皂洗脸，以减少皮脂堆积，堵塞汗毛孔。

二是不要使用油性化妆品，更不能涂抹浓妆。

三是避免吃辛辣食物，少吃油腻及糖类食品，保持消化良好，防止便秘。

四是用药物时，必须在医生指导下进行，以防止出现药物反应。

同学们的话，让芸芸放心了。

保持乐观的态度心理专家又找来几位长过“青春疙瘩”的同学与芸芸讨论，介绍经验，同学们说千万不要有太多的压力，不要害怕同学笑话，顺其自然，把长“青春疙瘩”当成自己成长的标志，要为大而感到了而感到高兴，轻松愉快地学习、工作，这样有利于“青春疙瘩”的早日消除。

一旦长了“青春疙瘩”，要及时去医院，让医生给自己开一些内服及外用的软膏。

按时涂抹，注意局部卫生，“青春疙瘩”很快就会消失。

也可以请中医开些方子，用草药煮水，定期洗脸，效果十分理想。

听见同学们谈论的话，芸芸的心情轻松多了。

芸芸决定下午就去上学，不再担忧了，更不怕同学耻笑了。

你看到了自己的差距，可以加强学习，注意团结，遵守纪律，全面提高自己。

丽丽：我怎么键高呢？

我也不知道我什么地方有问题呀？

心理老师：这简单，主动找老师、团支部书记、团员和同学征求意见，虚心接受意见，就能使自己进步。

其实，逃避、消极等待、自暴自弃，是不会有任机会找上门来的，正说明你思想不成熟，不够团员标准。

现在你只有下苦工夫学习，全面提高你的综合素质，团结同学，不断充实自己，才可能被团组织认可。

面对失败，记住八个字：谦虚、努力、坚持、勇敢。

丽丽：可是我真的很难受，不愿意与同学说话了。

心理老师：你要学会换位思考，假如班里的同学都与你一样没有加入团组织，大家都不关心学习了，都不说话了，都想转学了，都睡不好觉，想想看是个什么结果呀？

是不是太可怕了。

人要有胸怀，要正确对待入团的事，不要看得过于严重。

丽丽：我担心同学笑话我。

心理老师：我认为同学不会笑话你，要相信同学的品德修养，我们搞个调查，几天后看结果。

失落的危害心理老师为丽丽换了一首钢琴曲子，给她讲了一个惨痛的事例。

一位13岁的学生因为没有当上班长，想不开了，既不和老师说心里话，也不和妈妈说心里话，有了严重的失落心理，整日郁郁寡欢，没有一句话，不参加班集体活动，不关心同学，不知道与同学交流。同学们对她的意见很大，都不与她交往了，最后她郁闷加剧，实在承受不了压力，竟然买了老鼠药，幸亏被妈妈及时发现，才避免了严重事件的发生。

丽丽听了这个例子，感到自己的行为后果也很危险，有了后悔之意。

## &lt;&lt;包容叛逆&gt;&gt;

团支部的温暖心理老师及时与丽丽的班主任老师和团支部书记交换意见，建议班主任老师和团支部书记帮助丽丽，摆脱冷落，坚强起来，战胜自我。

班主任老师很重视这件事情，在教学中穿插着挫折教育，激励学生的斗志。

利用课间，主动与丽丽谈话，鼓励她不要放弃，积极学习，全面提高，让组织考验。

团支部书记组织团员在全班开展了谈心活动，通过积极、真诚的谈心，通过宣讲团章和共青团的历史，使丽丽感到了温暖和快乐，激励效果明显。

丽丽明白了同学友情的重要，知道了自己的问题，表示坚决改正，决心用实际行动接受团组织的考验。

团支部书记单独与丽丽交换意见，两个人真诚地交心，丽丽看到了团员的优点与长处，知道虚心学习的重要性，明白了“消极”下去，只能是自取灭亡的道理。

她的性格改变了，情绪也稳定了，真正找到了自己的差距与不足。

丽丽很快找到突破口，把问题解决了。

以后，在与同学的交往中，她把入团的问题看淡了，心胸宽广多了，懂得了提高自己才是第一位的，要用实际行动入团。

家庭的爱心老师与丽丽的妈妈交谈，希望妈妈给丽丽以更多的鼓励与支持。

妈妈很爱丽丽，每天给丽丽做可口的饭菜，陪她散步、听音乐、学习、背英语单词。

爸爸知道丽丽的情况后，主动调整工作，主动带丽丽去公园玩，去郊区采摘，去游泳馆游泳，丽丽非常开心，让丽丽感到妈妈和爸爸的爱就在身边，不再寂寞与孤独了，再也不怎么想没有入团的事了。

调查结果为了让丽丽心情放松，心理老师在同学中搞了一个调查表，内容是：同学入不了团，你怎么看。

百分之百的同学说入不了团是很正常的事，继续努力，我们会给同学加油。

心理老师把调查结果给丽丽看，丽丽看了调查结果以后，彻底放心了，心情好多了。

## <<包容叛逆>>

### 后记

这本书的完成，得到了现代出版社编辑老师的大力支持和鼓励，得益于蒋宏工作室李家晔老师的精细润笔。

特此向以上编辑、老师们表示衷心感谢。

为了帮助处于特殊阶段的青春期的初中学生妥善地解决好心理健康问题，提高心理健康水平，防止极端事件发生，作者从日常生活中，选出了数十个有代表性的初中生心理健康问题，通过回顾事件、分析问题、归纳推理、问题疏导，讲解了解决初中生心理问题的方法、技巧和预防措施。

让初中生、家长和老师看了明白，能起到有病治病，无病预防的效果。

为了精练文字，通俗易懂，本书在写法上没有完全按照心理专家治疗的程序描述，跳跃性很大，距广大读者的需求也许有一定差距。

由于作者水平有限，书中尚有许多不妥和欠完善的地方，希望读者批评指正。

## <<包容叛逆>>

### 编辑推荐

《包容叛逆:初中生心理问题全攻略》：著名成长教育专家央视《成长在线》特邀嘉宾，李澍晔。  
“全国十大当代孟母”家庭教育专家，刘燕华。  
把成长中的问题一网打尽。



<<包容叛逆>>

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>