<<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

图书基本信息

书名: <<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

13位ISBN编号:9787505421141

10位ISBN编号:750542114X

出版时间:2009-6

出版时间:朝华

作者:肖骁

页数:222

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

<<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

内容概要

10—16岁的孩子渴望独立,犹如桀骜不驯的野马,过剩的能量冲击着主宰其命运升沉的旋转门。 叛逆是孩子从青涩迈向成熟过程中的一个经典表情;叛逆是因为孩子有了多余的能量而无处发挥;如 何使叛逆能够被用于创造而不是毁灭,父母的爱心和智慧的引导很关键。

保持与孩子不问断的亲密沟通 以理解和尊重打开孩子闭锁的心扉 用鼓励和信任培养孩子的自信心 创造浓厚的家庭阅读氛围 用温馨幸福的家温暖孩子的一生

<<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

书籍目录

第一部分 10~16岁,决定孩子的一生 第1章 10~16岁,孩子一生的关键期 叛逆期,孩子命运升沉的旋转门 10~16岁,孩子学习能力的爆发期 10~16岁,良好习惯养成的关键期 10~16岁,优秀品质定型的关键期 情商发育,决定孩子一生的成败 第2章 青春期,孩子心理成长的秘密 创造而不是毁灭,父母的爱心和智慧的引导很重要。

父母向左走,孩子向右走 为什么孩子满身是刺 打开孩子情绪的瓶塞 拉一把陷入"孤独沼 融化孩子用"坚冰"构筑的自闭城堡 第3章 妈妈理性的爱幸福孩子的一生 保 泽地"的孩子 持与孩子不问断的亲密沟通 以理解和尊重打开孩子闭锁的心扉 用鼓励和信任培育孩子的自信 用温馨幸福的家温暖孩子的一生第二部分 10~16岁,孩子学习 创造浓厚的家庭阅读氛围 的关键期 第4章 巧妙引导,让孩子爱上学习 快乐的孩子要有快乐的学习 怎样培养孩子的 如何引导和帮助孩子制定学习计划 唤醒自我,提升孩子的自主学习能力 学习兴趣 积极拓展孩子的思维能力 用思维能力的"渔"打捞知识的"鱼 孩子学习的强力催化剂 第5章 每个孩子都可以 " 过目不忘 " 打造孩子的黄金注意力 让孩子拥有一点就透的理解力 第6章 不可忽视的非智力因素 有坚强的意志力,孩子的智力才能高度发达 挖掘孩子的优 势,让孩子自信起来 乐观的孩子,学习成绩才能一路拔尖 良好的阅读习惯,让一切学习轻松 起来第三部分 10~16岁,锻炼孩子卓越能力的关键期 第7章 杰出青少年的七个习惯 养孩子良 好的习惯,就是给孩子一个灿烂的前程 习惯一:思考就是力量 习惯二:积极的人生态度 三:立刻行动 习惯四:双赢是最好的通行证 习惯五:7+1>8 习惯六:责任感为未来加码 习 惯七:控制时间比珍惜时间更重要 第8章 五大能力使孩子出类拔萃 学习能力:使孩子拥有洞察世 界的眼光 抉择能力:使孩子从成功走向成功 策划能力:使孩子做事前成竹在胸 推销能力:使孩 子拥有无障碍的沟通 创造能力:使孩子拥有最富灵性的心 第9章 为孩子进入社会做好准备 孩子学会编织自己的人际关系网 让孩子知道自利与利他同等重要 让孩子完善自身的性格 培养孩子的理财能力第四部分 妈妈送给孩子最好的礼物 第10章 妈妈为孩子的初恋护航 恋的甜蜜与涩痛 妈妈要做孩子感情的"知心姐姐" 给孩子初恋一片蔚蓝的天空 第11章 教 给孩子健康的性观念 敏锐发现孩子性意识的觉醒 教孩子正确面对开放的社会 性别角色 青春期,妈妈们的高招 第12章 让网络伴随孩子健康成长 家有网游少年 子为何会上网成瘾 怎样让网络帮孩子而不是毁孩子 与时俱进,做个时尚妈妈 第13章 妈妈送给 孩子一生的营养计划 青春期,孩子的七大营养需求 蛋、奶、豆,每天都不能少 妈妈须知的青春期健脑益智菜谱 菜与肉类各有各的重要 让孩子长高长壮的饮食秘诀

<<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

章节摘录

第1章 10~16岁,孩子一生的关键期10~16岁的少男少女,正在经历人生"第二次诞生"的阵痛。在生理上,身体迅速发育成熟;在心理上,他们的自我意识觉醒,产生情绪上的激荡和动乱。这个年龄阶段的孩子似乎一夜之间长大成人,精力旺盛,兴趣广泛,对人生充满幻想和希望。此时的教育,关系到孩子一生的成败。

叛逆期。

孩子命运升沉的旋转门一个新生命的诞生会给人们带来无限的喜悦,当妈妈怀抱着小宝贝幸福地微笑时,周围的人也会跟着幸福起来。

新的生命给人们带来了快乐和希望,诞生是一种天赐大礼,小婴儿是"君临天下"。

粉嫩的小脸蛋、柔软的小胳膊和小腿、纤尘不染的清澈眼睛,一切都是如此的新鲜美好。

这是人之初到这个世界时的情景。

诞生的意义大到无法描述。

当婴儿一天天长大,度过儿童期,成长为小小少年,也就是11岁左右时,会迎来"第二次诞生"—— 青春期(也叫叛逆期、反抗期等)。

而10~16岁,正是这一时期的最关键阶段,也是人一生的关键时期,它决定着以后的人生方向。

很多专家把青春期称为人的"第二次诞生"。

可以说,这个时期是孩子命运升沉的凯旋门。

心理学家斯朗认为,当孩子进入青春期以后,其心理开始变化,主要表现为"自我发现"、"产生对未来生活的设想"、"开始逐步跨人生活的各个领域"等,跟儿童期的心理差别很大;这一时期,孩子的思想、观念开始形成,"人生开始觉醒"。

因此,斯朗把青春期称为"人生的第二次诞生"。

这一时期,孩子开始关心自己在别人心目中的形象,他们开始思考"人为什么活着"、"我是谁"、 "我是个怎样的人"等问题,对自己产生好奇和疑问是孩子内心觉醒的过程,也是孩子从青涩到成熟 的必经之路。

由于性本能的启动,孩子逐渐地将注意力转向自己的内部。

青春初期,特别是10~16岁,孩子常常会因自己不能掌握这种变化而烦恼,昔日儿童时期平静的心田 被搅乱,陷入反抗、冷淡、蛮横、怠慢、多变等不安的情绪中。

他们不仅对外界,就是对自己也都采取了"否定"的态度。

虽然青春期可以长达10年,但10~16岁是最为关键的时期,因为这一段是冲突最大的时期,不管是孩子自己内心的各种冲突还是孩子与父母之间的冲突,都如暴风骤雨。

下面来了解一下青春期的特征,有利于更好地帮助孩子成长。

先让我们看一下青春期的心理实质:心理学认为,人的大脑是心理活动的主要器官和物质基础。

青春期是一个人的大脑从生长发育走向日趋成熟的时期,大脑的兴奋性比较强,可塑性大,容易接受 新鲜事物。

尽管人的大脑在6岁时已达到成年后容量的90%~95%,但其发育远没有成熟,第二次重要的发育贯穿了整个青春期,大脑会发生第二波的增殖和修整。

美国科学家研究发现,大脑纤维系统(用于在脑半球间传递信息,并能清楚显示出大脑的活动情况) 在青春期快速发育。

有些灰质——神经元和它们分支般的树突都会逐渐变粗,在女孩子约为11岁、男孩子约为12岁半时达到高潮。

大脑结构上的成熟,也就保证了其功能作用的发挥。

从而,才有青春期心理活动的复杂多样。

青春期心理特征可概括为:1.身心发展有时差,容易产生不平衡;2.智力发展迅猛,头脑活跃,是学习的最佳时期;3.情绪丰富多变,喜欢憧憬未来并富于幻想;4.自我意识高涨,个性可塑性强;5.希望得到父母和老师的理解和尊重;6.情感单纯,需要父母老师的引导;7.交际发展有主见,交际范围扩大;8.理想发展起伏不定,容易受境遇影响而变化。

<<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

而青春期的生理变化表现得更加明显:首先,孩子身体发生了变化:身高、体重增加,出现了第二性 征。

男孩肌肉开始变得粗壮,喉结突出,长出胡须、腋毛、阴毛,汗毛加重,声音变粗;女孩皮肤细腻, 骨盆变宽大,乳房隆起,声调变高变细,长出腋毛、阴毛。

其次,性成熟:男孩出现遗精,女孩来月经。

这些身体的变化也影响着孩子的心理变化,使孩子的情绪发展强烈多变,易陷于孤独寂寞中。

把青春期看作是人的第二次诞生,确实有它的深刻含义。

青春期的不安,以及给父母带来的困扰也不亚于新生命诞生给母亲带来的阵痛,这青春期的阵痛不仅 仅是母亲感受得到,孩子,父亲都能感受到,如果教育不得法,整个家庭都可能体验剧痛。

10~16岁,孩子学习能力的爆发期在现实生活中,我们常常看到到有人学东西很快,有人却学得很慢;孩子在学校学习也是一样,有的孩子当堂就能掌握所学习的知识,有的孩子下了很多工夫还不能掌握。

原因何在?这就是学习能力的问题。

学习能力强的,学得又快又透彻;学习能力弱的,学得又慢又糊涂。

初中女生小宁学习非常刻苦,全班没有谁能和她相比,大家给她取了个"学习机器"的外号。

她在课堂上认真听课、课后认真完成作业,几乎不会放过任何看书的时间,包括吃饭、走路、上厕所等,甚至说梦话也在记单词。

班主任每每训斥那些不认真学习的同学时,总会拿她当榜样:"你要是有小宁十分之一的学习劲头,你也能考上北大或者清华了。

"谁只要看一眼她鼻梁上的那副像酒瓶底儿一样厚的眼镜,立即就会明白"书虫"是个什么样子了。 然而,她的学习成绩却很一般。

私下里许多同学嘲讽她说:"我要是学得像她那样昏天黑地,活着还有什么意思。

"后来,她高考考了三年,才勉强考上了本地的一所师专。

这就是学习能力强弱的差别。

通俗地讲,学习能力就是一个人学习知识、增长才干的本领,是学习文化知识、认识社会、认识周围世界的能力,而不仅仅是学习书本知识的能力。

如果一个人学习能力强,因为他能一点就通、举一反三,不论是在学习生活,还是在工作应酬方面都 有着无与伦比的优势。

对于孩子来说最基本的学习能力就是听、说、读、写、计算、思考等学习课业的能力。

而广义上的学习能力则是多方面的,它包括注意力、观察力、思考力、应用力、自觉力、记忆力、想象力、创造力、阅读能力、理解能力、表达能力等。

学习能力,就像汽车的发动机,如果汽车发动机的功率不够,再好的保养也没用。

如果孩子的学习能力提高了,学习就会轻松愉快。

不但学得好,而且效率高。

学习能力与大脑的机能有关,是在运用智力、知识、技能的过程中,经过反复训练而获得的。

而一个人提高学习能力的关键年龄段是10~16岁,因为这个阶段是大脑、心理、生理发展的黄金时期

无数实践证明,在这个阶段,从大脑潜能开发、思维训练完善、健全人格训练、心理辅导、行为训练等方面着手,对孩子的学习能力进行提高,会让孩子受益终身。

可以说,这是提高学习能力的最后机会了。

一个人的学习能力往往决定了一个人竞争方的高低,也正因如此,无论对于个人还是对于组织,未来 唯一持久的优势就是有能力比你的竞争对手学习得更多、更快。

正因为学习能力的发展对学习如此重要,联合国教科文组织终身教育局长保罗·郎格朗说:"未来的文盲,不再是不识字的人,而是没有学会怎样学习的人。

"作为父母,决不能错过这个提高孩子学习能力的最佳时期,要有效地帮助孩子在这个时期获得最大的发展10~16岁,良好习惯养成的关键期著名的教育家叶圣陶曾说过:"什么是教育?简单一句话,就是养成良好的习惯。

<<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

"叶圣陶认为,教育的目的就是培养习惯。

他说:"我们在学校里受教育,目的在于养成习惯、增强能力。

我们离开了学校,仍然要从多方面受教育,并且要自我教育,其目的还是在养成习惯、增强能力。 习惯越自然越好,能力越强越好。

"从心理机制上看,一旦形成一种习惯,就会变成人的一种需要,如果不这样就会感到很别扭,因而习惯具有自动化的作用。

它不需要别人的督促、提醒,不需要自己的意志力。

这也就是我们平常说的"习惯成自然",是一种省时、省力的自然行为。

如果孩子能养成各种好习惯,将会对其一生产生深远的影响。

有这样一个故事,1978年,75位诺贝尔奖获得者在巴黎聚会。

人们对于诺贝尔奖获得者非常崇敬,有个记者问其中一位:"在您的一生里,您认为最重要的东西是在哪所大学、哪所实验室里学到的呢?"。

<<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

编辑推荐

《10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子》:告诉你,如何把10-16岁的"危险期"变成"机遇期"!告诉你,如何把10-16岁的"爆发期"变成"创造期"!10~16岁的少男少女,正在经历人生"第二次诞生"的阵痛。在生理上,身体迅速发育成熟;在心理上,他们的自我意识突然觉醒,产生情绪上的激荡和动乱。这个年龄阶段的孩子似乎一夜之间长大成人,精力旺盛,兴趣广泛,对人生充满幻想和希望。此时的教育,关系到孩子一生的成败。

<<10-16岁叛逆期妈妈如何引导孩子>>

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