

<<做孩子的心理咨询师>>

图书基本信息

书名：<<做孩子的心理咨询师>>

13位ISBN编号：9787506463010

10位ISBN编号：7506463016

出版时间：2010-5

出版时间：金顺子 中国纺织出版社 (2010-05出版)

作者：金顺子

页数：262

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>

<<做孩子的心理咨询师>>

前言

心理学家研究表明，一个人一生的生活习惯、人生态度、行为模式、思维方式都是在其青少年时期就初步形成的，所以，青少年时期是一个人健康心理形成的黄金阶段。

如果在这个时期孩子的心理健康问题得不到重视，那么，成人后就很难拥有健康、健全的人格和心理。

父母作为孩子人生道路上的第一任老师和心理咨询师，自然对孩子的教育及引导具有最直接、最深远的影响，决定他们将来能否以健康的心态去对待生活和工作。

令人担忧的是，在调查中发现，很多孩子出现的行为和心理问题多来自父母的“不合格”。

自私、自卑、依赖、叛逆等诸多心理障碍性问题越发频繁地出现在儿童及青少年身上，严重影响了孩子的心理健康和生活学习。

这些心理问题如果得不到科学调节，就会导致某些过激行为出现，成为儿童及青少年健康成长的绊脚石。

心理学家还指出：如果一个孩子心理健康，心理行为模式合理，这一生将避开60%的疾病。

因此，对父母而言，学习心理学知识非常必要而且迫切。

孩子的时间是有限的，很可能父母只错了一时，孩子却会错掉一生。

父母学习心理学，受益的不只是孩子的心，还有孩子的身。

父母学习心理学知识，可使家庭教育少走弯路，为孩子的未来幸福上一份“保险”。

因为，借助心理学知识，可以准确判断孩子的心理状况，了解孩子的真实想法，消除孩子的心理困惑，引导孩子树立健康的心态、形成良好的品质，让孩子变得更加自律、阳光、出色。

例如，知道情绪有周期性，便能理解孩子的异常情绪，进而根据孩子的情绪高低合理安排作息，让孩子劳逸结合、高效学习；知道心理健康标准，一旦孩子表现出与其年龄不符的心理特征，便能在第一时间发现苗头，从而防患于未然；知道成长阶段不同孩子的情感需求不同，便能适时转变交流方式，让亲子沟通更顺畅、关系更融洽。

父母如果不关注孩子的内心，教养方式不当，则会对孩子身心产生严重影响。

为人父母要有心，在生活中，不能仅仅看到孩子的表面，更要了解孩子的内心，善于从多个角度分析孩子的行为，了解孩子的心理，并且能够将切实可行的方法运用于家庭教育中，通过暗示、感染、模仿等心理机制积极影响孩子；提供良好环境，帮助孩子消除外界压力，抵抗歪风邪气，促其健康成长。

本书正是针对一些日趋严重的现实问题，从健康心理的重要性、培养孩子的教育方式上，发现和解决孩子在学习、处世、受挫过程中遇到的心理问题，帮助孩子应对自私、自卑、叛逆、性等问题以及引导孩子改掉不良习惯、养成良好性格方面深入浅出编写而成。

本书语言简洁流畅，内容丰富有趣，可读性强，理论性与实践性兼具，可有效提升父母心理指导方面的素养及运用心理知识科学育人的技巧。

附于篇后的非常叮咛，实用好记，便于父母在最短的时间内掌握最多的心理常识，为孩子一生的幸福保驾护航。

<<做孩子的心理咨询师>>

内容概要

《做孩子的心理咨询师》针对当前青少年教育中一些日趋严重的现实问题，深入浅出地剖析了孩子成长过程中的各种心理问题及解决方法，具体包括孩子健康心理的重要性、培养孩子的教育方式、发现和解决孩子在生活和学习过程中遇到的心理问题、帮孩子应对自私自卑等问题以及引导孩子改掉不良习惯、形成良好性格等内容。

《做孩子的心理咨询师》语言简洁流畅，内容丰富有趣，可读性强，理论性与实践性兼具，可有效提升父母心理指导方面的素养及运用心理知识科学育人的技巧，附于篇后的非常叮咛，实用好记，便于父母在最短的时间内掌握最多的心理常识，为

<<做孩子的心理咨询师>>

书籍目录

第一章 拥有健康的心理是孩子幸福一生的前提孩子心理健康才会快乐孩子的内心世界其实很丰富吃好喝好并不能保证孩子心理健康父母最容易忽视孩子的心理健康与孩子成为朋友不要翻孩子的旧账，一切重新开始第二章 培养孩子的健康心理要注意教育方式打骂孩子不是正确的教育手法尊重孩子的隐私学会倾听孩子的心里话先处理情绪，后处理事情支持孩子做他们感兴趣的事情用心理暗示激发孩子的上进心父母的教育态度要一致赞美孩子也要讲究艺术教育孩子要宽严并重通过察言观色洞悉孩子的内心世界第三章 解决孩子学习中的心理问题“高分有奖”不可取孩子考试作弊怎么办孩子不适应教学方法怎么办学习上过度依赖他人怎么办孩子对学习失去信心怎么办课外阅读对学习有用吗孩子惧考怎么办端正孩子的复读心理努力的过程要比结果重要让孩子快乐地学习第四章 教会孩子如何处世帮助孩子克服“社交恐惧”当老师错怪孩子时怎么办培养孩子正确的竞争意识提高孩子的语言表达能力培养孩子的宽容之心让孩子学会谦让孩子总和老师搞不好关系怎么办孩子总和同学攀比怎么办教会孩子在社交中展示自己教会孩子和同伴相处第五章 如何锻炼孩子的心理承受能力鼓励孩子敢于直面挫折在孩子失败的时候鼓励他让孩子学会“自我激励”让孩子在不断尝试中学会分析并完善自我让孩子学会对自己的过失负责教孩子如何在失败之后思考教孩子“永不言弃”第六章 家长不要对孩子回避“性”问题性问题是一个回避不掉的问题孩子手淫怎么办喜欢和异性交往，不是孩子的错要理解孩子的性好奇怎样跟孩子谈青春期的身体变化家长是防止孩子偷尝禁果的第一道防线第七章 如何应对孩子的叛逆心理巧妙接近“犯拧”的孩子学会正视孩子的“叛逆”让孩子进行适当发泄巧妙应对孩子的任性采用高压政策会适得其反帮孩子平稳走过“叛逆期”第八章 帮孩子完成从自私到无私的转变溺爱是自私真正的根源没有人喜欢和自私的人交朋友自私是天生的吗让孩子在公益活动中学会奉献净化孩子的心灵让孩子学会感恩第九章 帮孩子走出自卑的泥潭让孩子坚信“天生我材必有用”先让心灵取得成功做个勇敢自信的孩子避免孩子产生自卑心理不要人为放大困难不要让孩子在自卑的泥潭中越陷越深这个世界不存在完美千万别指责孩子窝囊关注闪光点，树立孩子的自信心第十章 帮孩子摆脱依赖心理让孩子明白，自己只能靠自己不要做抵挡孩子失败的盾牌许多危险只存在于意识中不应与孩子过分亲密孩子什么都不会做怎么办“授人以鱼”不如“授人以渔”生命是不能被他人保证的第十一章 弥补孩子的性格缺陷让孩子变得有主见帮孩子摆脱虚荣心终结孩子的脏话千万不要让孩子变得贪婪培养孩子的耐心孩子懂得谦虚才能更进步孩子太听话未必是好事让孩子远离懒惰孩子爱撒谎，家长应该多反省让孩子学会礼貌待人引导孩子主动承认错误第十二章 用心纠正孩子的不良嗜好孩子注意力不集中怎么办不要一味迁就孩子的不合理要求孩子“吸烟喝酒”怎么办孩子染上恋物癖怎么办孩子爱打架怎么办孩子过分迷恋电视怎么办孩子喜欢奇装异服怎么办孩子偷拿家里的钱怎么办给沉溺于网络的孩子搭建“防火墙”参考文献

<<做孩子的心理咨询师>>

章节摘录

第三，与人为善，乐于与人交往。

对别人满腔热情，能与多数人建立良好的人际关系，能更和谐地与同学相处，积极态度(尊重、信任、喜悦)多于消极态度(嫉妒、怀疑、憎恶)。

第四，自尊自重，谦而不卑。

在社会交往中既不狂妄自大，又不退缩畏惧。

在行为上独立自主，有所为也有所不为。

第五，了解自己。

不仅能正确地认识自己的优点、缺点，而且能正确估计自己的能力、个性和情趣，能正确地认识自己、接纳自己、控制自己，能根据自己的优势和劣势妥善地安排自己的学习和生活。

孩子身心的健康是其生长发育的两个重要方面，心理健康不容忽视。

拥有健康的心理，孩子更聪明、身体更棒。

美国的儿科专家在研究中发现：孩子的心理因素与其成长发育有着密切的关系。

专家曾对一千余名少年儿童进行调查，这些孩子有的充分享受着双亲之爱，有的只能享受单一的母爱或父爱，有的享受的关爱很少，还有的根本享受不到任何爱。

统计显示，能够充分享受父爱、母爱的孩子，其发育状况比起其他孩子要好得多，平均身高、体重指数也较好，身材矮小比例较小。

这是因为，当孩子得不到爱，特别是得不到父母的爱时，幼小的心灵会蒙上一层阴影，这层阴影会妨碍孩子正常地进食、消化和睡眠，而且还会引起生长激素分泌混乱，最后导致长不高、长不壮，甚至发育不良。

调查中专家们还发现，原先生长在缺乏爱的环境里的几名孩子，身高明显低于同龄人，但后来回到父母身边，身高即恢复正常，然而再回到原先的环境，生长发育又再次减慢。

看来，心理健康与身体健康相关，没有心理上的健康，也就不会有真正的身体健康。

事实上，心理健康不仅关系身体健康，还关系智力发展。

最新研究发现，孩子早期的心理健康状况会影响大脑发育。

生活中的例子比比皆是。

刚上小学的乐乐就是这样，老师就说他反应迟钝、注意力不集中，口头表达和阅读理解能力都很弱，不爱参加集体活动，学习成绩也很不好，班主任多次与乐乐妈妈沟通。

乐乐妈妈很担心，带着乐乐去做了智力测试，这才知道乐乐的智商处于边缘状态，存在严重的学习障碍。

乐乐的父母都是博士，孩子怎么会有学习障碍呢？

经多处求医，乐乐的父母终于找到了答案。

原来乐乐从1岁到6岁就一直跟奶奶住，很少与父母在一起，也很少与外界接触，奶奶寡言少语，很多时候都是抱着乐乐看电视打发时间。

结果，乐乐从小就胆小、孤僻、不好动，智力发展大不如同龄孩子。

一般来说，心理健康的孩子往往表现出更多的积极情绪：轻松、愉快、乐观，这些情绪可激活思维，增强孩子的学习兴趣和记忆力。

长期下去，孩子不仅精力充沛、成绩好，其智力也能得到良好的发展。

反之，如果孩子长期处于焦虑、恐惧等不健康的心理状态下，可能会反应迟钝、思维不敏捷、记忆力下降，甚至会认知错乱，影响智力的正常发育。

心理健康关系到孩子身心的正常发展，也关系到孩子未来的事业成败。

当今社会，竞争异常激烈，生存的压力越来越大，孩子虽不像成人那样直接面对社会，但他们也有压力：老师的批评、同学的欺负、父母的训斥，还有学习上的困难与挫折。

克服这些困难，化压力为动力，需要一个健康的心理。

如果困难老是不能克服，压力总是无法及时转化，孩子的心理很容易受影响，滋生不良情绪：自卑、恐惧、怯懦、压抑、仇恨等，甚至可能埋下心理隐患，酿成惨剧。

<<做孩子的心理咨询师>>

近年来，令人震惊的青少年暴力事件频频发生便是例证。

云南大学学生马加爵杀害了自己的同学，湖南衡阳某初三学生毒倒了全家……这些事件的直接“导火索”有着惊人的相似：社会与家庭环境诱发了当事人的心理问题，而因为家长、老师及旁人的漠视，他们的心理问题未能及时得以化解，日积月累，最终引发血案。

<<做孩子的心理咨询师>>

编辑推荐

《做孩子的心理咨询师》随着社会竞争的日益激烈，孩子除了要承受学习的压力外，还要承受来自社会方方面面的压力。

父母学习心理学知识有助于父母了解孩子的心理特征及规律，准确判断孩子的心理状况，消除孩子的心理困惑，引导孩子树立健康的心态，形成良好的品质，让孩子更自律、更阳光、更出色。

从金钱和物质上关爱孩子，不如从精神和心理上呵护孩子。

我们要培养的是一个一生幸福的人，而不仅仅只是一个能考高分的人。

父母懂点心理学，才能轻松培育最优秀的孩子。

<<做孩子的心理咨询师>>

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>