

<<培养阳光孩子的58个细节>>

图书基本信息

书名：<<培养阳光孩子的58个细节>>

13位ISBN编号：9787506480185

10位ISBN编号：7506480182

出版时间：2012-3

出版时间：中国纺织出版社

作者：烟爱民

页数：232

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>

## <<培养阳光孩子的58个细节>>

### 内容概要

本书主要对孩子经常遇到的一些情绪困扰和心理问题进行分析，讲解孩子产生这些困扰的背后原因，并针对孩子的这些问题给父母提出一些切实可行的建议和对策。同时本书也指出了由于父母不正确的教育方式，导致孩子产生心理困扰的情况。希望父母们根据本书提出的建议认真改变自己不正确的教育方式，给孩子真正健康的爱。

## <<培养阳光孩子的58个细节>>

### 作者简介

烟爱民，邯郸人，中学教师，十二年教龄。

因教学理念新颖、实用，备受学生和同仁赞誉。

业余潜心家庭教育领域课题研究，曾在国内教育期刊发表论文数篇，出版专著《母亲是最好的教育家》、《男孩子成长99%靠妈妈》、《成就孩子一生的68个好习惯》等。

## <<培养阳光孩子的58个细节>>

### 书籍目录

#### 第一章 科学的养育是孩子心理健康的保障

- 细节1：了解孩子心理健康的标准一
- 细节2：为孩子创造和谐的家庭氛围一
- 细节3：放下家长的架子，做孩子的朋友
- 细节4：倾听孩子的心声，走进孩子的内心深处
- 细节5：关注孩子，给予其安全感
- 细节6：分享孩子的喜怒哀乐
- 细节7：用浓浓亲情呵护孩子的心灵

#### 第二章 教育孩子悦纳自我培养健全的自裁意识

- 细节8：教孩子喜欢自己，树立自信心
- 细节9：让孩子学会接纳不完美的自己
- 细节10：树立正确的人生观，别让心理成长偏离方向
- 细节11：启发孩子自我反省，学会把握自己
- 细节12：帮孩子顺利度过心理断乳期
- 细节13：帮助孩子克服自卑心理
- 细节14：鼓励孩子自立，克服依赖心理
- 细节15：教育孩子自我约束，做到自律
- 细节16：纠正自负，引导孩子客观认识自己

#### 第三章 培养积极的做事心理提高做事效率

- 细节17：教育孩子积极乐观地面对每件事
- 细节18：鼓励孩子以坚强的意志坚持到底
- 细节19：塑造孩子勇敢无畏的性格
- 细节20：让求知欲成为孩子探求世界的动力
- 细节21：积极利用孩子的求胜心
- 细节22：消除孩子的懒惰心理
- 细节23：正确引导孩子的追星心理
- 细节24：让孩子抓紧时间，克服拖沓习惯
- 细节25：培养孩子的注意力，养成专注的品质

#### 第四章 教孩子完善交往心理，善待他人

#### 第五章 引导孩子自我调节，培养高情商

#### 第六章 帮助孩子克服不良心理

#### 第七章 避免不良行为干扰孩子的心理健康

#### 参考文献

## <<培养阳光孩子的58个细节>>

### 章节摘录

版权页：现代社会，生活压力与日俱增，孩子也同样面对着很大的压力。

为了将来进入更好的中学和大学，小学生要努力参加各种竞赛、课外辅导班，提高自身的竞争力。

而进入中学的孩子，则面临着高考这个在某种程度上决定个人命运的考试，压力可想而知。

有些孩子家庭不富裕，在沉重的学业负担之余，还要为经济情况而忧心。

沉重的压力、不可预知的失败与挫折、有限的心理承受能力，要求孩子必须学会合理地宣泄，把这些压力和失败带来的消极情绪从人生的行囊中掏出去，轻松地迎接未来的风雨。

一个不懂得合理宣泄的孩子，很可能走到两种极端：一种是直接宣布投降，另一种是不面对现实，消极逃避。

第一种极端父母容易发觉，也可以及时采取措施对孩子进行引导和教育；而另一种极端则不容易为父母发觉，很容易导致孩子最终的失败。

合理的宣泄可以让孩子身心得到放松，避免心理承受过重的压力而崩溃。

过大的压力和打击带来的消极情绪长期堆积在心里，得不到有效的宣泄，将严重影响孩子的心理健康，并最终危害孩子的身体。

而那些采用逃避的方式来掩饰和隐藏情绪的孩子，则很可能遇到任何事情都选择逃避，形成不良的行为习惯，最终一事无成。

合理的宣泄，是指在不影响他人和正常的生活、学习的情况下，宣泄自己心中的苦闷、悲观、害怕失败等负面情绪。

这种宣泄不会带给他人危害，也不影响孩子正常的学习和生活，而对孩子有积极的作用。

因此，父母应该引导孩子进行合理的宣泄。

## <<培养阳光孩子的58个细节>>

### 编辑推荐

《培养阳光孩子的58个细节》编辑推荐：读懂孩子心灵的密码，揭示亲子教育的精髓。为家长培养阳光孩子提供最实用、最有效的方法的技巧。科学的教育是孩子心理健康的保障、教育孩子悦纳自我，培养健全的自我意识、培养孩子积极的做事心理，提高做事效率、教孩子完善交往心理，善待他人、引导孩子自我调节，培养高情商、帮助孩子克服不良心理、避免不良行为干扰孩子的心理健康。

<<培养阳光孩子的58个细节>>

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>