第一图书网, tushu007.com

<<家庭教育自助手册>>

图书基本信息

书名：<<家庭教育自助手册>>

13位ISBN编号：9787510407581

10位ISBN编号：7510407583

出版时间：2010-2

出版时间：新世界出版社

作者：米歇尔·布拉德利

页数：250

译者：胡木兰

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

第一图书网, tushu007.com

前言

“你还是没明白。
”马克叹道，“如果这本书真有这么好的话，早就有人写了，就不会有诸多特定的青少年言行举止方面的问题了，这些问题要复杂得多。
你不是总在说每个孩子都是本不同的书吗？
这些问题不是简单的生理问题，何况，你又不是斯波克博士（美国儿科权威、医学博士）。
”马克是同龄人中不建议我写这本书的第三人，他的建议很有道理。
想到一本书就能够帮助若干家庭解决这么多的问题，这足以让一个心理学家发疯的。
青少年存在的问题以及他们的家庭就像指纹一样大同小异。
正是这复杂性，促使思维敏捷的心理学家们著述这些非常大众的图书。
在人类行为这个过程中，成为个体的过程往往意味着变得不很正确，看起来很愚蠢。
那么，有人尝试着去写一本教子类图书时，书中内容只有具体的建议，其原因又何在呢？
原因在于后来那个星期发生在我身上的事情。
在一次青少年教育研讨会上，我在回答完一位母亲的问题后。
看到她略带愤怒地转着眼睛。
“那些理论不错。
”她叹道，“可是，今晚我回到家又该做什么呢？
这就是我来这里的原因。

内容概要

美国喜剧演员比尔·考斯比曾经宣称“所有儿童的大脑都受到了损坏”。
倘若这种情况在儿童身上确实存在的话，那么就可以想象该如何表述青少年了。
青少年似乎热衷于争执冲突，喜欢质疑你的价值观，他们选择那些让你担忧的人为友，尝试各种让你提心吊胆的药物(酒、毒品等)；他们会犯下让你瞠目结舌的判断错误，他们开始显得很怪异，他们认为你很怪异。
　每一个处在青春期的少男少女偶尔会变得不好控制，本书将帮助你应对这种情况，避免使两个问题升级成二十个问题。
你将会发现当你的孩子变得不可控制时，怎么做可以有效处理问题，哪些行为又会激化矛盾。
　这些方面包括的学识有：　★在面对69种常见的青少年问题时，要冷静、强而有力并且有效地应对。
　★设立标准和期望并且予以执行，不要给予监管或监视。
　★确知青少年的大脑发生着什么事儿——神经和心理上——还要确知如何和他们交流沟通。
　★希望孩子怎么行为表现，你就要如何行为表现(以身作则——你所掌握的最有力的技能)。
　★处理冲突、利用冲突，将其视为教育器具，如此你就不会再为冲突伤脑筋了。
　★避免各种的责罚方式(责罚只会滋生更严重的叛逆行为)．运用后果的作用(可以潜移默化地促进孩子不断学习)。
　★和孩子建立一种以尊敬为基础的关系，这种关系将会比任意一本管理的图书都能更好地让你的孩子安全的成长。

作者简介

作者米歇尔·布拉德利是一位心理学家和屡获殊荣的青春期话题专业作者，是美国大学专业心理学在治疗物质滥用障碍方面的认证人士。
他曾多次出现在“早晨好，美国”、“今日”、有线电视新闻网及全国公共广播电台，所著书籍包括畅销书《是的，你的青春期孩子疯了。
怎样不失

<<家庭教育自助手册>>

书籍目录

第一章 身体外貌问题 不完美的体形 衣着，穿戴性感 服饰，穿戴稀奇古怪 担心体形变得肥胖 头发，古怪发型 卫生情况，很差 穿孔，最想要的 文身，最想要的第二章 言谈举止问题 行为表现(蔑视、失礼、言语尖刻) 好打斗 生气，过度 不去道歉 无休无止的争论 谩骂 可能存在的多动症行为 要求独立 说谎 大发光火 拒绝接受责任 过度冒险 娇宠 喜欢暴力的事物第三章 健康问题 也许酒精和大麻都曾经尝试过 拒绝寻求专业咨询 可能有抑郁倾向 曾经有酗酒行为 吃得过多 吃得过少 恐惧，有些过度 与悲伤抗争 拒绝接受精神疗法、药物治疗 月经，初潮 存在情绪巨变的情况 可能有的强迫症 一定要完美 脆弱的自尊心 自残行为 睡得过少 正在吸烟 经受压力第四章 家庭问题 领养，所需处理的种种问题 卧室，脏乱不堪 电脑，使用过度 开始出现驾驶问题 憎恨双亲 被独自留在家里 要求个人空间 拒绝父母的宗教信仰 拒绝接受规则管制第五章 学业问题 作弊 不愿意做家庭作业 拒绝去上学 学习成绩差第六章 各种严重的问题 可能遭到了性暴力 患有厌食症贪食症 过度用药饮酒 有了身孕 离家出走 偷拿商店的东西l 有自杀情绪第七章 性和约会问题 和性情古怪的人约会 可能是同性恋 观看色情事物 在进行性行为第八章 交际问题 正被欺凌 拉帮结派，被受欢迎的学生排斥在外 没有朋友 受着同龄人的压力影响 内向害羞第九章 送与千禧年少男少女的分钟指南 青少年大脑的发展 青少年所处的文化背景 青少年心理的发展 贿赂奖励 沟通感同身受 作决定 寻求帮助 个性 养育青少年 性吸引

章节摘录

“ 朱莉，宝贝儿，你可以明天见男朋友嘛……就请你冷静一下嘛。
”养育即将进入青春期的孩子与棒球的常规赛季非常相像。
你是知道的，观看常规赛不用紧张，却很无聊、看似没完没了，这时，人们通常会早早离开比赛去买冰淇淋，而对比分是多少却不很关心。
他们打着呵欠说：“ 管它呢？
”“ 一场比赛没什么大不了的。
”常规赛季总是有几次让人心痛的失利局、几次令人振奋的获胜局，但在育儿赛季中大多数情况都是让人提不起精神的懒散状态。
而养育青少年则像是棒球的决赛，每次投球的动作都令你坐立不安，因为你知道，一个动作便可以结束整场比赛，这简直让人紧张心跳。
对于十几岁的孩子，一句话就可以让事情千头万绪。
大自然的恶作剧很多，这是其中的另一个恶作剧罢了。
我们抚养孩子，从孩子出生到他们10岁或11岁，要哄之入睡。
这，对我们中的少数人而言很辛苦，但是相对来说不是很难。
因为我们比我们的对手速度快很多、身体强壮得多、动作敏捷得多，事实上他们依然觉得我们很了不起。
他们仰慕我们，大多情况下对我们言听计从。
他们不听话时，我们可以逮住他们，把他们塞到房间里休息，如果你还有相关这些时刻的记忆，就好好回想尽情品味吧。
倘若还没有进入到养育孩子的决赛阶段，你可要做好意识防范，防范即将来到的暴风雨吧。
你10岁的乖女儿各个方面都很让你满意，恰逢这时，你望向窗外，看到了邻居站在门前草坪上，她13岁的女儿正冲着她发火、尖叫。
你得意地微笑着，很平静，开心地笑道：“ 我永远不会让自己的女儿这样和我说话的，那个妈妈肯定是教育方法不得当。
”绝不要有这样的想法！
几年后，回想起这些评断，对我们来说是无情的嘲讽，我们的“ 完美 ”女儿开始对我们发火、向我们尖叫。
我能保证，作为过来人，你的邻居不会像你当年对她下结论那样来评断你。
她只会悲伤地摇摇头，或是点上根蜡烛或为你祈祷，因为她曾经涉入过这一场场的战争，这些都是关于青春期言行的战争，这些战争会变得多么艰辛，她再了解不过了。
那么，这些战争又是如何开始的呢？
通常，它是个堡垒倾覆的时刻，是穿过你们融洽关系堡垒的第一发子弹，令人惊骇。
十年来，一些任务要求都能顺利地得到答复，此时她却发出一声冷笑，进行反叛：“ 准备做礼拜？
切，我才不会做那个无聊的礼拜呢，你甭管我。
”这时，可怕事情的发生很突然地给了我们一记耳光，让我们醒悟：“ 我管不了这个家伙了，她现在跑得比我快、长得比我壮实，反应也比我灵敏了，在她眼里我不再那么了不起了，我现在也不能逮住她把她扔房间待着了。
到底发生什么事儿了？
”发生的事儿就是，你的小宝贝儿正在长大。
（参见第九章“ 青少年大脑的发展 ”部分以及“ 个性 ”部分。
）某种程度上，她应该会变得有些目中无人，变得富有挑战性，这就是她的任务。
而你的任务就是，承认她也许比你强大、比你跑得快——但是她不及你聪明，除非你对她让步，听之任之。
你必须把决赛的赛事提高到新的水平，这样才不会再让你的优点限制在规模大小和速度快慢上，而是取决于聪明机智与否。

仅仅依靠我们的才智就能够处理这些有问题的行为举止问题吗？
绝对能！
不过，要在对待孩子时变得机智敏捷之前，我们首先得对自己机智，要把孩子的挑衅行为权且视为育儿工作的一小部分。
这不是对我们的人身攻击，虽然看起来绝对是对个人的攻击。
（参见第九章“养育青少年”部分。
）就像是造反一样，实际上，她们是在和我们呈现的东西（权威和控制）对抗，而不是在和我们对抗。
我们一旦记下这场把戏，下面的策略应用起来就容易多了，也很奏效。
只要功夫深，铁杵磨成针。
因此，你要注意的是：下面必注意的事儿和禁做的事儿，用以处理这些虽小但是很伤脑筋的战争。
记住，这些战争标志着孩子努力让自己成为大人的隐蔽又关键的讨伐过程。
铭记这点，以便这些小规模的开火不致演变成耗费精力的战斗。
别忘了，战争中没有赢家，尤其是发生在孩子和父母间的战争，只是一方比另一方失去的多一些而已。

媒体关注与评论

“这是我重点推荐的一本书。
我不单向我那些青少年患者的父母推荐本书，还向那些尝试在当今这个复杂、压力四伏的社会环境下养育儿女的所有父母推荐本书。
”　　——哲学博士萨姆·戈尔茨坦“一本很精彩、易懂并且又非常有益的书。
米歇尔·布拉德利的建议总是如此贴心到位，而且非常现实。
”　　——哲学博士安东尼·渥夫“养育青少年和进行一段崎岖不平的车程非常相似。
《家庭教育自助手册》这本书为这段旅程提供了一本简单易读、实用又很有价值的路径图册。
”　　——哲学博士大卫·沃尔什“无论是早期教育工作者还是家长，这套丛书都是难得的至宝。
它为孩子的全面发展提供丰富适宜的活动方案。
”　　——FPG教育机构改造一种思想，创造一种力量，这本书是你和孩子共同的朋友。
——《纽约时报》

编辑推荐

《家庭教育自助手册》：全美畅销教子读物再创奇迹。
全美畅销600万册《纽约时报》推荐教子类明星书籍已被翻译成20多种文字正在世界各地影响着孩子与父母，美国家庭教育协会推荐读物

第一图书网, tushu007.com

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