

<<12-18岁.帮助孩子对厌学说不>>

图书基本信息

书名：<<12-18岁.帮助孩子对厌学说不>>

13位ISBN编号：9787512704381

10位ISBN编号：7512704380

出版时间：2012-8

出版时间：中国妇女出版社

作者：严行方

页数：240

字数：220000

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>

## <<12-18岁.帮助孩子对厌学说不>>

### 前言

孩子厌学，钥匙在父母和老师手里。所谓厌学，是指中小学生对学习产生厌恶、反感、无所谓的一种心理倾向，主要表现为孩子不愿意、害怕去学校上课；常常以各种借口请假不上学，或无故旷课；即使到校上课，也是人在教室心不在焉；严重的甚至会离家出走、流落社会。

中小学生对厌学已经成为当今严重的教育问题。

要想改变它，就必须探究其成因，各个击破。

本书的出版，就是要试图探讨并解决这个问题。

厌学是一种普遍现象。毫不夸张地说，厌学在当今中小学生对中已经非常普遍。

2007年3月开学后，北京市青少年法律与心理咨询热线接到的咨询电话中，90%以上是关于厌学的。中国青少年研究中心与北京师范大学联合组织的全国中小学生对大型调查表明，因为“喜欢学习”而上学的小学生对只有8.4%，初中生10.7%，高中生4.3%；他们认为，最有效（能考高分）的学习方式依次是上课听讲、做作业；而他们最喜欢的学习方式则依次是做实验、用电脑、读课外书。

上述教和学的矛盾，课程设置与孩子兴趣的矛盾，是造成厌学的最主要原因。

这表明，厌学的主要责任不在于孩子，而在于中小学生对教育教学本身。

厌学是一种心理障碍。厌学是中小学生对一项最具危险性的心理障碍，不可等闲视之。

从心理学角度看，厌学是消极对待学习的一种行为反应模式，表现为对学习认识存在偏差，情感上消极对待，行动上主动远离；学习目的不明确，对学习缺乏兴趣；上课不认真听讲，不能完成作业，害怕考试；恨书、恨老师、恨学校，旷课逃学；严重的甚至一听到学习就会恶心、头痛、脾气暴躁、情绪反常。

靠发火不能解决厌学问题。厌学的原因多种多样，对策也是五花八门，但有一点是肯定的，那就是：父母和老师不可能仅仅凭唠叨、逼迫、威胁、惩罚，就能把“厌学”变成“爱学”。

因为孩子年纪尚小，还不具备内省条件。

中小学生对学习兴趣的淡薄，直接影响着他们的求知欲和最终成绩。

教育是一门“根雕艺术”，而不是“压模技术”。

父母和老师如果硬要把孩子压铸成不适合他们的角色，只会激怒自己，强化孩子的厌学情绪。

解决厌学的出路在孩子的自我教育。父母和老师必须明白，孩子的无组织性，只是懒散毛病和不成熟的表现，并不是反抗或有意不从不。

一方面，成人要把孩子当做独立个体来尊重；另一方面，要尽力帮助孩子适应学校，热爱学习，永远不失信心。

解决厌学的根本对策在于孩子的自我教育。

也就是说，要让孩子培养起良好的学习习惯，在学习中体会到快乐。

本书从各种各样的厌学因素中，仔细遴选26个最关键的因素，逐个解剖、分析，帮助父母和老师用最少的时间、最少的口舌，引领孩子从厌学走向好学、乐学、善学，并分享孩子的成长和快乐。

值得注意的是，每个孩子的厌学原因都不是单一的，也不是一成不变的，需要多管齐下、综合治理，才能收到实效。

作者

## <<12-18岁.帮助孩子对厌学说不>>

### 内容概要

《12-18岁，帮助孩子对厌学说“不”》由严行方编著。

解决厌学的根本对策在于孩子的自我教育。  
也就是说，要让孩子培养起良好的学习习惯，在学习中体会到快乐。

《12-18岁，帮助孩子对厌学说“不”》从各种各样的厌学因素中，仔细遴选26个最关键的因素，逐个解剖、分析，帮助父母和老师用最少的时间、最少的口舌，引领孩子从厌学走向好学、乐学、善学，并分享孩子的成长和快乐。

## 作者简介

严行方，家庭教育研究专家。

主要家教图书有《富孩子，穷孩子》《从从容容做父母》《打开学生智慧之门》《高分一定有方法》《厌学一定有对策》《放心让孩子用电脑》《作业太多有妙计》《我家孩子不任性：儿童自制力训练80法》等25部。

书籍目录

第1章 学科篇——找准问题才能有的放矢

第1节 全科性厌学

摸清厌学的真正原因

重拾自信，健全人格

从学习习惯和方法着手改进

因材施教，尝试另类教育

不让厌学发展成逃学

第2节 偏科性厌学

找准偏科性厌学的原因

孩子偏科，责任主要在老师

如何纠正偏科现象

偏文偏理，如何纠偏

兴趣形象转换训练

第3节 阶段性厌学

起始年级的厌学对策

高年级的厌学对策

开学之初的厌学对策

临近考试的厌学对策

其他阶段性厌学对策

第4节 天才性厌学

体谅好学生的苦恼

满足孩子自身发展需要

天才性厌学结果难料

谨慎对待“退学习艺”

为什么名校的厌学率反而高

第5节 学困性厌学

探究学习困难的真正原因

良好的学习习惯有助于孩子轻装前进

让孩子对困难有心理准备

提供分层教育环境

尊重孩子有助于扭转厌学情绪

第2章 家庭篇——良好的家庭环境有助于孩子爱上学习

第1节 溺爱性厌学

父母要提高文化素养

独立能力差导致厌学

提高孩子的抗挫折能力

改进教养方式，克服心理问题

增强孩子的人际交往能力

第2节 唠叨性厌学

唠叨容易让孩子产生厌学的潜意识行为

唠叨容易让孩子产生心理障碍

经常唠叨，效果适得其反

盲目批评会加剧孩子厌学

学会“有话好好说”

第3节 放任性厌学

## <<12-18岁.帮助孩子对厌学说不>>

工作再忙也不能忘了教育孩子

注意对孩子的言传身教

不要把气撒在孩子身上

对孩子不迁就、不放任

正确对孩子撒手的办法

### 第4节 强迫性厌学

释放孩子的自然天赋

孩子的学习热情可以培养

支持孩子的合理休闲

注重学习过程胜过考试成绩

用“根雕艺术”代替“压膜技术”

### 第5节 短视性厌学

引领孩子认清方向

破除“读书无用论”的影响

解决为什么学习的大问题

学习动机需要培养和激发

提升孩子的需求层次

### 第6节 乏味性厌学

学习乏味与否是相对而言的

认清乏味性厌学的根源

培养兴趣，树立信心

遵循“教育即生活”的理念

少提“学海无涯苦作舟”

## 第3章 学校篇——孩子的进步离不开老师的帮助

### 第1节 厌师性厌学

强调孩子的主体作用

协调和改善师生关系

创造良好的学习氛围

学“孟母三迁”，择校择师

向校外名师拜师求教

### 第2节 体罚性厌学

体罚培养不出人才

父母要关注孩子是否在校受到体罚

尊重孩子休息的权利

少一些不讲情理的做法

谨防棍棒教育逼走孩子

### 第3节 嘲笑性厌学

弄清孩子为什么嘲笑别人

不能忽视嘲笑给孩子带来的危害

让孩子学会不嘲笑别人

让孩子学会面对嘲笑

让孩子学会自我解嘲

### 第4节 伤害性厌学

小心呵护孩子的自尊心

不能抓住问题孩子的缺点不放

注意用好“暗示原则”

避免使用冷暴力

## <<12-18岁.帮助孩子对厌学说不>>

锻炼孩子增强心理承受力

### 第5节 敌对性厌学

挖掘孩子身上的闪光点

创设宽松的家庭环境

惩戒并不等于打骂

学习不是苦役

消除敌对情绪是消除厌学情绪的关键

## 第4章 自身篇——强大内心使学习之路更畅通

### 第1节 孤独性厌学

让孩子生活在朋友中

融洽校内人际关系

避免孩子形单影只的办法

帮助孩子在课堂上营造活跃气氛

让孩子有成功体验

### 第2节 自卑性厌学

抛掉不正确的家教观念

加强孩子的非智力因素培养

让孩子从内心肯定自己

让孩子重新认识自我价值

帮助孩子树立学习自信心的办法

### 第3节 抑郁性厌学

让孩子保持愉快的学习心境

谨防孩子失去求学动能

整齐划一的要求容易导致厌学

抑郁之下，迷信思想抬头

青春期的孩子容易抑郁

### 第4节 过敏性厌学

帮助孩子克服个性弱点

抑阻消沉，脱敏治疗

心理安慰，调整情绪

注意潜意识的条件反射

别碰那根容易搭错的筋

### 第5节 偏执性厌学

不给偏执创造条件

赏识教育的过度效应

厌学痴迷心态的应对策略

目标延迟与情绪泛化

精神刺激与心理障碍

### 第6节 病痛性厌学

强身健体有利于学习精神倍增

培养孩子的坚强性格

理性对待孩子“考试得病”现象

孩子装病怎么办

谨防精神性疾病侵袭

## 第5章 社会篇——远大理想是各种诱惑的防火墙

### 第1节 环境性厌学

调节孩子的成长环境压力

<<12-18岁.帮助孩子对厌学说不>>

改善家庭教育环境

营造学校学习氛围

帮助孩子适应学校生活

孩子的“生态环境”保护，人人有责

第2节 网瘾性厌学

为什么网瘾偏爱中国孩子

网络成瘾的表现和治疗方法

不要随意给孩子戴网瘾“帽子”

克服网瘾关键在亲子沟通

父母对网瘾孩子不能丧失控制权

第3节 早恋性厌学

弄清早恋流行的原因

满足孩子的“皮肤饥饿”

少用“热炉法则”，多用“刺猬原则”

防止孩子跌入性陷阱

解铃还需系铃人

第4节 闯荡性厌学

了解特点才利于有效引导

有理想的孩子不会迷路

让孩子正视现实

预防针要提前打

父母要不怕反复，永不放弃



## &lt;&lt;12-18岁.帮助孩子对厌学说不&gt;&gt;

## 章节摘录

【经典案例】 天津女孩刘星从小就特别喜欢学习。

中考时，她以几分之差与一流学校无缘，进入了一所二流重点高中。

整个暑假里，刘星都在反复检讨自己，自我诊断是自己对学习还不够努力。

她发现和自己最要好的一位女生，之所以能考上一流学校的重点班，就是因为能保证所有时间都在看书。

即使在课间休息时，其他同学说话声音响一点儿，她都会毫不客气地提醒他们：“请勿打扰！”

读高一时，刘星顺利地度过了适应期，学习成绩好，人际关系也不错。

暑假分班时，她认真研究了学校设立高二理科实验班的政策，坚信自己肯定能进入。

遗憾的是，开学之初，她被分到了普通班。

为此她大哭了两天，恳求爸爸找关系帮她进重点班，但没有成功。

刘星第一次觉得，家庭很难给予她所期待的帮助。

自己一定要成功，只有这样，才能保证父母将来有一个安稳的晚年生活。

为此，刘星把所有时间都用在在学习上。

除了读书，她对什么都不感兴趣。

她说，她每次吃饭只用10分钟，即使这样，还会为自己“浪费”了这10分钟感到内疚，事后一定会把这10分钟补回来用在在学习上。

令刘星恼火的是，她的同桌爱说爱笑，害得她无心念书，期中考试没能考进前10名。

她找到班主任，要求换一个内向的、爱学习的同桌。

班主任说：“我正在考虑全班座位大调整，就请你草拟一个方案吧。”

刘星的换座方案出台后，引发了全班的轩然大波，大家纷纷认为她这是要拆散所有和谐相处的同桌。

于是，她成了全班“公敌”。

在这种情况下，刘星的情绪糟透了，思想开始处于一种强烈的混乱状况，怎么也无法静下心来读书。

在接下来的一次考试中，她的名次落到了30多名。

于是，她产生了强烈的厌学情绪，坚决要求转学。

心理医生建议刘星调整一下情绪试试看。

她试着这样做了，猛然间发现原来同学们对她都很友善。

刘星很快又回到了学习状态。

天才性厌学：指发生在那些勤奋、好学、具有强烈的学习动机并甘愿为此付出一切代价的中小學生身上的厌学行为。

天才性是天才人物所特有的气质，包括毅力、勤奋、人迷、忘我等。

一个人最优秀的品质，不仅仅在于智力，更在于不达目的誓不罢休的气概。

任何有成就的人都是通过努力奋斗、工作，从而赢得命运之神垂青的。

但同时也应当看到，志向越是高远的人，遇到的困难也越大。

具体到中小學生来说，他们同样会因此产生厌学情绪，虽然其表现方式、结果都可能会与学困性厌学有所不同。

天才性厌学的根源在于应试教育体制。

中小學校多年来一直以升学率考核教师，教师又以升学率考核学生，这样就导致这种现象：孩子考试成绩好就会赢得褒奖和鼓励，孩子考试成绩差则会受到批评与漠视。

虽然总体来说天才性学生学习成绩突出，可是以考试成绩排名，除了前几名，其他学生的自尊心和自信心都会受到不同程度的伤害；而即使是第一名的孩子，内心也往往是诚惶诚恐，因为如果下次名次跌落了，会受到父母和老师的批评，而谁都无法保证永远会是第一名。

因此，成绩好的孩子背负着更大的精神压力，从而导致厌学。

针对天才性厌学，父母和老师主要把握以下几点：· 体谅好学生的苦恼 · 所谓好学生是相对而

## <<12-18岁.帮助孩子对厌学说不>>

言的。

而且即使是好学生，也不能保证次次考试都名列前茅。

所以，父母和老师非常有必要体谅好学生的苦恼，这对减轻天才性厌学情绪很有帮助。

在这方面，父母主要关注以下三点：对孩子保持一种平和心态 随着年级的增长，学习难度也在加大，孩子要保持学习成绩不下降，唯一的办法是必须加倍努力。

然而，一个人的能力是有限的，学习成绩上下波动也是很正常的。

父母如果能保持一种平和心态，不因为一时的得失而苛求孩子，孩子才会对学习感到有信心，才不至于产生厌学情绪。

细心察觉孩子的厌学情绪 要细心察觉孩子的厌学情绪，因为即使是好学生，也并没有父母和老师想象得那么快乐。

有个中学生学习成绩十分优秀，可是她从大年初七开始，每天都要在家里不断地擦拭厕所，几乎把马桶的釉面都要擦破了，最长的一次竟然擦了40分钟。

父母好奇地问她，她解释说，马上就要开学了，她担心学校里的厕所不干净，所以就忍不住要擦厕所。

心理医生认为，这个孩子的行为并不是孤立的，而是由于厌学导致的一个心理过程，其实质是在无意识中寻找借口逃避上学。

诱导孩子宣泄消极情绪 当孩子心中有了厌学情绪后，父母应诱导他们充分宣泄包括厌学情绪在内的各种消极情绪，不断给予鼓励、理解。

有一个学生学习成绩很好，不过这是他每天学习到深夜的代价换来的。

可是即使这么努力，有一次他的考试成绩还是有所退步，心里觉得很烦躁，经常说头疼、难受、不想上学。

针对这种厌学情绪，父母就要为孩子重新制订学习计划了，晚上的复习重点主要是针对当天老师讲解的内容进行整理、复习。

当觉得学习效率不高时，让他用凉水去洗洗脸，打开窗户透透气，休息一下换做另一门功课，或者干脆休息一晚上。

P31-33

编辑推荐

《12-18岁，帮助孩子对厌学说“不”》由严行方编著。

厌学是什么？

厌学是学生对学习的负面情绪表现，从心理学角度讲，厌学症是指学生消极对待学习活动的行为反应模式。

孩子厌学会怎样？

不愿意、害怕去学校上课；常常以各种借口请假不上学，或无故旷课；即使到校上课，也是人在教室心不在焉；严重的甚至会以死相逼不肯上学、流落社会。

如果孩子厌学，父母应该怎么办？

找到原因，对症下药，有的放矢地帮助孩子克服厌学这个“敌人”！

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>