

<<如何培养孩子的社会能力2>>

图书基本信息

书名：<<如何培养孩子的社会能力2>>

13位ISBN编号：9787550208995

10位ISBN编号：7550208999

出版时间：2012-8

出版公司：北京联合出版公司

作者：默娜·B·舒尔

页数：262

字数：201000

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>

## <<如何培养孩子的社会能力2>>

### 内容概要

8~12岁,是孩子进入青春期反叛之前的一个重要时期,是孩子身体、行为、情感和社会能力发展的一个重要分水岭。

同时,这也是父母的一个极好的契机——教会孩子自己做出正确决定,自己解决与同龄人、老师、父母的冲突,培养一个快乐、自信、社会适应能力强、情商高的孩子——以便孩子把精力更多地集中在学习上,为他们期待而又担心的中学生活做好准备。

## <<如何培养孩子的社会能力2>>

### 作者简介

默娜·B·舒尔 (Myrna B. Shure Ph.D.) 博士，儿童发展心理学家，美国亚拉尼大学心理学教授。她为家长和老师们设计的一套“我能解决问题”训练计划，以及她和乔治·斯派维克 (George Spivack) 一起所做出的开创性研究，为她荣获了四项国家级大奖：一项美国心理健康协会大奖 (1982年)、三项美国心理学协会大奖 (1984年、1986年、1994年)。她还是心理健康和预防青少年行为问题方面的媒体顾问。她根据这些研究出版的《如何培养孩子的社会能力》(Raising a thinking Child) 一书，是全美畅销书，并获美国“家长的选择”图书奖。

在本书中，舒尔博士详细、具体地介绍了将“我能解决问题”法运用于8~12岁孩子的方法和效果。

## <<如何培养孩子的社会能力2>>

### 书籍目录

- 前言
- 引言
- 第1章 行为不同的孩子思维不同
  - 在8~12岁这个阶段, 孩子们要经历生理、人际交往、情感和认知能力方面的迅速变化。
  - 而且, 各个方面的变化不是同步的.....在如何处理问题方面, 孩子们也会表现出很大的不同.....那些有解决人际问题能力的孩子往往能够茁壮成长, 而那些缺少这种能力的孩子日后可能会出现出问题.....
  - “我能解决问题”技能之一: 理解别人的感受和看法
  - “我能解决问题”技能之二: 理解别人的动机
  - “我能解决问题”技能之三: 找到可替代的解决方法
  - “我能解决问题”技能之四: 考虑后果
  - “我能解决问题”技能之五: 分步计划
  - “我能解决问题”技能的实际应用
  - 能力强的孩子为什么仍然需要“我能解决问题”法
- 第2章 四种养育风格
  - 当父母想改变孩子行为的时候, 他们会怎么说呢?
  - 在多年的观察和研究之后, 我得出的结论是, 父母们在大多数时候会采用以下三种方法之一: 运用权威, 给孩子建议, 或进行解释。
  - 权威法
  - 建议法
  - 解释法
  - 解决问题法
- 第3章 我有什么感受, 你有什么感受
  - 了解人们对于事情的感受, 对于解决日常生活中经常出现的问题非常重要。
  - 要缓和一个人的愤怒、沮丧或恐惧, 我们必须先要了解并理解他的感受。
  - 学会关注并认真对待别人的感受的惟一方法, 就是首先要认真对待和关注我们自己的感受.....孩子的行为是以其感受为基础的.....
  - 孩子们怎样看待情感
  - 谁应该参加
  - 学会“解决问题法”
  - ?什么时候开始学
  - ?如何谈论情感字词
  - ?“担心”和“宽慰”
  - ?“同情”和“共情”
  - ?“不耐烦”和“失望”
  - ?其他情感字词: “孤独”、“嫉妒”、“尴尬”
  - ?不同的人, 对同一件事情有不同的感受
  - ?对同一件事有不同的感受
  - 游戏和活动
  - ?模仿电视抢答游戏
  - ?索引卡片
  - ?填写卡通气球
  - ?编情感故事
  - 情感字词在现实生活中的运用
  - 有关情感字词的另外一些小对话

## <<如何培养孩子的社会能力2>>

### 小结

#### 第4章 有人在听吗

我们往往认为听是理所当然的。

然而，我们很多人——不论大人还是孩子——都没有真正地倾听。

结果，我们就无法解决问题。

如果我们不真正听别人在对我们说什么，或者我们在对别人说什么，我们就不知道问题所在，以及如何解决……倾听能力是解决问题能力的第三个核心组成部分……

教孩子学会听

为什么要倾听

?避免得出错误的结论

在现实生活中获取完整信息

?了解别人的需要

?注意重要的线索

在现实生活中

运用解决问题法：现实生活中的“我能解决问题”对话

### 小结

#### 第5章 事情总是如表面那样吗

经常出现的情况是，事情并不总是像表面上看上去的那样……当人们对一个人的动机得出匆忙、不准确的结论时，就会误解那个人的意图……人们有时候在一件事情发生的当时了解不到全部事实，而且有时候过去了很久之后仍然如此……

某一时段的行为：“他为什么那么做？”

?收集足够的信息

?解读可见线索

?解读可见线索的活动

?实际生活中的某一时刻的行为

一贯行为：“为什么他会那样？”

?理解一贯行为的活动

?现实生活中的一贯行为

### 小结

#### 第6章 要想解决这个问题，我还能怎么做：寻找多种解决问题的办法

社会能力强、情商高的孩子，能够想出不同的办法来解决问题，而不是做出冲动的反应，或者在第一次尝试失败后就放弃……

学会思考多种解决问题的办法

?在虚构的情境中运用多种解决办法

在现实生活中

?孩子与孩子之间的问题

?孩子与父母之间的问题

### 小结

#### 第7章 接下来会发生什么：学会考虑后果

不要告诉孩子做什么、不做什么或者为什么这样做或那样做——孩子自己能够学会思考……但是，除了问“我还能做什么”之外，同样重要的是问“如果我那样做，接下来可能会怎么样”。

我们要帮助孩子们学会关注各种情感，还要学会考虑自己的行为所造成的其他可能后果……

学会考虑行为的后果

?思考需要时间

?虚构人物的行为所造成的后果

## <<如何培养孩子的社会能力2>>

和父母们谈谈后果

在现实生活中

?孩子们之间的问题

?兄弟姐妹之间的问题

?父母和孩子之间的问题

?老师和孩子之间的问题

小结

### 第8章 我的计划是什么

有时候，解决人和人之间的问题，需要一种更加复杂的技能，叫做手段-目标思考，或分步计划。大约在8岁的时候，那些解决问题能力强的孩子和解决问题能力不那么强的孩子，在这个技能上就会表现出明显的不同.....孩子们需要把几项能力结合起来，才能制订出好的分步计划.....

培养制订分步计划的技能

?实现目标的步骤

?会遇到什么障碍

?行动的时机

?实现目标需要多长时间

综合运用

在现实生活中

小结

### 第9章 “我能解决问题”的高级技能：综合运用多种技能

在这一章，我们将看到如何将“我能解决问题”的各种技能结合起来——首先是将两项技能结合起来，然后是三项——帮助孩子们解决他们所面对的问题。

在虚构情景中

?关于友谊

?对付欺负人的行为

在现实生活中

?交朋友

?终止友谊

?应对恐吓

?当父母要求孩子终止友谊时

处理失望情绪

应对必须等待的情况：在虚构情景中

现实生活中的等待

小结

### 第10章 “我能解决问题”法适合我吗：父母们关心的一些问题

那些对孩子的行为给予更多思考的父母，也会更多思考自己的行为。

“对话可以缩短些吗？”

”

“让孩子自己思考，岂不是对他失去控制了吗？”

”

“用这种方法，孩子会认为他想干什么就干什么吗？”

”

“这种方法任何时候都适用吗？”

”

“我的孩子有多动症，这种方法会有帮助吗？”

## <<如何培养孩子的社会能力2>>

“这种方法适合我吗？”

”

小结

第11章 一份“我能解决问题”测试卷

我设计了一个测试，来看看你能否熟练地将“我能解决问题”法与“权威法”、“建议法”和“解释法”区分开来。

孩子们之间的问题

父母和孩子之间的问题

后记 预防十几岁的孩子出现严重问题：吸毒、怀孕、暴力

## <<如何培养孩子的社会能力2>>

### 章节摘录

版权页：插图：总之，那些能够理解人们对一件事在不同的时间会有不同感受的孩子（“我现在感到难过，但很快我就会感到高兴”或“妈妈不会总是生气”），能够把注意力集中到积极的情感方面，从而有助于从暂时的伤痛中恢复过来。

那些能理解自己对于一件事情会有复杂感受的孩子，能够把注意力集中在好的感受上，并以此作为克服焦虑和恐惧的方法。

这些技能，为孩子理解别人相互矛盾的感受，并帮助那些有类似痛苦的人铺平了道路。

谁应该参加 谈论自己的感受对于所有的孩子都是有益的。

大多数父母认为对于女儿来说确实如此，但说到儿子时，他们就会怀疑。

他们担心儿子会由于害怕被取笑或谩骂而拒绝和朋友谈自己的感受，并且在家里也不愿意谈，因为“女孩子才那样做”。

确实，从孩子刚出生开始，父母——尤其是母亲——对女儿表达的情感就比对儿子表达的多。

而且，当孩子到学前年龄的时候，父母和女儿谈论的情感（除了生气）也比和儿子谈的多。

一些人认为，儿子一定不能表现出太多的情感，否则会被认为是“离不开妈妈的孩子”。



## <<如何培养孩子的社会能力2>>

### 编辑推荐

《如何培养孩子的社会能力2(教8-12岁孩子学会解决冲突和与人相处的技巧)》不但获得了1996年美国“家长的选择 (Parents' Choice Award)”图书奖,成为全美畅销书,无论你是已经熟练地掌握了《如何培养孩子的社会能力2(教8~12岁孩子学会解决冲突和与人相处的技巧)》中的方法,还是第一次使用这个方法,《如何培养孩子的社会能力2(教8-12岁孩子学会解决冲突和与人相处的技巧)》都将证明其价值。

它会帮助你回答这样一个问题:“我的孩子怎样才能学会解决现在和将来所要面对的问题呢?”任何时候学习“我能解决问题”方法,都不算太晚。

<<如何培养孩子的社会能力2>>

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>