

<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

图书基本信息

书名：<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

13位ISBN编号：9787553407234

10位ISBN编号：7553407232

出版时间：2013-3

出版时间：钟思嘉 吉林出版集团有限责任公司 (2013-03出版)

作者：钟思嘉

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>

<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

内容概要

《少问孩子为什么 多问自己怎么做》是美国俄勒冈大学博士、台湾政治大学心理学院院长钟思嘉教授通过30年亲自关系心理辅导课所积累的丰富经验中的精华部分。

作者从大量的辅导案例中归纳了父母从孩子出生到青春期之间所能遇到的最典型的教育问题，如拖拉磨蹭、挑食偏食、不爱学习、拒绝沟通、过分叛逆等，并从心理学角度深入剖析了孩子种种行为背后的真实心理状态，系统介绍了解决的方法和技巧，为父母正确处理亲子关系提供了可遵循的原则和可操作的模式，让父母真正懂得孩子的心，并使父母有足够的信心和方法去解决问题。

<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

作者简介

钟思嘉，美国俄勒冈大学教育心理与咨询博士，华语世界杰出的亲职教育专家，台湾政治大学心理系教授、博士生导师，中国健康家庭协会理事长，豆豆儿童训练中心首席顾问。

曾任台湾政治大学心理学院院长、台湾心理学会理事及台湾心理辅导学会第五任会长，具有近30年的教育工作和心理学研究经验。

现任哈尔滨工程大学应用心理学研究所首席专家兼副所长、家庭教育研究与推广中心主任、黑龙江省高等学校心理健康教育教师培训基地首席专家。

主要出版著作有《别让孩子输在情商》《培训有责任感的孩子》《做个称职的父母》《父母效能培训手册》等。

<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

书籍目录

第一章父母必知的孩子的三个心理需求 第一节孩子追求被爱、被接纳、被关注 归属与安全的需求伴随孩子一生 孩子一出生就渴望得到父母的爱 孩子为了让父母接纳自己会做各种努力 孩子的不良行为是为了引起父母的关注 第二节孩子追求被家族接纳和为家族服务 孩子一出生就有家族序位意识 尊重孩子在家庭中的位置 第三节孩子追求个人信念的外在实现 三大因素影响孩子的信念系统 帮孩子认清真实的自己 警惕孩子在成长中的“目标扭曲” 生活的挑战, 让孩子的信念渐趋成熟 第二章只有错误的行为, 没有错误的动机 第一节儿童期孩子的偏差行为及动机 胡闹: 渴望得到父母的注意 拖延: 为自己争取权利 报复: 为了获得心理平衡 自暴自弃: 为了保护自己 第二节青少年期孩子的偏差行为及动机 追求兴奋刺激: 一种自欺欺人的麻醉 偏差行为: 期待同辈接纳 “对着干”: 追求优越感 第三节帮孩子找到正确满足内心需求的方法 为了达到目的, 孩子会尝试各种方法 孩子的任何行为, 背后总有一些积极动机 引导孩子, 让孩子掌握有效的方法 针对孩子的负面行为, 处理原则至关重要 第三章听的学问, 激发孩子诉说的意愿 第一节孩子为什么不愿和你说话 父母以指挥官自居 父母以道德家自居 父母以万能者自居 父母以法官自居 父母以批评家自居 第二节你知道如何倾听孩子吗 倾听技巧之一: 接纳和了解 倾听技巧之二: 停、看、听的观察式倾听 倾听技巧之三: 留意孩子的非语言行为 倾听技巧之四: 关注孩子的说话内容 倾听技巧之五: 反映倾听 倾听技巧之六: 采用反映式措辞 第三节如何打开孩子的话匣子 合理猜测孩子的非语言行为 提供孩子陈述意见的机会 父母不妨先开口 第四章说的技巧, 让沟通更顺畅有效 第一节用表达感受和关心代替责骂和批评 批评或抱怨只能带来敌意和反抗 “我的信息” 让孩子明辨自己的职责 “我的信息” 强调对事不对人 如何用好“我的信息” 生气让“我的信息” 失效 第二节把孩子的问题还给孩子 明辨问题所有权, 让爱不越位 五步骤帮孩子解决自己的问题 五步骤让父母在协商中解决自己的问题 第三节几种有效的亲子沟通术 开放式沟通让孩子乐于分享情绪 问出孩子心里真实的想法 让孩子学会处理自己的问题 第五章不惩罚, 用行为结果培养有责任心的孩子 第一节孩子必须为自己的行为负责 与其反复叮咛, 不如让孩子看到“恶果” 与其惩罚, 不如让孩子主动反省、纠正 第二节行为结果法的九个“隐形杀手” 时宽时严, 尺度紊乱 同情怜悯, 过犹不及 过分在乎别人的看法 “苦口婆心” 地说教 沟通时机不当 态度不友善 企图控制孩子 侦查孩子的言行 给犯错误的孩子贴标签 第六章不奖励, 只鼓励, 激发孩子强大的自信 第一节鼓励比称赞更有效 鼓励 称赞 称赞可以转化为鼓励 语言积极能表达鼓励 第二节提升鼓励效果的六个原则 无条件地接纳孩子 多强调积极的一面 充分肯定孩子的努力和进步 及时发现孩子特有的能力 避免说出让孩子沮丧的话 父母也要学会自我鼓励 第三节有效鼓励的十个策略 鼓励孩子自我负责 感激孩子对家庭的贡献 向孩子咨询, 采纳孩子的合理建议 鼓励孩子自己做决定 容忍犯错, 鼓励孩子从错误中成长 重视过程, 弱化结果 强调积极, 发掘孩子 潜在的优点 信任孩子的判断 化期望为信任和鼓励 帮助孩子从经验中学习 第七章家庭会议让孩子像大人一样得到尊重 第一节家庭会议: 亲子沟通的重要活动 家庭会议有什么功能 怎样创造家庭会议 家庭会议怎样进行 第二节家庭会议, 用对方法才能奏效 家庭会议中的议事规则 家庭会议中的领导技巧 有关家庭会议常见问题的解答 第三节建立有效家庭会议需遵循的原则 会议召开要定时 主席、记录员要确定 会议时长要控制 意见表达要自由 讨论事项先公布 牢骚抱怨要疏导 家务分配要公平 休闲活动有安排 沟通技巧要善用 第四节创造民主家庭关键在父母 重新检视自己的做法 避免自我挫败的想法 采取持之以恒的行动 第八章着眼未来, 帮孩子提升生活能力 第一节财商必须从小培养 管理金钱从零用钱开始 给爸爸妈妈“打工” 帮孩子养成储蓄的习惯 让孩子体验花钱的艺术 告诉孩子家里的经济状况 第二节让孩子懂得如何与祖辈相处 孩子需要来自祖辈的无条件的爱 祖父母是传递亲情和家族历史的桥梁 祖孙关系能帮孩子正确认识未来 祖父母也需要自己的空间和时间 避免代际冲突的八个方法 第三节优秀的人际交往能力让孩子受益一生 让孩子学会与别人合作 让孩子独自解决人际交往问题 巧妙应对孩子的不受欢迎的朋友 孩子交友困难怎么办 第四节生涯教育, 和孩子一起设计人生 帮助孩子从小发展兴趣和志向 在职业角色游戏中发现孩子的天赋 第九章见招拆招, 随时应对孩子的“挑战” 第一节孩子每天都会向你发出“挑战” 孩子早上不起床怎么办 如何处理孩子放学后的“动乱” 孩子不吃晚餐怎么办 孩子就是不睡觉怎么办 应对孩子“挑战”的六个原则 第二节巧妙应对孩子耍的小“把戏” 小“把戏”之出口成“脏” 小“把戏”之相互争吵 小“把戏”之故意“示弱” 小“把戏”之“睁眼说瞎话” 小“把戏”之顺手牵羊 小“把戏”之敌视父母 小“把戏”之损

<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

人利己 小“把戏”之无理哭闹 小“把戏”之破唱片效果 小“把戏”之拖延战术 第三节矫正青少年的“特殊行为” 孩子为什么要说谎 孩子偷窃怎么办 怎样应对孩子的粗暴易怒 孩子过于依赖怎么办 孩子酗酒、滥用药物怎么办 父母怎样去影响孩子的行为 参考书目 一、中文部分 二、英文部分

<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

章节摘录

版权页：插图：另外，有些孩子会传达一些不完全的信息分享，令父母感到迷惑，不知所以然。这时父母可以反映所接受的信息，并等待孩子进一步仔细说明。

当然父母也可以说：“你可以告诉我怎么回事吗？”

”借着发问让孩子呈现更多信息。

至于孩子较强烈的情绪，在使用字词上也是很重要的。

如果父母能正确且适当使用“非常”“很”“实在”等字眼，可以有助于传递“我了解你”的信息。

也许父母可以很正确地反映出孩子的意思，但却因用词不当，使孩子极力否认父母的反映。

所以当父母反映孩子意思时，除了要正确外，在表达反映时更应注意措辞，避免激发孩子的抗拒或防卫心理而产生负面效果。

（四）避免问太多问题 反映倾听时，在信息收集阶段，发问是必要的。

如“然后呢”“你觉得如何”“你愿意告诉我吗”。

但是当拥有足够的信息时，父母不要继续发问，而应反映出你的了解与当时的想法，而且尽量使用“你似乎觉得……”。

（五）多利用时间倾听 改善亲子间彼此的关系是需要花费很多心思与时间的，父母必须多留一些时间来倾听孩子的心声。

如果孩子想要告诉父母一些事情，而父母正在忙，这时父母应婉转地向孩子说明，并与孩子约定确定的交谈时间。

当然，父母也可以借着逛街、打球、看电影的机会，与孩子进行分享，而其谈论的话题并不见得局限在某个问题上，或许可以找些彼此共同感兴趣的事情来聊一聊，或交换一些意见。

因为反映倾听并不只是找出解决问题的途径，还包含了解对方交谈的真正意思，增进双方的了解。

<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

编辑推荐

《少问孩子为什么 多问自己怎么做》为钟思嘉教授30年亲子关系辅导经验的精华总结，读懂孩子行为中隐秘的秘密，掌握亲子沟通中最高技巧。

作为家长，你是否有这种体会：你说的话，孩子不愿意听；孩子说的话，你不相信或不理解；你奖励孩子，孩子仍旧犯错；你责罚孩子，孩子反而更糟。

久而久之，你和孩子之间仿佛隔座山。

孩子拒绝沟通，不说心里话，宁愿犯错误、被误解；而你有千言万语，却不敢说，只怕孩子“油盐不进”，说了也没用。

沟通为什么这么难？

为什么你讲你的道理，他却奉行他的准则，好像鸡同鸭讲，生活在两个世界？

没错，就是两个世界。

孩子的心中都有高尚的追求，孩子的行为都有美好的目的，他们和你想的其实大不一样。

如果你不懂孩子的内心世界，就无法掌握与他沟通的语言。

沟通的语言就是读心的语言。

懂了他的心，沟通其实很简单。

<<少问孩子为什么 多问自己怎么做>>

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>