

图书基本信息

书名：<<嘉顿小镇孩子们的心灵成长故事系列四>>

13位ISBN编号：9787561788448

10位ISBN编号：7561788444

出版时间：华东师范大学出版社

作者：嘉顿苏尔发展心理学工作室

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>

内容概要

几乎所有的父母都认为自己是爱孩子的。
我们为孩子做了很多，付出了很多，但为什么孩子没有体会到呢？
为什么我们的爱没有带给他们内心的温暖、喜悦和平静，反而是憎恨和疏远呢？

在这一系列故事中，作者通过生动有趣的情节、示范性的对话、精彩的即时点评，深入浅出地介绍了什么样的孩子是获得真爱的孩子（《我喜欢我自己》），以及如何通过以下几个方面，与孩子建立爱的链接的方法和策略。

1. 表达合理的期待。

（《小狗杰克学小提琴》）

- 1) 接纳孩子独特的个性。
- 2) 调整自己的期望，宽容地对待孩子。
- 3) 尊重孩子的个性、兴趣和爱好。

2. 给予充分的关注。

（《谁有时间给狐狸凯西》，《改装车比赛》）

- 1) 在陪伴孩子时，避免任何打扰。
- 2) 让孩子选择活动，但活动同时也能让你愉快。
- 3) 通过身体接触、眼神、话语表达你的爱心、关心、赞许和兴趣。
- 4) 让孩子拥有支配你的权利。
- 5) 在游戏中让孩子扮演强壮有力、聪明、举止灵活的角色，父母扮演可笑、弱小无能、笨拙的角色。
- 6) 允许孩子参与你的活动（如果他有兴趣参与的话）。

3. 接纳孩子的情绪和表达。

（《凯西搬家》）

- 1) 告诉孩子，你理解他的感受。
 - a. 换句话，或用更清晰的词语帮他表达或确认他的感受
 - b. 借助想象满足孩子的愿望
 - c. 让他知道他的感觉很正常，你也曾有这样的经历，换做你，你也会有这样的感觉。
- 2) 靠近孩子，温柔的身体接触
- 3) 允许孩子畅快地哭和发脾气，不要有时间限制
- 4) 心平气和，不要被孩子激怒。
- 5) 通过权利游戏帮助孩子减压。

4. 培养孩子的自信。

(《小兔朱丽学骑马》，《小鸭杰西卡的冒险飞行》)

1) 让任务适合孩子的能力水平，给孩子提供成功的体验

a. 在孩子有要求的时候提供必要的帮助。

b. 合作完成任务。

c. 分解大任务，分步骤进行，逐渐增加任务难度。

d. 教给孩子一些策略和方法，帮助他获得成功。

e. 通过做示范，降低任务难度。

2) 称赞和鼓励孩子，让他逐渐认识到自己的能力，学会自我肯定。

5. 满足孩子的需要。

(《朱丽的星期天》)

1) 分清你的需要和孩子的需要，满足孩子的需要。

2) 不断地和孩子确认他的真实需要，而且要确认得清晰、直接、明确。

3) 保持完全临在的状态。

6. 通过身体接触、眼神、话语表达你的爱、关心、赞许和兴趣。

(《谁有时间给狐狸凯西》，《凯西搬家》)

7. 一致性的沟通模式(《谁有时间给狐狸凯西》)

1) 顺畅表达自己的感受、需要、观点、渴望。

2) 能够倾听对方的感受、需要、观点和内在的渴望，并及时地做出回应。

8. 确认孩子的价值。

(《杰克寻宝记》，《小兔朱丽学骑马》，《小鸭杰西卡的冒险飞行》)

1) 赞美。

a. 抓住孩子每一个闪光点。

b. 描写式赞美。

详细而明确地描述你所看到的，帮助孩子看到自己的成绩。

c. 描述自己的感受。

让孩子明白，他的工作使别人受益，让别人愉快。

d. 对优点进行总结和概括。

关注孩子特别的品质，如友善、勇敢、体贴、独立等，为孩子的行为下定义。

e. 让孩子旁听到你对他的正面评价，强化他对自己的正面认知。

2) 鼓励。

a. 引导孩子作纵向的比较，和以前的自己比，帮助他看到自己的进步。而不是作横向的比较，和别人比。

b. 同情和理解孩子的感受。

c. 帮助孩子分析成功和失败的原因，将原因归结到可控因素，而非不可控因素。

d. 即使孩子没有成功，也要指出他付出的努力和表现出来的其它优点。

e. 宽容地对待孩子的失误。

f. 回忆突出事例。

与孩子共同回忆他的突出事例，提示他曾经取得的成绩，帮助他发现自己的能力，让他改变对自己的看法。

9. 接纳孩子的独特性。

(《小狗杰克学小提琴》，《朱丽的星期天》)

1) 承认和接纳孩子独特的个性。

2) 给它们一个空间，让所有的个性自由呈现。

3) 指出缺点的同时，也要肯定孩子的优点。

注四：关于爱

1、爱的本质。

爱的本质是认出并接纳孩子的真我，让孩子能亲身体验到完整的自己被他人接纳，是没有条件的。每个孩子都渴望被爱，其实是渴望被认可，不是在外相的层面（如作为好子女、好学生、好伙伴的角色，所拥有的知识、技能、长相、体能、习惯等），而是在本体或真我的层面被认可。

2、爱的重要性

爱是自我概念的基础。

自我概念是一个关于自身价值的主观判断。

包括三个部分：胜任、控制和价值。

胜任指的是孩子感觉自己有能力满足来自父母、老师和其他环境的要求，能胜任各种任务。

控制指的是孩子感到自己对生活有某种程度的控制、承担着一一定的责任。

价值指的是孩子感到自己被周围的人所接纳，是个好孩子，受到父母和周围人的喜爱、欢迎和关注。

3、获得真爱的孩子

1) 他能愉快地接纳自己、喜欢自己。

2) 他就能注意到别人的需要。

3) 有较好的人际关系。

- 4) 他不容易受到情感的伤害。
- 5) 他能注意力放在自己感兴趣的事物上。
- 6) 他不惧怕犯错，或暴露自己的缺点。
- 7) 他更能接受挫折和失望。
- 8) 他善于合作、尊重他人。
- 9) 他做事主动、有责任心。
- 10) 他能自由地表达自己的情感。

作者简介

“嘉顿苏尔”意义为心灵成长，是一家旨在为儿童发展提供心理学支持的专门机构。其成员均为母亲、均具有心理学、学前教育等相关专业从业背景、均长期从事儿童早期教育、亲子关系心理辅导等工作。他们通过观察和陪伴孩子、记录成长日记、从事日常教育工作或参与心理辅导等，积累了大量的案例，并通过组织读书会、研讨会和参加心灵成长课程等，一起分享、一起学习、互相帮助、共同成长。

书籍目录

1. 表达合理的期待。
(《小狗杰克学小提琴》)
2. 给予充分的关注。
(《谁有时间给狐狸凯西》，《改装车比赛》)
3. 接纳孩子的情绪和表达。
(《凯西搬家》)
4. 培养孩子的自信。
(《小兔朱丽学骑马》，《小鸭杰西卡的冒险飞行》)
5. 满足孩子的需要。
(《朱丽的星期天》)
6. 通过身体接触、眼神、话语表达你的爱、关心、赞许和兴趣。
(《谁有时间给狐狸凯西》，《凯西搬家》)
7. 一致性的沟通模式 (《谁有时间给狐狸凯西》)
8. 确认孩子的价值。
(《杰克寻宝记》，《小兔朱丽学骑马》，《小鸭杰西卡的冒险飞行》)
9. 接纳孩子的独特性。
(《小狗杰克学小提琴》，《朱丽的星期天》)

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>