

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

图书基本信息

书名：<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

13位ISBN编号：9787806886168

10位ISBN编号：7806886168

出版时间：2011-1

出版时间：李仑静、李虎哲 天津社会科学院出版社 (2011-01出版)

作者：李仑静

页数：254

译者：李虎哲

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>

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

前言

引进这本韩国出版的书籍，对于中国的家庭来说，也有着极为重要的意义。

在日常生活中，我们通过电脑网络、各类新闻报道，经常会看到一些处于青春期的孩子，因为与父母意见不一致而发生激烈的冲突，甚至有的酿成无法挽回的悲剧。

父母曾经也是孩子，也有过自己的青春期，然而，当成为父母后，便忘记了自己半大不小时是怎样的一种样子。

急躁、叛逆、执拗是青春期孩子共同的行为特征，原本乖巧、可爱的小宝贝渐渐变得不听话，这很容易使望子成龙心切的父母生气、苦恼，甚至怒火中烧。

在这种情况下暴力会随时发生，结果，矛盾不但没有解决，问题变得更加严重。

做父母的怎样与孩子进行有效的沟通，由对立走向融合，是这本书要讲述的主要内容。

书中“非暴力对话”这一理念贯穿始终，相信中国的父母们通过认真阅读，会提高教育孩子的能力，从而帮助孩子平安健康地度过青春期，家庭在和谐快乐中走向未来。

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

内容概要

作者在《孩子的青春期·妈妈的成长期》中提议孩子的青春期应理解为“父母和子女共同成长”的信号。

拒绝和：子女共同成长的父母就是放弃了成为称职父母的机会。

小时候子女们都说尊敬自己的父母，但越长大对父母怀有的自豪感就会逐渐消失。

这是为什么？

也许是因为没能和自己最信任最依赖的父母达成有效的沟通吧。

我们的子女有权利在幸福的家庭中快乐地长大。

关于父母和子女共同变得幸福的方法，《孩子的青春期·妈妈的成长期》中将通过“非暴力对话”提出详细而明确的答案。

该书是基于经历青春期的儿子，以及由于青春期子女感到痛苦的父母实际情况而撰写，父母和子女在阅读过程中都可以产生共鸣。

该书并不是以已有知识为依据编写的理论书。

该书提到很多作者亲身学习和讲授父母教育的过程中，遇到其他父母并交谈的过程中搜集的各种事例，它是一本实践性质的书籍。

进而可以帮助父母在实际生活中顺其自然地实践“非暴力对话”。

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

作者简介

作者：（韩国）李仑静 译者：李虎哲李仑静，从事父母教育工作十余年。

她在寻求父母和子女之间进行有效沟通方法的过程中了解至IINVC(非暴力对话)，目前正在接受NVC国际认证培训课程，并在韩国NVC中心讲课。

开展项目的过程中遇到很多青春期子女预料之外的强烈态度及反应，还有对此饱受挫折感和痛苦的父母。

她能够深刻地理解这种痛苦，并结合她与自己正在读高二和初三的儿子进行的非暴力对话总结出经验，希望这种经验能够对于青春期子女及其父母之间的沟通带来更加畅通和温馨的效果。

她目前作为KACE(韩国地区社会教育咨询机构)父母领导中心的首席讲师讲解对话方法、学习指导、交流分析、九型人格等。

同时，她也是天主教水原教区家庭牧场研究所的讲师，目前正在接受光云大学父母教育学硕士课程。

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

书籍目录

推荐语(一)：帮您解答如何与子女幸福地生活推荐语(二)：希望与青春期子女沟通的父母必读书籍中文版序：让孩子平安健康地度过青春期序文(一)：将家庭塑造为充满信赖和情绪稳定感的港湾序文(二)：我所经历的爱与心灵的连接序文(三)：最大的收获就是认识了非暴力对话第一部分 以非暴力对话与青春期孩子沟通01需要非暴力对话的理由妈妈的日记妈妈很难过!孩子的日记妈妈的话就像针刺一样NVC思考保持人道性的对话方法02非暴力对话的目的和模型妈妈的日记你说完了吗?孩子的日记您想做什么就做什么好了!NVC思考怜惜的对话，生活的语言03真正妨碍沟通的要素妈妈的日记啊，好累孩子的日记我只是很倒霉!NVC思考真正妨碍沟通的要素第二部分 以非暴力对话爱护青春期孩子01观察妈妈的日记学校来电话就会忐忑不安孩子的日记真的很没意思，你让我怎么办?NVC思考分离评价和观察NVC练习观察?还是评价?1理解青春期树状突和神经元连接的生产过剩02感觉妈妈的日记进警察局的女儿孩子的日记我很冤枉很生气NVC思考表达感受NVC练习充分表达感受了吗?理解青春期青春期的神经传输物质孩子的青春期妈妈的成长期03欲望妈妈的日记孩子接二连三地说谎孩子的日记渴望自由NVC思考欲望是感受的根源NVC练习意识到欲望了吗?NVC练习你的感受和欲望是什么?理解青春期青春期孩子的激素、睾酮04嘱托妈妈的日记我的命好苦!孩子的13记我又不是神仙!NVC思考让生活变得多姿多彩的请求NVC练习是否是明确的请求?理解青春期提示行为的后果第三部分 梦想着长颈鹿妈妈说出不中听的话语后的四种选择妈妈的日记爸妈死后也会哭得这么悲伤吗?孩子的日记臭小子!NVC思考接受现实情况的四种态度NVC练习四种态度是什么?后记致谢辞

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

章节摘录

插图：参加父母教育项目的两个中学生儿子的母亲这样讲道：“有时真的很想打死算了。但那是自己的孩子啊。

太累了。

不止一两次后悔为什么生下孩子。

我快要疯掉了。

如果我在这边接受培训就能变成好妈妈吗？

我真的需要帮助。

”看着这位妈妈努力忍住痛哭的样子，其他妈妈都忍不住声泪俱下。

还未经历青春期子女的父母可能会反问“自己的孩子怎么可能想到要打死？

”但试想一下，是何等的痛苦能让一位母亲说出这样的话又会痛哭流泪？

青春期子女的父母面对自己的孩子不断发生的变化会非常惊慌和不知所措。

他们不再是乖巧听话的孩子，也不会跟妈妈问东问西。

再也不会以充满好奇的眼神看待世界，也不希望得到父母的照顾。

大部分情况下都会粗暴地对抗，极具攻击性和情绪性。

他们没有成年也不再是小孩子，他们有时会引发荒唐的社会问题，不可预测，有时家庭也难以控制他们。

为什么青春期的孩子如此折磨父母呢？

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

后记

去年7月份决定撰写该书，一直到该书问世历时半年之久。

就像新生儿诞生一样，很累、很有压力，但也不乏趣味性，让我时常开心。

当然，其实很害羞和激动。

经历孩子青春期的时候，写日记的发泄方式起到了很大的帮助作用。

孩子的青春期让我哭过无数次，但也给了我成长的机会，同时和丈夫的关系也更加牢固。

大儿子七岁的时候，我进入父母教育的大门，之后一直不断学习，到现在已经有十年了，尽管如此我还是经常陷入父母这一角色的矛盾当中，并且我在生活当中应用非暴力对话已经有五年时间，而我的生活并没有很平静，好在我一直坚持学习父母教育和非暴力对话，所以能够和孩子们一直保持着连接关系，可以有效地沟通。

学习并不代表不会产生矛盾，也并不像僧人一样能够平心静气，但我可以通过我的生活证明它产生的影响力，非常负责任地向所有父母推荐非暴力对话。

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

媒体关注与评论

非常高兴地看到本书作者基于自己养育子女的经验，有趣地叙述了自己和孩子产生矛盾后，在继续沟通的情况下通过对话重新建立心灵连接，并和孩子共同学习成长的过程。

希望这本书能够地于那些希望给孩子一种情绪稳定感以及自我价值感的父母、教师及关爱孩子的所有的有所启发和帮助。

——凯瑟琳·韩（韩国NVC中心 代表）该书是由经历青春期的儿子，以及由于青春期子女感到痛苦的父母实际情况而撰写，父母和子女在阅读过程中都可以产生共鸣。

该书并不是以已有知识为依据编写的理论书。

该书提到很多作者亲身学习和讲授父母教育的过程中，遇到其他父母并交谈的过程中搜集的对话式事例，可以帮助父母在实际生活中顺其自然地实践“非暴力对话”。

——周成民(财团法人韩国地区社会教育研究院董事长)这本书提到很多作为青少年及其父母能够产生共鸣的各种矛盾和彷徨。

书中的所有内容都是作者基于自己的亲身经历书写的真实写照。

因此，这本书既是非暴力对话的入门书，也是一位母亲蜕变并不断成长的过程的自白。

——李民植(心理学博士、爱心咨询中·心代表)

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

编辑推荐

《孩子的青春期·妈妈的成长期》：与青春期孩子交心的非暴力对话。

<<孩子的青春期 妈妈的成长期>>

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>