

<<孩子的压力>>

图书基本信息

书名：<<孩子的压力>>

13位ISBN编号：9787807639770

10位ISBN编号：7807639776

出版时间：2013-5

出版时间：广西科学技术出版社

作者：【韩】吴恩瑛

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>

<<孩子的压力>>

内容概要

《孩子的压力》内容简介：我们常说做个大人真难真累，好想回到童年。我们常常戏称，现在的孩子真幸福，不愁吃不愁穿，出门四个大人伺候，又能弹钢琴，又能学画画，嘴里说流利洋文，手里拿着好玩的玩具，身上穿着高档的衣服，比起爸妈小时候，真是一个天上一个地下，他们能有什么不满足，能有什么不开心的？

也许你不了解，孩子的压力其实比我们还大。

《孩子的压力》告诉家长，孩子从小到大都有压力，有些压力超乎大人的想象，大多数是家长看不见的。

可能很多家长都觉得自己的孩子没有压力，除非孩子出现一些不良行为，或者表现出很累的样子。

很多时候，孩子不太会告诉父母自己真实的内心世界。

如幼小的孩子会因大小便、学习走路、和小伙伴抢玩具、去幼儿园等无法表达的压力；上小学的孩子会因学习成绩、被孤立、攀比甚至玩游戏等事情而感觉有压力；而大孩子则会因我们熟知的升学、人际关系、相貌……等等问题而产生压力。

是谁在给孩子施加压力？

除了生长的大环境，你知道吗？

有些压力是我们父母制造的。

吴恩瑛博士经过20年的儿童心理研究，曾被哈佛大学以及诸多著名外国大学邀请作讲座。

《孩子的压力》是她站在孩子的立场，给父母们讲述了孩子的真实故事。

《孩子的压力》就像走入孩子精神世界的一把钥匙和一幅地图，帮助父母了解孩子的各种压力，帮助孩子从小建立应对、管理压力的方法，而这些方法对父母的人生也具有极大的益处。

通过《孩子的压力》，爸爸妈妈终于可以理解一直不被他们察觉的孩子的苦恼与伤痛，以此走近孩子，为他们提供真正需要的帮助。

海报：

<<孩子的压力>>

作者简介

吴恩瑛博士 二十年来一直致力于儿童研究与教育领域。
她是韩国最权威的教育心理专家，著名儿童教育界首席专家。
也是诸多妈妈心中最值得信赖，最喜爱的育儿导师。
堪称“育儿之神”，其地位相当于中国的知心姐姐卢勤。
SBS电视台《我家孩子判若两人》栏目的固定嘉宾，被美国的哈佛大学以及诸多著名外国大学邀请做讲座。

另著有家教畅销书《养孩子，我们可以不吵吗？》。

<<孩子的压力>>

书籍目录

推荐 / 008
 开卷语 / 012
 为什么孩子不告诉你心里话
 你真的了解自己的孩子吗 / 025
 为什么不告诉妈妈呢 / 025
 孩子的压力让成人似懂非懂 / 027
 孩子表现压力的方式 / 029
 与成年人相比，孩子承受了更大的压力 / 032
 成长过程中，不断面对各种发展课题 / 032
 孩子要有多少技能和证书才够用 / 033
 来自同龄朋友的帮助越来越少 / 034
 过于忙碌的父母会使孩子学不会体恤他人 / 037
 正确看待压力，才能给孩子有用的帮助 / 039
 压力并不全是坏事 / 039
 对于压力的误解 / 042
 压力无处不在 / 044
 孩子需要帮助 / 047
 学习不是真正的压力之源 / 050
 家长意识到的压力，孩子大多能应对自如 / 050
 家长意识不到的压力才是真正的压力 / 051
 全面了解孩子，才能有所帮助 / 054
 压力测试 / 054
 测一测你与孩子所承担的压力有多少 / 054
 是谁在给孩子压力
 成长中遇到的问题 / 063
 出生——我快不能呼吸了 / 065
 认生——不是讨厌，而是害怕 / 067
 走路——因为害怕，所以不敢放手 / 071
 吃饭——吃撑了真的很难受 / 074
 如厕——大便是我的自尊心 / 077
 说话——我也很想说话，教教我吧 / 082
 学习——啊呜，真头疼 / 087
 兄弟——妈妈变了，不爱我了 / 089
 幼儿园——是社交能力重要，还是我重要 / 093
 用餐指导——被逼着吃饭真的很痛苦 / 097
 强制睡觉——无论是白天还是晚上，我都不想睡 / 099
 矮个子——压力其实来自妈妈 / 102
 画画——一幅画到底有什么寓意 / 104
 性别——我不想当男人 / 107
 同龄人相处的秘密 / 112
 玩具——我真的非常讨厌别人碰我的玩具 / 115
 打人——他们总是只针对我一个人 / 118
 输赢——管他什么规则，我只要赢 / 122
 被欺负——如何区分玩笑和欺凌 / 127
 不合群——没有朋友，我好孤单 / 138

<<孩子的压力>>

我太普通——各方面都不突出，没有一样可以拿得出手 / 141

说脏话——我可以说脏话吗 / 147

做生意——为什么不能和同龄人进行金钱交易呢 / 151

零花钱——小孩子的社会地位 / 156

你不知道的学校生活 / 160

早晨起床——这比让我死还难 / 160

班主任——老师和我合不来 / 165

校规——头发、校服、香烟..... / 169

考试——再努力学习，也无济于事 / 175

受罚——我又没做错事，为什么还要受罚 / 180

英语——为什么这么难 / 182

计划——我的意见一点都不重要 / 185

留堂——放学不能回家，为什么只有我 / 189

家庭影响孩子一生 / 191

工作的妈妈——我想和妈妈在一起 / 193

忙碌的爸爸——爸爸，你是做什么工作的 / 197

妈妈的朋友——我讨厌妈妈的朋友 / 201

父母的语气——难道不能心平气和地说吗 / 205

训斥——要用怎样的方式 / 208

阅读——孩子不爱看书 / 212

父母吵架——他们会离婚吗 / 216

没时间——父母为什么不陪我玩呢 / 219

智能手机——同学们都有，我也想要 / 222

郁闷的约定——我们不是说好了吗 / 227

对父母不满——爸爸妈妈，你们努力一些吧 / 230

出人意料的压力来源 / 233

星期天——我想休息 / 233

放假——日程的安排 / 234

孩子的理想——为什么每个人都在问 / 235

过节——我不想这样 / 235

面部表情——这也有问题？

/ 236

沟通时间——过长的详细说明 / 237

冷静时间——给情绪一个缓冲 / 237

游戏——要玩多长时间 / 238

动画片——就不能尽情地看个够吗 / 239

跑腿——为什么总是我 / 239

怎样帮助孩子管理压力

从父母开始 / 243

孩子的依恋 / 243

坚持“始终如一”的危害 / 245

父母性格对孩子的影响 / 246

养育孩子不必追求完美 / 247

发现孩子的危险信号 / 249

了解各种各样的压力信号 / 249

每一次都尽力 / 252

孩子的事情，只能帮助，不能干涉 / 254

<<孩子的压力>>

处理压力的万能法则 / 256
重视孩子的压力 / 258
孩子的不安、痛苦和委屈 / 258
怎样缓解孩子的负面情绪 / 261
孩子的压力是解读我和孩子的钥匙 / 263
不做孩子的导师和管理者 / 265
压力制造专家——七种类型父母 / 266
发脾气的爸爸 / 266 抱怨和哭泣的妈妈 / 267
一定要把孩子培养成强者的爸爸 / 268
凡事都要谈条件 / 268
跟不上时代的父母 / 269
什么都要反对 / 270
觉得对孩子了如指掌 / 271

<<孩子的压力>>

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>