

图书基本信息

书名：<<13岁前.好妈妈一定要懂的学习心理学>>

13位ISBN编号：9787506494922

10位ISBN编号：7506494922

出版时间：2013-1

出版时间：木紫 中国纺织出版社 (2013-01出版)

作者：木紫

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>

## 前言

一直以来都想写一本关于学习心理学的书，因为学习对一个孩子的成长太重要了，而学习又是一个心理发展的过程，家长作为孩子学习的辅导者，只有懂得了学习是怎样一个心理发展过程，才能很好地指导孩子的成长和学习。

终于在酝酿了好久以后，开始行动了。

13岁以前，是个很重要的阶段，这个阶段涵盖了学龄前和小学，是性格形成、各种能力发展、素质提升的关键的打基础时期，基础打好了，中学就会很顺利，人生就会很顺利。

这一点很多家长都意识到了，所以对于13岁前的孩子的成长很是紧张和用心，有的妈妈甚至为此辞掉了工作，专心教子。

虽然用心良苦，但是在引导孩子的过程中方法不得当，导致很多孩子还是没有像家长期待的那样各方面表现都不错，尤其是学习方面，状态百出到让家长不知所措。

比如，有的孩子粗心，生活中丢三落四，学习上做错数字；有的孩子做事慢，磨磨蹭蹭，一个小时可以写完的作业，两个半小时也不能搞定；有的孩子记不住所学的知识，妈妈中午教会的，下午考试就忘了；有的孩子学过的知识换个角度再问，就答不上来了，一点都不能举一反三；有的孩子遇到难题，看看不会做，就放弃了；有的孩子学习成绩不错，却每天不开心；……以上情况在孩子中间很普遍，也很让家长头疼。

家长非常明白，如果孩子总是以这样的方式和态度对待学习，是无法真正学到知识的，于是，他们带孩子进辅导班、陪着孩子写作业、在家里设立“奖学金”以督促孩子、每天都在不停地重复强调要孩子认真学习……能想到的招都想到了，但还是效果不明显，搞得好多家长心力交瘁，都要对孩子失去信心了。

我深切地感受到了这些家长急切和无奈的心情，他们期待孩子好好地完成学业，将来能够进入高等学府深造，真正成为有知识有能力的人才。

这样的愿望是正确的也是美好的，如果教育孩子的方法得当，也是一定能够实现的。

但是，很多家长在教育过程中，方法并不是很好，有的方法甚至对孩子的成长还有很大的伤害性。

举个简单的例子，有位妈妈发现有个成绩好的孩子看书的时候经常嘴里念叨着，背诵课文或者数学概念的时候也是要喊出声音来，就像那念经的小和尚。

她觉得这个方法学习效果不错，可以防止孩子思想开小差，就建议孩子也这么做。

可是，自己的孩子真的这么做了，老半天也没有记住多少东西？

于是，妈妈责怪孩子脑子不好用！

搞得孩子说妈妈“不懂得尊重孩子”，赌气不学习了！

这个案例中的妈妈就是因为不懂得孩子的心理特性，不知道不同孩子的认知通道是不一样的，而盲目地让自己孩子学习别的孩子学习方法，无异于“邯郸学步”，最后连走都不会了。

所以，家长要想在孩子的成长和学习中真正地起到一个帮助者和引导者的作用，还是要学习一些科学的教育知识。

为了帮助家长们提高自己，我写了《13岁前，好妈妈一定要懂的学习心理学》一本书，本书用通俗易懂的语言，剖析了这个年龄阶段孩子的心理发展以及学习是怎样的一个心理过程，这样，家长在正确认识学习这件事的过程中也就搞明白了如何教出一个能够自主学习的孩子以及如何从根源上解决当下孩子的学习问题。

很多家长觉得孩子只要不贪玩就能学习好，小学阶段学习好了，中学就会轻松容易，读大学就不是问题了！

事实并非如此，在生活中有很多小学成绩好的孩子，到了中学却掉队了；有的孩子小学阶段优秀，到了中学照样优秀；还有的孩子小学阶段成绩中上等，到了中学却名列前茅了！

为什么不同孩子发生了不同的变化，有的孩子向好的方向发展，有的孩子向差的方向发展呢？

原因就在于不同的教育方式导致了孩子的智力因素和非智力因素的发展水平是不一样的，也就是智商、能商、情商、德商、逆商等的水平比较高，孩子的发展潜力比较大。

最后，祝愿各位妈妈真正地了解孩子的成长、了解孩子的学习，从而帮助孩子取得好成绩！



## 内容概要

《13岁前,好妈妈一定要懂的学习心理学》内容简介：学习是一个连续发展的过程，而13岁前，是奠定一生学习行为和学习习惯的基础。

一个在小学阶段不爱学习、没有养成良好学习习惯的孩子，到了初中、高中阶段，即使特别想好好学习，也会非常吃力。

所以，作为孩子的主要教育人，妈妈就要真正地帮助孩子。

首先要了解孩子的学习心理，再采用科学的方法引导孩子，让孩子学会在学习上建习惯、找方法，并提升学习动力，从而在小学阶段打好基础。

## 作者简介

木紫，写作、讲座，致力于家庭教育研究，以教育学、心理学理论作为依据，寻找家庭教育的共同规律，尊重孩子的个性化差异，让科学、实用的家庭教育方法惠及每个家庭，真正做到“个性化培养”“每个孩子都成才”。

已出版图书：《13岁前，好妈妈一定要培养孩子的诺贝尔精神》、《6~12岁，捕捉孩子学习习惯形成的关键期》、《6~12岁，抓住孩子学习能力培养的黄金期》、《3岁前，好妈妈一定要懂的育儿心理》、《父母教孩子学习最管用的120个好方法》、《好父母一定要说的100句话》、《家长也要听孩子的话》、《内向孩子也优秀》、《三字经里的家教智慧》、《弟子规里的家教智慧》等几十本。

## 书籍目录

第1章解析马虎、粗心、拖延、厌学等糟糕行为背后的心理秘密 10 透过“粗心”，认识孩子的性格缺陷 10 解析导致孩子粗心的内外因素 11 “内外”兼治粗心病 12 孩子为何总是“慢半拍” 13 认识沉思型认知风格 14 让沉思型孩子胆子更大一些 15 奇怪的拖延习惯——完美主义人格特质的产物 16 孩子为什么会拖延 16 最常见地改变拖延的方法 17 厌学：看管过度后遗症 18 为何看管过度就厌学 19 在学习上，教孩子要适度 20 孩子为何迷恋“小和尚念经法” 21 不同孩子有着不同的感觉通道 22 发挥孩子的认知特长 23 今天有多马虎，未来就有多糟糕 24 马虎的成因 24 改变马虎的孩子 26 心理知识普及 27 聪明的大脑是什么样的 27 第2章培养学习兴趣，提升求知的内部动力 29 学习是为了孩子的成长 29 学习是为了掌握知识 29 引导孩子建立掌握目标取向 32 学？

玩？  
兼而有之 33 玩耍、学习，与生俱来的需要 33 提升贪玩孩子的学习动力 34 把兴趣放在第一位 36 什么是兴趣 36 引导孩子对学习感兴趣 37 好奇心：生命的引擎 38 好奇是强烈求知欲望的表现 39 激发、满足孩子的好奇心 40 讨论，提升学习兴趣和动力 41 讨论，可以活跃思维 42 教孩子一些讨论方法 43 让有趣的知识吸引孩子 44 有趣，好玩，孩子就愿意学 45 教孩子自己寻找乐趣 46 心理知识普及 47 多元智能理论 47 第3章为孩子解穴，提升孩子学习上的自信心 50 记不住，不是记忆力差 50 恼人的“系列位置效应” 51 解除干扰，快速记忆 51 跟越做题越笨说：byebye 53 大量做题伤害智力发育 53 吃透一本习题集 55 对孩子说：不怕不怕 56 怕，是因为没有良好的期待 56 教孩子对学习有一个好的预期 57 成绩差，怎么归因 59 错误的教育方式导致错误的归因 59 教孩子正确归因 60 优等生，在担心什么 62 给优等生吃颗定心丸 62 找到优等生真正的高度 63 没有谁注定是中等生、差生 65 只要没停止，就不算失败者 65 找到最适合自己的路 66 心理知识普及 67 心流 67 第4章最高效的学习方法，巧而不懒 69 珍惜第一次做题机会 69 学习中的“锚定效应” 70 如何做到第一次就做对 70 神奇的目标效应 71 目标能够调节孩子的学习行为 72 学会制定学习目标 73 掌握管理时间有方法 74 认识孩子的时间管理能力 74 高效利用时间的方法 75 遇到难题，问还是不问 77 如何对待难题，意义重大 77 独立学习有分寸 78 学习中的“经验论” 79 学习贵在“举一反三” 79 教孩子不断总结学习经验 80 语文到底怎么学 81 掌握学好语文的正确方法 83 总结各学科知识之间的联系 83 了解每各科要学习的内容 84 不断总结各学科之间的联系 84 越学越快？越学越慢？

85 知识具有迁移性 86 各科全面发展 87 心理知识普及 89 别让孩子陷入“习得性无助” 89 第5章看不见的伤害：情绪影响学习 91 情绪影响学习 92 重视情绪对学习的影响 92 培养孩子对学习的热爱 93 小学生的压力有多大 94 小学生在承受哪些压力 95 反思我们的教育理念 97 压力过大伤害记忆力 98 记忆与大脑的“海马” 98 教孩子一些减压方法 99 不要让孩子被愤怒的情绪包围 100 愤怒影响学习 101 改变孩子的愤怒情绪 102 焦虑情绪要不得 103 焦虑会影响大脑思维 103 改善孩子的焦虑 104 抑郁的小孩很可怜 106 抑郁会拉着孩子走向消极 106 预防和消除抑郁情绪 107 不要让孩子处于恐惧情绪中 109 恐惧影响学习效率 109 不要让孩子害怕 110 心理知识普及 112 情绪是如何影响学习的？

112 第6章学习效率最大化：把握好激励的尺度、方式 114 考了好成绩，激励不奖励 114 多多鼓励孩子 114 注意鼓励的方式方法 115 用孩子的最爱强化学习行为 117 认识普雷马克原理 118 较好地运用普雷马克原理 118 多多关注孩子的学习动机 119 学习动机决定学习成绩 120 培养学习动机，提升学习动力 122 做课堂的主人 122 上课回答问题好处多 123 培养积极回答问题的习惯 124 别让分数伤害了孩子 125 明确学习目的：获得能力 126 掌握提升孩子能力的方法 127 用游戏、比赛的形式去学习 128 用比赛推动孩子学习 129 设计一些学习游戏和比赛 130 心理知识普及 131 马斯洛需要层次理论 131 第7章学习是一场心理战 133 学习是一场心理战 133 认识学习性质 134 家长要重视孩子的心理 135 从现在开始，做个有准备的人 136 做足准备的心理机制 136 如何做好学习的准备工作 137 答案就在嘴边却说不出口 138 记忆上的“舌尖现象” 139 预防“舌尖现象” 140 并非注意的时间越长越好 141 课堂上，需要“走神” 141 如何巧妙地“走神” 142 让孩子多方面获取知识 143 常见的学习途径 144 给孩子提供多种学习机会 145 心理知识普及 147 高品质的学习行为不需要奖赏 147 第8章不良的教育环境、行为，导致成长障碍 149 成长障碍：不让孩子做事 149 自由有多宝贵 150 家长要把握好做与不做 151 你是《大话西游》里的那个唐僧型吗 152 唠叨：有违超限效应 153 做个不唠叨的家长 153 消极画面对孩子的影响大 155 匹克马力翁效应的启

迪 156 不要给孩子消极的暗示 157 当心！

不正确的学习观伤到孩子 158 学习观影响学习成绩 158 树立科学的学习观 159 打造适宜孩子学习的环境  
160 家庭环境对学习的影响 161 打造适宜孩子学习的环境 162 争“第一名”弊端多 163 认识到“争第一”  
”的负面影响 163 教孩子做真正的强者 165 心理知识普及 166 良好的成长环境是怎么样的 166

章节摘录

版权页： 比如，有的孩子粗心，生活中丢三落四，学习上看错数字；有的孩子做事慢，磨磨蹭蹭，一个小时可以写完的作业，两个半小时也不能搞定；有的孩子记不住所学的知识，妈妈中午教会的，下午考试就忘了；有的孩子学过的知识换个角度再问，就答不上来了，一点都不能举一反三；有的孩子遇到难题，看看不会做，就放弃了；有的孩子学习成绩不错，却每天不开心；…… 以上情况在孩子中间很普遍，也很让家长头疼。

家长非常明白，如果孩子总是以这样的方式和态度对待学习，是无法真正学到知识的，于是，他们带孩子进辅导班、陪着孩子写作业、在家里设立“奖学金”以督促孩子、每天都在不停地重复强调要孩子认真学习……能想到的招都想到了，但还是效果不明显，搞得好多家长心力交瘁，都要对孩子失去信心了。

我深切地感受到了这些家长急切和无奈的心情，他们期待孩子好好地完成学业，将来能够进入高等学府深造，真正成为有知识有能力的人才。

这样的愿望是正确的也是美好的，如果教育孩子的方法得当，也是一定能够实现的。

但是，很多家长在教育过程中，方法并不是很好，有的方法甚至对孩子的成长还有很大的伤害性。

举个简单的例子，有位妈妈发现有个成绩好的孩子看书的时候经常嘴里念叨着，背诵课文或者数学概念的时候也是要喊出声音来，就像那念经的小和尚。

她觉得这个方法学习效果不错，可以防止孩子思想开小差，就建议孩子也这么做。

可是，自己的孩子真的这么做了，老半天也没有记住多少东西？

于是，妈妈责怪孩子脑子不好用！

搞得孩子说妈妈“不懂得尊重孩子”，赌气不学习了！

这个案例中的妈妈就是因为不懂得孩子的心理特性，不知道不同孩子的认知通道是不一样的，而盲目地让自己孩子学习别的孩子的学习方法，无异于“邯郸学步”，最后连走都不会了。



编辑推荐

《13岁前,好妈妈一定要懂的学习心理学》首次从心理学的角度去分析孩子们的学习问题,并结合诸多案例,告诉妈妈们在辅导孩子学习时应该注意的心理学知识。往往就是那些妈妈们所不留意的,却成了影响孩子学习成绩的关键因素。

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>