

<<成长不烦恼>>

图书基本信息

书名：<<成长不烦恼>>

13位ISBN编号：9787546115221

10位ISBN编号：7546115221

出版时间：2011-3

出版时间：黄山书社

作者：刘剑波 等著

页数：361

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>

## &lt;&lt;成长不烦恼&gt;&gt;

## 前言

也许是从小喜爱三毛的作品的缘故，在动笔写这本书的时候，脑海里一再浮现三毛的故事——13岁那年，三毛被她的一位中学代数老师怀疑数学考试作弊，受到了体罚。老师用毛笔蘸着墨汁，“蘸得饱饱的，饱得毛笔都胖起来了”，然后把三毛的眼睛画成两个大黑圈，像只熊猫一样。老师一面画一面笑笑地说：“不要怕，一点也不痛也不痒，只是凉凉的而已。”墨汁像黑色的眼泪，顺着三毛的面颊滑下来，她把嘴紧紧地抿着，黑色墨汁滑进她的嘴角漫进嘴里。老师对三毛说：“你转过身去给全班同学看一看。”三毛就这样面对大家在教室的角落里一直站到下课。老师还不肯罢休，要三毛到操场绕一圈再回到教室。

三毛在书里这样讲述着。当年受到体罚的情景。死前的四十多年里，三毛一直生活在这个巨大的阴影里不能自拔。这阴影就像一个打了死结的套，套着她的脖子，怎么也解不开。慢慢地慢慢地就勒紧了……诚然，三毛的故事耐人寻味，就像三毛曾经宽容而坦诚地说：“一直到现在，我都认为这个代数老师是第一个改变我的命运的人，我现在很感激她，如果不是她当年对我做的这场体罚，我不会走上今天的路。”但是，这样的故事实在让人如鲠在喉：13岁少女的自尊就在这位老师的一次自以为高明的体罚中被摧毁了。

前车之鉴，后事之师。三毛的故事远去了，留给人们的启示却远远没有结束！今天，如何教育中学阶段的孩子，是摆在教育工作者和心理工作者面前的一道严峻的课题！不否认，中国历来是一个崇德重教的国家。

然而，当几千年传统的教育观念遭遇现实的碰撞时，一些让人困惑的事情出现了。简单地说，如今中学阶段的孩子表现出了以往年代的孩子所没有的个性，如追星，如网瘾，如顶撞父母老师，如好孩子综合征，等等。这些现象让一些家长和老师感到困惑：今天的中学生到底是怎么了？苦口婆心之下，他们为什么不“领情”？他们到底在想些什么？

又该如何教育和引导他们呢？这些问题像一个个魔咒，让许多家长和老师寝食难安。其实，正如黑格尔说的“存在即合理”，理解中学生的这些“离奇”表现需要换一个角度看问题。

毋庸置疑的情形是，今天的中学生生长在一个从未有过的蓬勃发展的社会，生存“土壤”的变化让孩子们感受到了新奇，但也带来了矛盾和困惑：他们有自己的主见，却不知如何实现，因为成人世界的“包办”让他们无所适从；他们有自己的情感，却不懂得如何释放，因为日复一日、年复一年的紧张学习让他们只能将情感压在心底；他们有自己的兴趣和爱好，却很容易在现实的旋涡里迷失“他们是迷茫的一代”，想起海明威的这声叹息。

懵懂过后方顿悟，迷茫之下有回音。作为成人的我们，不应该就事论事地看待孩子成长过程中的一些问题，而应该透过现象看本质，理智地对待中学生的这些迷茫和困惑。

有感于此，我决定写作这本书。多年的心理咨询、诊治工作让我接触到了大量的“问题”中学生，也让我深切地感受到这些“问题”中学生其实都是一个个纯洁的灵魂遭受了不太理智不太科学的教养方式所致。所以，有必要让广大家长和老师了解中学生的真实心理并掌握一些实用的心理教养技巧。

<<成长不烦恼>>

记得徐志摩说过：“诗人也是一种痴鸟，他将他柔软的心窝紧抵着蔷薇的花刺，非要心血流出将白花染成大红不可，他的痛苦和快乐是浑成的一片。

”我希望自己就是这样一种“痴鸟”，在写作的过程中将痛苦和快乐变成“浑成的一片”。

所幸的是，得知刘剑波教授也在构思写作一本中学生心理健康方面的书，于是得到他的鼎力支持，我们终于完成了此书。

限于学识有限，本书一定存在瑕疵之处，恳请广大读者批评指正！

最后感谢刘剑波教授对我的指点和帮助，生活中，刘教授对我亦师亦友，在此表示最衷心的感谢！

也感谢我的妻子和家人！

感谢他们的支持与厚爱！

柯茂林二〇一〇年九月八日

## <<成长不烦恼>>

### 内容概要

倾听是一种非常好的教育方式。因为倾听对孩子来说，是在表示尊敬，表达关心，也促使孩子去认识自己的能力。如果孩子感到，他能自由地对任何事情提出自己的意见，而他的认识又没有受到轻视和奚落，他就会变得毫不迟疑、无所顾忌地发表自己的意见，先是在家里，然后是学校，将来就可以在工作上，自信勇敢地正视和处理问题。

《成长不烦恼：给中学生的心理把脉》旨在为你解答中学生常见心理问题的疑惑，教你如何巧用心理工具，帮助孩子摆脱心理阴影。

## &lt;&lt;成长不烦恼&gt;&gt;

## 书籍目录

## 自序

## 第一部分 中学生心理面面观

## 第一章 小大人的心理秘密

家有儿女初长成

听听孩子的声音

小大人有哪些心理秘密

拿准小大人的心理脉搏

## 第二章 少年真的不识愁滋味吗

少年真的不识愁滋味吗

中学生的心理状况

哪些心理问题在困扰中学生

谁该为孩子的心理问题负责

## 第三章 社会大染缸里的花朵

畸形早熟的“花朵”

社会是个大染缸

“小大人”现象是一种不健康的人格早熟

理性看待“小大人”现象

## 第四章 家教不当种下恶果

望子成龙的悲剧

家教不当惹的祸

更新家庭教育观念

## 第五章 糟糕的“四二一工程”

一部电视剧引发的思考

糟糕的“四二一工程”

社会造就迷茫的一代

## 第六章 情感落寞的年代

花季传来不和谐的声音

青苹果的季节

情感落寞带来的痛楚

雨季可以不再来

## 第七章 不成熟的心理自救

那些过早凋谢的花朵

不成熟的心理自救

孩子的生存环境需要“清淤”

## 第八章 心理教育该何去何从

中学生心理教育严重“贫血”

学校教育以机制为重点

家庭教育以生活为重点

## 第二部分 常见心理问题释疑

## 第一章 为什么敢向老师叫板

……

## 第三部分 如何巧用心理工具

## &lt;&lt;成长不烦恼&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：良药苦口：让磨蹭付出代价顺其自然是人们推崇的人生哲学，其实，对于孩子的磨蹭也可采用这种哲学：当孩子磨蹭时，不急不躁，不闻不问；当磨蹭给孩子带来不良后果时，他自然会正视并改正。

自然法则告诉我们，每一种行为都会产生一个行为结果，例如：不吃饭自然会饿，不及时穿衣自然会着凉，早晨赖床自然会迟到，东西乱放自然会找不到……这些结果是伴随行为自然产生的。

父母只需提供机会让孩子体会自己行为的结果，孩子自然会从不当行为的结果中得到教训。

比方说孩子早晨起床后磨磨蹭蹭的，家长不要急，也不要帮他，可以提醒孩子一下，“再不快点可要迟到了”。

如果他依然在那里磨磨蹭蹭的，不妨任由他去，不必担心孩子上学会迟到，其实我们恰恰就是要让孩子亲身体验上学迟到的后果。

孩子如果真的迟到了，老师肯定会询问他迟到的原因，孩子挨了批评后，就会认识到磨蹭给自己带来的坏处，几次以后孩子自然就会自己加快速度。

再如，孩子做作业时磨磨蹭蹭的，也不用催促他，只是要求他按点睡觉，即使作业没做完，也是没有商量余地的。

他写不完作业，第二天一定会遭到老师的批评，他必须自己承担这个结果。

受了老师的批评，他就会及时醒悟并改正磨蹭的毛病。

孩子只有在体会到磨蹭给自己带来损失之后，他才能够自觉地快起来。

因此，让孩子为自己的磨蹭付出代价，让孩子自己去品尝磨蹭的自然后果，不失为一个改掉孩子磨蹭毛病的好方法。

<<成长不烦恼>>

编辑推荐

《成长不烦恼》是由黄山书社出版的。

<<成长不烦恼>>

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>