

《逆反与情爱（高中篇）》

图书基本信息

书名：《逆反与情爱（高中篇）》

13位ISBN编号：9787030169167

10位ISBN编号：7030169166

出版时间：2006-4

出版社：科学出版社

作者：祝卓宏 编

页数：337

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《逆反与情爱（高中篇）》

内容概要

《逆反与情爱(高中篇)》是“独生子女心理健康指导系列”之一。《逆反与情爱(高中篇)》针对高中生的心理特点，以及在成长过程中所表现出来的心理问题进行阐述，抓住其最具特点的案例进行针对性的分析，尤其是站在家长和家庭的角度，说明高中生心理问题产生的根本原因，从老师和家长的层面深刻地认识心理问题产生的根源，通过老师和家长对行为和心理的改善从而改善高中生的心理问题。全书内容包括高中生在家庭、朋友以及周围人际圈中所表现的不健康的行为案例，每个案例由孩子的故事和家庭的故事，分析产生问题的原因，专家提出建议和预防的方法组成。

《逆反与情爱（高中篇）》

作者简介

祝卓宏 中科院心理研究所博士研究生 解放军总医院医学心理科主治医师 中科院心理研究所心理咨询社社长 中科院心理研究所心理咨询与治疗中心咨询师 培训经历 心理治疗师循环督导连续培训班培训 中德高级心理治疗师催眠与行为治疗培训 国际心理创伤与治疗连续培训班EMDR治疗培训

《逆反与情爱（高中篇）》

书籍目录

如何面对高考落榜? 1 孩子害怕上高三怎么办? 8 如何摆脱后悔的阴影? 15 如何面对高考前的烦躁情绪? 21 如何面对不理想的高考分数? 28 如何缓解考试焦虑? 35 她为何考场晕倒? 41 如何平息嫉妒之火? 49 孩子为何在高考前破罐子破摔? 57 减少睡眠为何成绩还是不好? 64 母亲的关怀为何成了干扰? 71 如何缓解高考后焦虑? 78 总是嫉妒同学怎么办? 86 他为何活得这么累? 93 父母“望子成龙”，怎么办? 100 孩子为何“金口”难开? 107 如何消除暗恋的苦恼? 114 她为何如此冷漠? 121 优等生为何晕倒考场? 128 她为何控制不住反复检查作业? 135 为何要尊重孩子的选择? 142 他为何总是打架? 149 他为何不会独立学习? 156 孩子为何如此讨厌父母? 163 她为何要离家出走? 170 她为何总担心出车祸? 177 他为何突然离开人世? 184 如何看待出国? 191 她为何如此自负? 198 如何对待逆反的孩子? 205 他为何沉迷网络游戏? 212 如何克服自卑? 219 “天才”是怎样被扼杀的? 226 “身在曹营心在汉”怎么办? 233 如何面对挫折? 240 他为何如此优柔寡断? 248 如何克服虚荣心理? 255 我是同性恋吗? 262 爱上了老师怎么办? 269 如何戒掉烟瘾? 276 孩子患了厌食症，怎么办? 283 如何走出失恋的阴影? 290 她为何痴迷自己的偶像? 297 自慰，是对还是错? 305 如何应对校园暴力? 312 孩子害怕交往怎么办? 319 如何走出网恋? 327 后记 335

《逆反与情爱（高中篇）》

章节摘录

如何摆脱后悔的阴影？ 孩子故事 丽娜今年是第二年复读，她是练体育的，文化课总能高出分数线二百来分，体育专项第一次差5分，这次体育专项差0.18分。平日里她学习很努力，技术练得也很不错，她是体育队里惟一所有科目模拟考试都能及格的学生，老师们都觉得她今年考上本科是没有问题的。结果因为今年专项考试前一周出的一个意外的事故：在热身跑的时间她偷了个懒没去，跟高二的同学在边上玩，结果帮忙捡铅球的时候手被砸伤了，当时皮肉就脱了，露出骨头，把她吓坏了。关键是因为这样，本来她能投出二级的标枪项目，考试的时候却足足少了10米，这个单项成绩就少了4分，因为这样她与本科擦肩而过。但是因为已经是复读两年，她也不想再折腾下去，好不容易进了个专科学校。当她父亲跟她一起去学校报到的时候，其他同学都很兴奋、激动，唯独她愁眉苦脸，一丝笑容都看不到。当时她就想跟父亲回家种田去，她觉得自己很倒霉，怎么所有背运的事情都让她撞上了？当时跑步有啥不好，非在操场上玩儿，但是要是手顺着球的方向出去就不会被砸，多少个“如果”让她更加不愿意接受现在这个学校。她那么辛苦地考了两年，这两年里顶着巨大的压力，多少个日日夜夜以泪洗面，就为了多争取几分考个本科。要是真的能力不够考不上也就认了，可偏偏是命运捉弄人，她很是懊恼，难以摆脱后悔的阴影。

家庭故事 丽娜的父亲曾经也是搞体育的，当时在县里还得过第一，他的头脑很聪明，但是不爱学习，就是有体育天分。平时爬树上墙，三下两下，完全不在话下，可要说考试，那可就比登天还难。本来他就没指望能考学，后来意外有一个机会可以让丽娜父亲上大学，但是当时村长女儿的对象想去，为了这个事情，村长找到了1951年就入党的丽娜奶奶商量能不能把这个名额让给他的准女婿。村长当时说：“你家孩子还小，等明年有指标就先让他上。”奶奶是村里的妇女主任，又是老党员，这个道理也说得过去，就答应了。谁知真是天意，第二年国家政策就变了，丽娜的父亲再也没有了上大学的机会。丽娜父亲不希望自己身上的遗憾发生在孩子身上，从小他就要求孩子一定要凭真本事考学，而且他威胁丽娜：“你只有两条路，一条就是自己考上大学，我供你读完，一条就是我给你买十头羊，你自己放羊去”；“要是能往上读就供，不能读，休想让我拿钱出来交高价，拉关系”。在小学升初中的时候，从来不肯拉下面子的父亲陪着丽娜上重点初中的校长家送礼，当时花了四百来块钱。钱是小事，但是父亲为了孩子的将来，把自己的尊严和原则都先搁到一边儿去了，这让丽娜一辈子也忘不掉。

原因分析 丽娜对于目前状态不满意，一直懊恼后悔的主要原因如下：首先是复读两年的压力，让她对这次考试的结果期望很高。如果再考不上，就真的要面对就业压力，以及别人的各种负面评价。她认为只有考上大学才有出路，后退就是死路一条。其次是父亲给丽娜的压力。父亲没有考上大学，是人生的一大遗憾，因此对孩子的期望很高，也愿意为孩子考学付出自己所有的努力，但是他给丽娜的出路选择太狭窄，让本来自我压力已经很大的丽娜，更感觉到：如果考不上大学连父亲的支持也没有了。另外，丽娜的性格比较倔强，不善于调整心态也是一个原因。个性比较好强的丽娜总是会高标准要求自己，她相信只要是自己想得到的，没有做不到的。不服输的性子让她在存在竞争的活动中，表现出一股狠劲儿，不达目的决不罢休，遇到挫折却很难调整。这次没有上本科线的确跟考前的事故有关，但是她不能接受现实，没能及时调整心态，一直笼罩在后悔的阴影中。 P15-18

《逆反与情爱（高中篇）》

编辑推荐

“独生子女心理健康指导系列”丛书分为5册，分别冠名为《赢在起跑线——学前篇》、《求知的开始——小学篇》、《成长的烦恼——初中篇》、《逆反与情爱——高中篇》、《成功走向社会——大学篇》。每册书各包含40~50个篇章，从“孩子故事”、“家庭故事”、“原因分析”和“专家建议”四个方面叙述和分析各种活生生的青少年心理健康案例。

《逆反与情爱（高中篇）》

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：www.tushu000.com