

《心想事成助高考》

图书基本信息

书名：《心想事成助高考》

13位ISBN编号：9787121104855

10位ISBN编号：7121104857

出版时间：2010-3

出版社：电子工业出版社

作者：王常春

页数：196

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

《心想事成助高考》

前言

众所周知，中国的高考生是全世界最了不起、最辛苦的学生。高考这段经历让孩子们收获的绝不仅仅是考上了自己理想的大学，更重要的是他们拥有了人生最宝贵的挫折经历，一次次跌倒，又一次次爬起来。我的女儿是2005年的考生，她曾用“饱满”两个字来形容高考带给她的感受。我非常欣慰地发现，饱尝了“俱全”“五味”的女儿的确在高考中迅速成长起来。如今的她已经是就读于德国大学的数学硕士。其实，作为曾经的考生家长，我又何尝不是在陪伴女儿高考复习考试的整个过程不断成长着。我曾经历过有一腔的爱女之心却无“考助”经验的烦恼，也曾忍受过女儿因身心疲惫随时都会引爆“情绪炸药包”的紧张，最后历练成了一个能悟出如何做能有效才“助”考的心理老师、营养师和按摩师。我愿把自己的所感所悟及“助”考心得奉献给家有考生的家长朋友们，如能对您稍有帮助，我将感到非常欣慰。作为一个成天与学生打交道的心理老师，我还算比较了解学生的需要，也知晓作为“助”考者的我们，最该满足他们的哪些需要。只有知己又知彼，我们才有可能用最简单、最有效的方式帮助孩子。我可以非常负责任地说，在高考期间，孩子对精神方面的需求要远远大于对物质的需求。我之所以将本书取名为《心想事成助高考》，就是在强调这样的一种理念。的确，比起那些具体的、操作层面的“助”考方法，“心”与“想”这些精神层面的东西，对孩子来说要重要得多，对他们的“助”考作用也大得多。在与家长朋友们交流的过程中，我采取了“意会”汉字的方式，试图用挖掘我们大家既熟悉又陌生的汉字内涵的方式，与您共同探讨如何“助”考更有效的话题，这也算是本书的一个特色吧。“助”考的确无小事，“助”考真要讲科学。希望家长朋友们能在“助”字上做足文章，倾注亲情，尽己所能，“助”到点子上，“助”到关键处。为了帮助考生家长实现关爱孩子、给他们从物质到精神的支持、“助”孩子高考心想事成的愿望，作者根据自己亲历的爱女中考和高考，以及多年为考生家长进行心理辅导所积累的大量一手材料和生动的教育、教学案例，精心撰写了本书，内容包括心想事成助高考“系统”更新由“心”生、教子智慧篇、家庭和谐篇、正向激励篇、积极心态篇、降低能耗篇、情绪疏导篇、亲子沟通篇、“助”到实处才有效等诸方面。本书贴近实际，渗透理念，图文并茂，操作方便，解决问题，易见实效，是指导家长营造和谐家庭氛围、疏导考生负面情绪、进行有效亲子沟通、做好后勤保障工作不可多得的辅导书。

让我们一起努力，“助”孩子高考之事一定成。让我们一起期待着孩子高考的好消息。

愿天下所有考生家长心想事成！

《心想事成助高考》

内容概要

《心想事成助高考:我是家长助考赢》贴近实际，渗透理念，图文并茂，操作方便，解决问题，易见实效，是指导家长营造和谐家庭氛围、疏导考生负面情绪、进行有效亲子沟通、做好后勤保障工作不可多得的辅导书。

中国的高考考生是全世界最了不起、最辛苦的学生。为了帮助考生家长实现关爱孩子、给他们从物质到精神的支持、“助”孩子高考心想事成的愿望，作者根据自己亲历的爱女中考和高考，以及多年为考生家长进行心理辅导所积累的大量一手材料和生动的教育、教学案例，精心撰写了《心想事成助高考:我是家长助考赢》，内容包括心想事成助高考、“系统”更新由“心”生、教子智慧篇、家庭和谐篇、正向激励篇、积极心态篇、降低能耗篇、情绪疏导篇、亲子沟通篇、“助”到实处才有效等诸方面。

《心想事成助高考》

作者简介

王常春，国家级心理咨询师，中国心理卫生学会会员，清华附中网校、北大附中网校、京鸿疆立体远程教育网特聘心理教育专家，北京市海淀区心理学科学科带头人、骨干教师、兼职教研员，中学高级教师。数年来为考生、家长、老师、中学校长、网校进行有关高考的专题辅导、培训与讲座百余场，全面了解并深刻理解考生们的种种迷茫和困惑，积累了大量的一手材料和生动的教育、教学案例。

《心想事成助高考》

书籍目录

第1章 心想事成助高考说说“助”字聊聊“想”字谈谈“心”字第2章 “系统”更新由“心”生有趣的视网膜效应话说大脑激活系统“容量有限”说“视而不见”为哪般质疑自己的“见”优选“见”的关注点第3章 汉字中的“助”考智慧之一——教子智慧篇“爱”里的教子智慧“恕”蕴含的包容心态“习”字说道理“教”讲求方法“育”字话亲情第4章 汉字中的“助”考智慧之二——家庭和谐篇“和”字话谐调“安”字显关怀第5章 汉字中的“助”考智慧之三——正向激励篇激活“水”中的“真阳”“春”提示“爱”的温度“化”字强调内在变化第6章 汉字中的“助”考智慧之四——积极心态篇感受“乐”的鼓舞心“态”蕴藏的能量第7章 汉字中的“助”考智慧之五——降低能耗篇“忧”对身心的影响“从”、“比”二字有差异“怨”、“怒”二字的负作用“降”字话能耗第8章 汉字中的“助”考智慧之六——情绪疏导篇“中”字强调中庸之道疏“导”情绪讲技巧第9章 汉字中的“助”考智慧之七——亲子沟通篇满足孩子“欲”之需要“自”、“我”二字话尊重倾“听”需用“心”“圣”字话良言“说”讲究心平气和“赞”字有“好礼”“正”面传递信息“眼”字透露心灵秘密第10章 “助”到实处才有效满足孩子大脑的种种需要饮食是孩子天大的事让孩子喝上“好水”优质睡眠调出好状态按摩的神奇功效

《心想事成助高考》

章节摘录

“想”字的上面部分是一个面相的“相”字，字底部分是个“心”字。纵观“想”字的上下两部分，可以说“心中所想”之事，对于一般人来讲，其实无秘密可言，都会在自然状态下呈现在“面相”上。或者我们可以说，脸是我们观察、了解一个人“心中所想”的窗口。家长朋友们，我们对孩子的态度尊重与否，对孩子抱有怎样的期望，这些“心中所想”的内容，都会不经意地“写”在我们的脸上，是不用语言就可以流露出来的信息。我们在后面章节中提到的“期望效应”，有相当部分的“期望与祝福”是通过面部表情传递给孩子的。同样我们对孩子的不满也是掩饰不了的。表达的是“想”的心声。我们每个人所“想”的内容都会存储在潜意识里。因此，“想”会在不经意间影响到我们与孩子说话时的语言，当然也包括肢体语言。这是因为，在我们所说的话中，只有1%是通过意识组织起来的，而有99%的内容是在本能地表达着自己潜意识里的“想法”。也就是说，语言不能掩饰我们内心最真实的想法，因此同样的话怎样的形式说，就表达了怎样的想法。我们假设一个情景，来模拟感受一下。某天您带着孩子去朋友家做客。由于好久未见面，彼此之间话又聊得十分投机，不知不觉中已经到了晚上九点多了。这时女主人下意识地看了几下挂在墙上的表。相信细心的您会注意到女主人的这个动作，会在寒暄几句之后，起身告辞。

《心想事成助高考》

编辑推荐

营造和谐家庭氛围，疏导考生负面情绪，进行有效亲子沟通，做好后勤保障工作。《心想事成助高考：我是家长助考赢》贴近实际，渗透理念，图文并茂，操作方便，解决问题，易见实效，是指导家长营造和谐家庭氛围、疏导考生负面情绪、进行有效亲子沟通、做好后勤保障工作不可多得的参考书。《心想事成助高考》，教子智慧篇，正向激励篇，降低能耗篇，亲子沟通篇，“系统”更新由“心”生，家庭和谐篇，积极心态篇，情绪疏导篇，“助”到实处才有效。

《心想事成助高考》

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