

<<心灵对话>>

图书基本信息

书名 : <<心灵对话>>

13位ISBN编号 : 9787030269126

10位ISBN编号 : 7030269128

出版时间 : 2010-4

出版时间 : 科学出版社

作者 : 高永金

页数 : 208

版权说明 : 本站所提供之下载的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>

<<心灵对话>>

前言

亲爱的中学生朋友，摆在你面前的这本心理健康读本，是“中学生心灵自助丛书”中的第三本。本书记述了我在中学一线做心理咨询的30个典型案例。

为了帮助更多的中学生朋友解除成长中类似的困惑，我将这些案例分类整理，根据案例性质分为青春滋味、成长心事、学海泛舟、人际在线、生活百味、Kingking信箱六大主题。

本书在写法上突破了传统的心理咨询的个案写法，对咨询过程加以情节化处理，对咨询案例加以散文式描写，文笔生动，见解独到，有一定的启发性。

同时，本书还专门针对案例内容绘制了多幅漫画，大大增强了本书的趣味性和可读性，希望能更符合你们的阅读口味。

在过去的几年里，我通过心理咨询室的现场咨询、电话咨询、QQ在线咨询、E-mail咨询和信件咨询等方式接待了全国各地的中学生朋友近3000人次。

同学们的心理困惑主要集中在以下几个方面：学习问题（主要包括学习压力大，考试没考好，上课分心，对学习没有兴趣，没有好的学习方法等）；人际交往问题（主要包括与同学、父母和老师的关系问题）；情感问题（主要包括失恋、暗恋和师生恋等）；中高考问题（主要包括考前、考中和考后的困惑等）；其他问题。

根据同学们的这些不同类型的心理困惑，我从近3000个案例中挑选了这30个典型案例，并精心编排，于是就有了今天同学们手上的这本心理健康自助书。

<<心灵对话>>

内容概要

本书是“中学生心灵自助丛书”中的一本，记述了笔者在中学一线做心理咨询的30个典型案例。根据案例涉及问题的性质分为青春滋味、成长心事、学海泛舟、人际在线、生活百味、Kingking信箱六大主题。

本书在写法上突破了传统的心理咨询的个案写法，对咨询过程加以情节化处理，对咨询案例加以散文式描写，文笔生动，见解独到，令人深受启迪。

同时，本书还专门针对案例内容绘制了多幅漫画，大大增强了本书的趣味性和直观效果。

本书内容通俗易懂，深入浅出，可供广大中学生、家长及教师阅读。

<<心灵对话>>

作者简介

高永金，全国十佳心理教师，北京师范大学心理健康教育专业硕士，全国申小学心理健康教育讲师团讲师，广西中小学心理辅导教师导师，广西教育学院教研部特约研究员，桂林市中小学优秀德育工作者，首都师范大学附属桂林实验中学专职心理辅导教师。

长期致力于中学心理健康教育工

<<心灵对话>>

书籍目录

丛书序一 丛书序二 前言 青春滋味 莫名我就喜欢她 天涯何处无芳草 我把“贞操”献给他 他
是我永远的爱 “失贞”不洁的女孩成长心事 我是天下最不幸的人 优秀女孩缘何割手腕 走出
心灵的沼泽地 成长的心灵不该太沉重 找回遗失的快乐 学海泛舟 别让学习把自己逼上绝路 都
是“欺骗”惹的祸 头痛的秘密 找回昔日的辉煌 我是不是没有希望了 人际在线 友谊难道如
此不耐磨 朋友再好也有界 友谊里的牛皮糖 不能丢失的亲情 新老师，让我喜欢让我忧 生活百
味 挣脱“网”的束缚 苦难是一种磨炼 追星何以成病 失眠没那么可怕 我被人陷害了
KingKing信箱 期考来临与再失朋友让我痛苦 高老师，我快要疯了 莫把自己逼上绝路 请帮我
走出困境 我的孩子到底怎么了 后记

<<心灵对话>>

章节摘录

“ 我也不知道，所以才来求救于您嘛，老师！

您快给我想想办法吧！

我跟您明说吧，我真的真的好爱他，只要他理我，我愿将我的一切都给他！

”她的情绪又开始激动起来了。

“ 你愿将自己的一切都给他，难道连身体也给他吗？

”看见她这疯狂的样子，我的问题也开始直接并且“疯狂”了起来。

“ 是的，只要他理我，我什么都给，身体也给！

”她不假思索地回答道。

“ 天哪，你太夸张了，你把身体给了他，你能保证以后一定会和他结婚吗？

”我反问道。

“ 我不管！

只要他理我就行。

”她倔强地回答。

“ 要是他是花心鬼，玩了你以后就不理你了怎么办？

你还能拿什么给他，让他理你？

”我严肃地反问她。

“ 只要他喜欢，我再去给他找其他女孩子玩呗！

”她的这句话让我顿时无语！

现在的孩子真是太夸张了，让我这个80后的老师真切地感受到了90后孩子与我们的差别。

这让我想起了前段时间在网上看到的新闻，说有个90后的女生将自己的裸照放在毕业同学录里和自己的QQ空间里。

当然这只是极端案例，不是90后的普遍特征，所以我思索了一会儿，看怎么帮她。

于是我对她说：“哎呀，如果他讨厌你的话，你再怎么努力都没用的，如果你要是说出刚才那些话的话，他可能更加不想理你了，他会鄙视你的，那时你就更惨了！

！

我们男生哪个会喜欢一个不自尊、不自重和不自爱的女孩子呢？

”

<<心灵对话>>

后记

当我把书稿E-mail给付艳编辑后，心里有石头落地的感觉，顿时感到一阵轻松和惬意，8年来的一个心愿终于完成了。

“中学生心灵自助丛书”是我读心理学本科时的一个梦想，如今已变成现实。

记得读大学时，查阅完图书馆的全部心理学图书，想找几本适合中学生阅读的心理学科普读物几乎很困难。

当时我就在想，等自己毕业后，能写一套适合中学生阅读口味的心理学科普读物该有多好呀！

就是怀着这样一个梦想，我从大学三年级上学期（2002年）开始策划丛书第一本《心灵之友——中学生心理健康DIY》，经过近三个月的文献查阅和整理后，我于2003年拟定了书稿的目录，第一篇文章

“我看中学生异性交往过密”在当年初完稿，投往华东师范大学《大众心理学》杂志发表，投出后也没再理会。

那年暑假，我去图书馆阅读最新杂志，走到心理学杂志专架处，《大众心理学》最新一期（2003年第7期）杂志跃入我的眼帘，封面上就有我那篇文章的题目，我先是一惊，然后快速翻开杂志确认，当看见我的名字时，我欣喜万分。

是我的那篇稿子刊发了，而且还是封面文章，这篇文章后来被北京的《青春期健康》杂志全文转载。这篇文章的“高调”发表，大大激发和鼓舞了我撰写《心灵之友》一书的热情，我陆续撰写了不少这类文章在相关的杂志上发表，不少文章先后被人大复印资料等全文转载。

2003年11月，作为即将毕业的学生，我开始找工作，由于大学期间比较刻苦，积累较多，我得到了众多用人单位的青睐，很多单位都要和我签约。

<<心灵对话>>

媒体关注与评论

剖析中学生青春涌动的心灵，引导青少年摆脱心理困扰，自尊自信，走向光明。

——著名教育家、中国教育学会会长 顾明远 青春是多梦的季节。

呵护梦想、促进广大青少年人格的健康成长是每一位教育工作者的天职。

——北京师范大学教育学部教授 檀传宝 倾听成长的烦恼，激发成长的力量，分享成长的快乐。

——北京师范大学教育心理与学校咨询研究所所长 王工斌

<<心灵对话>>

编辑推荐

《心灵对话:中学生心理咨询实录》由科学出版社出版。

<<心灵对话>>

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>