

<<学一点心理学>>

图书基本信息

书名：<<学一点心理学>>

13位ISBN编号：9787300140148

10位ISBN编号：7300140149

出版时间：2011-8

出版时间：中国人民大学

作者：王玉萍 编

页数：354

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>

<<学一点心理学>>

内容概要

“学习偏科是怎么回事”，“上课注意力不集中怎么办”，“孩子撒谎是为了什么”……遇到这些问题，作为教师或家长的您是怎么看、怎么想、怎么做的？

您能处理得当吗？

由王玉萍编著的《学一点心理学》从心理学的角度出发，围绕现实生活中的心理问题，结合大量的案例，多角度地介绍并运用相关心理学的知识，为您提供实用有效的建议。

《学一点心理学》对象为所有关心、研究孩子教育的人，特别是教育工作者和家长。

<<学一点心理学>>

书籍目录

第一章 学习心理

- 一、有压力就一定有动力吗
- 二、不感兴趣怎么办
- 三、学习偏科是怎么回事
- 四、上课注意力不集中怎么办
- 五、作业磨蹭怎么办
- 六、他的记忆力真的不好吗
- 七、为什么要及时复习
- 八、是偏听、偏看、还是偏动手
- 九、学习时间如何管理
- 十、学习过程中也会出现“高原反应”吗
- 十一、什么是书写障碍

第二章 人际交往

- 一、如何提高班集体的凝聚力
- 二、怎样引导有不良倾向的“非正式群体”
- 三、教师如何指导异性同学交往
- 四、辛辛苦苦教学生，却不被学生理解该怎么办
- 五、怎样对待嫉妒别人的学生
- 六、如何指导学生之间的交往
- 七、怎样对待学生中出现的“同性恋”

第三章 情绪情感

- 一、自信心能够培养出来吗
- 二、青春期的恋情为什么浇不灭
- 三、怎样调节情绪
- 四、如何对待孩子的焦虑
- 五、孩子不敢一个人在家怎么办
- 六、我们要为自己的情绪负责吗

第四章 家庭关系

- 一、父母为孩子做到事无巨细真的是爱吗
- 二、父母过度约束会给孩子带来什么
- 三、对孩子盲目欣赏有益吗
- 四、漠视对孩子构成怎样的威胁
- 五、过度体罚孩子就能达到预期效果吗
- 六、亲子矛盾很难逾越吗
- 七、父亲角色缺席，可以吗
- 八、隔代教养真的让父母放心吗
- 九、夫妻大战会给孩子的心理带来什么
- 十、当父母离婚时，我们能为孩子做些什么
- 十一、重组家庭的父母如何爱孩子
- 十二、被领养的她不接受妈妈怎么办

第五章 行为问题

- 一、他是真的生病发烧了吗
- 二、孩子撒谎是为了什么
- 三、逃学都是孩子的错吗
- 四、孩子偷东西怎么办

<<学一点心理学>>

五、该如何对待孩子沉迷网络游戏的问题

六、为什么大家都讨厌我

第六章 心理疾患

一、如何对待多动症的孩子

二、孩子挤眉弄眼并且抽动是怎么回事

三、一提上学就恐惧怎么办

四、以瘦为美而厌食怎么办

五、他拼命反复洗手是怎么回事

六、她常常郁郁寡欢是怎么回事

七、他总是喜欢独处是怎么回事

第七章 教师发展与职业幸福

一、作为教师，专业成长之路怎么走

二、教师如何在研究与反思中成长

三、现在的教师为什么缺少快乐

四、面对压力，教师如何去适应

五、教师如何进行自我心理调节

六、怎样成为一名学生喜欢的老师

七、教师如何与学生家长沟通

章节摘录

版权页：“高原现象”的出现，确实会影响人的情绪，降低自信心，使人缺乏学习兴趣，并对现实的学习过程产生厌倦和焦虑。

但是只要我们能够了解“高原现象”产生的原因，及时帮助学生掌握克服的方法，就能及时消除负面影响。

让我们一起来分析“高原现象”产生的原因。

第一，知识上存在盲点。

在现代教学中，由于学生数量众多和其他条件的限制，老师往往很难照顾到每一位学生，整个教学只能按照“机会均等”的方式进行。

有些同学缺乏自主学习的习惯，只满足于完成作业，这就使原本掌握得较好的知识点和能力点不断被重复，而自己的掌握得不好的知识点和能力点却又难以得到强化训练，这是导致总成绩徘徊不前的重要原因。

第二，学习方法需要更新。

随着复习的深入，复习方法也随之变化。

是侧重识记还是侧重理解？

是侧重应用还是侧重综合？

具体的复习阶段的侧重点都是不相同的。

一成不变的学习手段，效果肯定大打折扣。

“一把钥匙开一把锁”，新问题没用新方法去解决，一定会既费力又无效。

张志同学在高三系统复习阶段所反映出来的现象，正是由于复习知识的内容、形式、方法发生了变化而引起的，此时，张志同学需要根据这个阶段复习的特点，调整学习计划和复习方法，相信在一段时间后自然会适应学习的节奏，又会找到学习进步给自己带来的快乐和成就感。

第三，心理上出现疲劳。

经过一段时间的努力拼搏，学习成绩仍不尽如人意，来自父母、学校的压力，使学生缺乏成功的体验，对每天的付出产生怀疑，学习兴趣大减，整天处于被动的应付状态，感觉好累，有时内心还会冒出莫名的“怨气”。

在这样低落的情绪下，当然觉得自己每天在做“无用功”，这是“高原现象”产生的原因之三。

编辑推荐

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>