第一图书网, tushu007.com

<<好心理 好成绩>>

图书基本信息

书名：<<好心理 好成绩>>

13位ISBN编号：9787540751449

10位ISBN编号：7540751444

出版时间：2011-6

出版时间：漓江出版社

作者：王极盛

页数：236

字数：186000

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

前言

上大学，上名校，将来为中华民族伟大复兴做出贡献，。
是中国亿万家长和学生的愿望！
　人往高处走，水往低处流。
时代在发展，社会在前进。
家长和学生的要求是完全正当的，问题是怎样实现这些愿望？
　什么事情都有规律，家庭教育也有规律，考试成功也有规律，只要学生掌握了考试成功规律就一定会成功！
考上理想大学不是梦，考上北大、清华不是梦，为国成就事业不是梦，人生健美幸福不是梦！
只要家长掌握家庭教育规律，帮助孩子考上理怒大学不是梦，帮助孩子成为振兴中华的优秀人才不是梦！
　我32年来对心理健康、家庭教育的调查研究与实证研究表明，成功家教对孩子考出好成绩，考上理想大学关系甚大。
我的研究表明考生最大的压力来自家庭，90.4%的考生害怕考不好使父母失望，很多家长陷入孩子考试五大误区：过分关爱、过分干涉、过分期待、只言教而不身教、忽视孩子心理健康。
　很多家长对家庭教育和孩子考试处于干着急、瞎帮忙、帮倒忙状态。
有一位家长给我讲，他的文化程度低，孩子上了初中，他在功课上就辅导不了孩子了，每到星期天就到北京图书大厦去关注初中的教辅材料，看人家买什么他就买什么，每个星期天都买三本五本，回来让孩子看教辅材料做教辅试卷，孩子说：老师布置的作业我都做不完，哪有空做这些？
孩子还抱怨着说：“ 爸爸你别给我添乱，我看你这些教辅材料心里就堵得慌，既郁闷又着急！
”　每年高考，大中城市家长送孩子上考场是具有中国特色的一道独特风景线！
我在北京某考场上曾经看到一位考生有九位家长来护送，爸爸妈妈，爷爷奶奶，姥姥姥爷，叔叔婶婶，还有小姨，孩子进考场前一人一句话，一个人说：“ 你一定要考好，这是关系你个人命运的大事。
”另一位说：“ 不仅关系你个人命运、前途，还是关系整个家庭命运的大事。
”一个孩子带着九位家长的重托，还能以平常心对待高考吗？
他能没有心理压力吗？
　我在山东讲课，有的学生喊了一个口号：辛苦我一个，幸福三代人。
一个人考好了，三代人都幸福，一个人考不好，三代人都不幸福！
中国考生肩负着来自家庭的重大压力。
　我的研究结果表明家长心态好，能帮助孩子心态好，使考生超常发挥50分到100分不是梦！
2009年高考，河北考生陈璐二模没考好，挂电话告诉她爸爸，说她二模考坏了，她爸爸说考坏了是好事。
她认为她爸爸听错了，她又说了一遍，她爸爸说考坏了当然是好事，考坏了能发现问题，把问题解决了高考不就考好了。
在爸爸的鼓励下，她很快调整了心态，高考竟然成为2009年高考河北省文科状元，考取了北京大学！
　有一年高考，北京八十中学考生路程远，一模成绩596分，年级排名第12名，二模成绩604分，年级排名第8名，高考时竟然以704分的成绩成为当年北京市高考理科状元，考取清华大学！
我问他，你为什么考得这么好，他说爸爸妈妈给的。
爸爸妈妈没给压力，使他以平常心参加高考，越考越放松，使他超常发挥。
　高考前家长心态不好，会造成孩子心理压力，使孩子发挥失常！
有一位考生跟我讲，他爸爸对他讲：你一定给我考上重点大学，否则我打断你的腿。
高考时他脑袋里不断地闪现他爸爸严峻的眼光，恐怖的语言，使他手都发抖，结果连二本都没考上。
　我的研究表明：中国家长对孩子教养方式过分关爱占30%，过分干涉占30%，严厉惩罚占10%，而温暖、理解、民主的家教方式仅占30%，可以说中国家教方式70%家长不及格，而我对400多位省级高考状元的研究表明：状元家长对孩子教养方式几乎全部都是温暖、理解、民主的教养方式。
父母教养方式对子女的人格、心理健康、品德与学习成绩都有着密切的关系。

为了提高我国的综合国力，为了适应21世纪人才的竞争，父母要侧重培养孩子的创新心理素质，即创新人格、创新意识、创新能力。
创新人格是创新意识和创新能力的基础，家庭教育对孩子创新人格的塑造起着基础性、重要性、关键性的作用。
而我们很多家长由于家庭教育方法不当，熄灭和扼杀了孩子的创新火花，扼杀了孩子的创新精神与创新意识。
本书以我32年高考、心理健康、家庭教育研究的成果为基础，以中国家庭教育的现状为出发点，以中国家庭教育的热点、焦点与难点为中心，以树立家长正确的家庭教育观，以掌握现代的、科学的家庭教育观念，掌握科学的父母家庭教养方式，掌握表扬与批评孩子的心理艺术，提高科学的开发孩子的创新能力和记忆能力，树立心态就是分数，好心态好成绩的理念为其主要内容。
最后，我衷心希望家长掌握家庭教育规律，祝愿家长心想事成，梦想成真，帮助孩子考上理想的中学和大学，帮助孩子成为振兴中华的优秀人才。
王极盛　2011年5月

内容概要

心理健康和考试成绩有关系吗？

状元父母怎样调节孩子的情绪？

孩子有逆反心理怎么办？

孩子沉迷于电子游戏怎么办？

……

著名心理学家、家庭教育专家、高考状元研究专家王极盛教授历经30余年研究，调查了500余所中学，对400名高考状元及其家长进行了一对一的访谈，从科学与实践的角度，全面揭示适合中国家庭的、培养高考状元的家教秘籍，并由此提出了适合新世纪中国家庭的家教新理念和新主张。
书中列举了作者亲自走访的众多中国家庭的现实案例，以及大量详实的数据资料，真实、生动，有说服力，是值得中国父母阅读的家教参考书。

作者简介

教授、博士生导师、国务院政府特殊津贴获得者，曾任中国管理科学研究院社会心理学研究所所长，中国著名心理学家，高考心理指导第一人，高考状元研究第一人。
他是被媒体广泛关注的高考问题、心理健康与家庭教育问题的权威专家。
他所获得的科技成果，所发表的专著、论文、科普文章，以及由此带来的社会效益，在中国心理学界均名列前茅。

王极盛教授曾9次获得科技成果奖，其中人事心理学研究等5项科技成果获得中国科学院与省部级重大科技成果奖。
在国内外出版专著100余部。
在国内外发表学术论文312篇，在杂志与报纸上发表科普文章近400篇。
新华社、中央电视台、中央人民广播电台、中国教育电视台、《中国青年报》、《中国教育报》、《中国妇女报》、《南方周末》、《北京晚报》等数百家媒体报道过王极盛的心理学研究成果。
新华网、人民网、CCTV网、新浪网、搜狐网、腾讯网等多家全国知名网站都分别多次对王极盛教授进行报道。

书籍目录

序言提高心理素质，提高学习成绩
第一章家庭教育的现状与特点
一、期望很高
二、代价很大
三、失望不小
四、心理了解很少
第二章走出家庭教育的九大误区
一、走出教育孩子无师自通的误区
二、走出“听话”教育的误区
三、走出分数教育的误区
四、走出重智育轻德育的误区
五、走出重视身体健康忽视心理健康的误区
六、走出重言教轻身教的误区
七、走出赶浪潮忽视个体差异教育的误区
八、走出孩子只能成功不能失败的误区
九、走出重视认知忽视实践的误区
第三章新世纪合格家长的家教观念
一、家长要首先受教育
二、科学的教育方式
三、开放式的家庭教育
四、做人教育是家教的核心
五、与孩子交朋友
六、注重对孩子创新心理素质的培养
七、家长要身体力行
第四章父母教养方式
一、过分保护式的教养方式
二、过分干涉式的教养方式
三、严厉惩罚式的教养方式
四、温暖、理解与民主式的教养方式
第五章表扬与批评孩子的心理艺术
一、教育孩子要讲艺术
二、表扬的心理艺术
三、批评的心理艺术
第六章心理健康与考试成绩
一、心理健康与学习成绩密切相关
二、令人担心的学生心理健康状况
三、孩子年龄、性别与心理健康
四、主要倾向：忽视心理健康
五、不必惊恐
六、家长要懂心理健康知识
七、不良心理问题与学习成绩
八、心理健康与身体健康
九、长时间玩电脑危害孩子的心理健康
第七章心理健康的自测
一、心理健康的检测

二、中国中学生心理健康量表
三、中国人心理健康量表
第八章状元家长家教的六大秘诀
一、做人教育是状元家教的灵魂
二、父母的表率作用
三、尊重孩子的人格
四、民主的家庭教养方式
五、不给孩子学习加压
六、从小培养孩子好的习惯
第九章成才的标准和途径是多样的
一、不能以子女是否升大学论家教的成败
二、智力发展与人才成功的四要素论
三、行行需要人才
四、自学成才
五、劳动者与人才可以相互转化
第十章开发孩子创新能力的方法
一、物品的用途训练法
二、同义词开发法
三、反义词开发法
四、组词开发法
第十一章帮助孩子学会记忆
一、防止孩子记忆的两种偏向
二、怎样才能防止遗忘
三、掌握最佳的记忆时间
四、合理用脑
五、稳定愉快的情绪
六、集中注意力
七、帮助孩子加强理解
八、学会运用记忆术
九、适当的营养
十、享受清新的空气
第十二章解决家庭教育难题对策
一、孩子厌学怎么办
二、孩子偏科怎么办
三、孩子考试粗心怎么办
四、孩子学习走神怎么办
五、孩子有逆反心理怎么办
六、孩子考试发挥不好怎么办
七、孩子品行差怎么办

章节摘录

目前中国家长对孩子的期望是怎么样呢？
从我对他们的采访和他们向我的咨询中，我的感触颇深。
一位家长对我讲：“‘文化大革命’剥夺了我们学习的机会。
那时是停课闹革命，闹了好几年，也没学新的知识，旧的知识也忘得差不多了。
后来又上山下乡，一晃几年，青春已过。
自己小时候就想上大学，‘文化大革命’使自己的大学梦变成泡影。
现在想起来心里就不好受。
自己今生今世是没办法了。
我只好把自己的梦想放在我儿子的身上。
儿子上大学，已成为我的梦想。
我不惜牺牲一切也要把我的儿子送上大学，了却我的心愿。
我把自己所有的时间和所有的精力都放在儿子上大学的梦想之中。
我相信中国的一句俗话‘有志者事竟成’。
科教兴国是国家的一个国策，这就保证我的孩子能上大学。
不像‘文化大革命’那个时代，那个时代已经过去，我将不惜一切保证我的儿子上大学。
” 一位下岗的女工谈起儿子念书的事，非常伤感地对我讲：“我已经下岗几年了，孩子的爸爸前几个月也下岗了。
儿子现在上初中一年级。
孩子在小学时成绩就一直在班里排前三名，这次期末考试在班里还是前三名，孩子对这个成绩不太满意，但我感觉是不错了。
自己的经济条件较差，孩子不能和那些家庭经济富裕的比。
虽然经济条件不太好，但孩子很要强，有出息。
我的心里多多少少也是个安慰。
这几年我当电梯工，三班倒，生活不规律，对孩子照顾也太少了。
现在有不少孩子都是爸爸、妈妈给做饭，帮助做作业，我没有那个条件。
孩子早晨听见闹钟响就爬起来，吃点饭就上学。
晚上回到家就一个人做作业。
中国有句俗话叫做‘穷人的孩子早当家’。
在这种生活环境下孩子的自理能力比较强。
我不能和那些家庭环境比较好的比，孩子有志气就好。
我和孩子爸爸就是因为文化程度低，下岗才首先落在我们头上。
我的孩子将来可不能落到这样的地步。
现在不一样了，社会竞争激烈，孩子将来靠什么竞争？
靠知识，靠文化。
所以，我下定决心要让孩子上大学。
我的经济比较困难，开电梯每月只300元钱，现在300元钱能干什么，出去一趟买点东西七八十元就花出去了。
但是，不管怎么样，我宁愿大人受点苦，也不能亏了孩子，我一定把孩子培养上大学。
” 一位30多岁的年轻父亲已经有两个孩子，一个10岁的女儿，一个5岁的儿子。
我说这是超生游击队，他笑了笑说：“我有两个孩子，经济并不富裕，但我要把两个孩子培养上大学。
女儿的学习成绩稍微不好，我就打她。
她有一次考试是两个优，一个良，我气坏了。
”我说：“两个优，一个良，你还气坏了？
”他说：“必须三个优，少一个优也不行。

我把孩子脸上打出五个大手印。
我是学武术的，手很有劲儿。
有一次我把她的脸打歪了，后来经过针灸才治好。
”我说：“你怎么这么凶，那是你的女儿！
”他说：“不打行吗？
不打能上大学吗？
我经常教训我的女儿说：你只有上大学，没有别的路可以走。
你不上大学，你的前途就和你爷爷一样，日出而作，日落而息。
再一个前途就是像现在城市里的一些打工妹，到处流浪。
”我说：“你不能打，打不是办法。
”他说：“我也知道，但是那股劲儿一上来就控制不住了，不打就得不了三个优，一步也不能落下，不然考不上大学。
”我说：“今后你可不要再打孩子了。
”他说：“我也明白点了，我爱人把我告到领导那儿去了，领导找我谈话，我也保证不打孩子了。
但是，不打也得保证上大学，只有上大学才是唯一的路。
”　一位怀孕三个月的准妈妈向我咨询怎么进行胎教，她说：“我要为孩子设计人生成长的蓝图。
首先要搞好胎教，不仅使孩子生下来没毛病，而且使孩子发育好，有聪明的大脑，这是为孩子将来的竞争创造条件。
其次是生下以后要优育，要进行早期教育，开发孩子的智力，能成为神童更好。
不能成为神童，也要使自己的孩子智商高一些。
然后送到好的小学或者私立学校。
钱不是大问题，孩子能学好是最重要的。
孩子将来上高中要上四中或是人大附中，为孩子考上北大、清华创造条件。
将来到美国留学，读硕士，读博士学位。
”　这位未来的妈妈还没见过宝宝的面就为宝宝勾画出未来的蓝图。
P2-4

媒体关注与评论

孩子学习方面一向很自觉，不需要我多操心，但在抗压力、应对挫折方面却是弱了点，以前我只是一味地鼓励，但却流于表面化，对孩子如隔靴搔痒，后来看了王老师的书。
知道了应该在找到根源之后对症下药。
从那以后，孩子的学习更加平稳，更让人放心了。
——一位2010年高考状元的母亲　以前对于孩子的教育问题曾经很迷茫，后来听了几次王教授的讲座，感触颇深，回去再面对自己的孩子，不会像以前那样盲目地做很多而不考虑实际的效果，现在我想得最多的就是我做的事对孩子成长、发展的意义，这样一来，家教反而轻松很多。
——某中学教师、学生家长 王教授所著的《青年心理学》是我国第一本真正意义上的大众心理学读物，也曾经是我爱不释手的枕边书。
像壬教授这样既有丰富的理论造诣，又有足够的实践研究积累的学者，我国还不是很多。
希望更多人从王教授这里获得知识和力量！
——名企负责人、王极盛教授的忠实读者

编辑推荐

《好心理 好成绩》以著名心理学家、家庭教育专家、高考状元研究专家王极盛教授32年高考、心理健康、家庭教育研究的成果为基础，以中国家庭教育的现状为出发点，以中国家庭教育的热点、焦点与难点为中心，以树立家长正确的家庭教育观，以掌握现代的、科学的家庭教育观念，掌握科学的父母家庭教养方式，掌握表扬与批评孩子的心理艺术，提高科学的开发孩子的创新能力和记忆能力，树立心态就是分数，好心态好成绩的理念为其主要内容。

第一图书网, tushu007.com

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