

<<如何培养孩子的社会能力2>>

图书基本信息

书名：<<如何培养孩子的社会能力2>>

13位ISBN编号：9787550208995

10位ISBN编号：7550208999

出版时间：2012-8

出版公司：北京联合出版公司

作者：默娜·B·舒尔

页数：262

字数：201000

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>

<<如何培养孩子的社会能力2>>

内容概要

8~12岁,是孩子进入青春期反叛之前的一个重要时期,是孩子身体、行为、情感和社会能力发展的一个重要分水岭。

同时,这也是父母的一个极好的契机——教会孩子自己做出正确决定,自己解决与同龄人、老师、父母的冲突,培养一个快乐、自信、社会适应能力强、情商高的孩子——以便孩子把精力更多地集中在学习上,为他们期待而又担心的中学生活做好准备。

<<如何培养孩子的社会能力2>>

作者简介

默娜·B·舒尔 (Myrna B.Shure Ph.D.) 博士, 儿童发展心理学家, 美国亚拉尼大学心理学教授。她为家长和老师们设计的一套“我能解决问题”训练计划, 以及她和乔治·斯派维克 (George Spivack) 一起所做出的开创性研究, 为她荣获了四项国家级大奖: 一项美国心理健康协会大奖 (1982年)、三项美国心理学协会大奖 (1984年、1986年、1994年)。她还是心理健康和预防青少年行为问题方面的媒体顾问。她根据这些研究出版的《如何培养孩子的社会能力》(Raising a thinking Child) 一书, 是全美畅销书, 并获美国“家长的选择”图书奖。

在本书中, 舒尔博士详细、具体地介绍了将“我能解决问题”法运用于8~12岁孩子的方法和效果。

<<如何培养孩子的社会能力2>>

书籍目录

前言

引言

第1章 行为不同的孩子思维不同

在8~12岁这个阶段,孩子们要经历生理、人际交往、情感和认知能力方面的迅速变化。而且,各个方面的变化不是同步的.....在如何处理问题方面,孩子们也会表现出很大的不同.....那些有解决人际问题能力的孩子往往能够茁壮成长,而那些缺少这种能力的孩子日后可能会出现问题.....

“我能解决问题”技能之一:理解别人的感受和看法

“我能解决问题”技能之二:理解别人的动机

“我能解决问题”技能之三:找到可替代的解决方法

“我能解决问题”技能之四:考虑后果

“我能解决问题”技能之五:分步计划

“我能解决问题”技能的实际应用

能力强的孩子为什么仍然需要“我能解决问题”法

第2章 四种养育风格

当父母想改变孩子行为的时候,他们会怎么说呢?

在多年的观察和研究之后,我得出的结论是,父母们在大多数时候会采用以下三种方法之一:运用权威,给孩子建议,或进行解释。

权威法

建议法

解释法

解决问题法

第3章 我有什么感受,你有什么感受

了解人们对于事情的感受,对于解决日常生活中经常出现的问题非常重要。

要缓和一个人的愤怒、沮丧或恐惧,我们必须先要了解并理解他的感受。

学会关注并认真对待别人的感受的惟一方法,就是首先要认真对待和关注我们自己的感受.....孩子的行为是以其感受为基础的.....

孩子们怎样看待情感

谁应该参加

学会“解决问题法”

?什么时候开始学

?如何谈论情感字词

?“担心”和“宽慰”

?“同情”和“共情”

?“不耐烦”和“失望”

?其他情感字词:“孤独”、“嫉妒”、“尴尬”

?不同的人,对同一件事情有不同的感受

?对同一件事有不同的感受

游戏和活动

?模仿电视抢答游戏

?索引卡片

?填写卡通气球

?编情感故事

情感字词在现实生活中的运用

有关情感字词的另外一些小对话

<<如何培养孩子的社会能力2>>

小结

第4章 有人在听吗

我们往往认为听是理所当然的。

然而，我们很多人——不论大人还是孩子——都没有真正地倾听。

结果，我们就无法解决问题。

如果我们不真正听别人在对我们说什么，或者我们在对别人说什么，我们就不知道问题所在，以及如何解决……倾听能力是解决问题能力的第三个核心组成部分……

教孩子学会听

为什么要倾听

?避免得出错误的结论

在现实生活中获取完整信息

?了解别人的需要

?注意重要的线索

在现实生活中

运用解决问题法：现实生活中的“我能解决问题”对话

小结

第5章 事情总是如表面那样吗

经常出现的情况是，事情并不总是像表面上看上去的那样……当人们对一个人的动机得出匆忙、不准确的结论时，就会误解那个人的意图……人们有时候在一件事情发生的当时了解不到全部事实，而且有时候过去了很久之后仍然如此……

某一时段的行为：“他为什么那么做？”

?收集足够的信息

?解读可见线索

?解读可见线索的活动

?实际生活中的某一时刻的行为

一贯行为：“为什么他会那样？”

?理解一贯行为的活动

?现实生活中的一贯行为

小结

第6章 要想解决这个问题，我还能怎么做：寻找多种解决问题的办法

社会能力强、情商高的孩子，能够想出不同的办法来解决问题，而不是做出冲动的反应，或者在第一次尝试失败后就放弃……

学会思考多种解决问题的办法

?在虚构的情境中运用多种解决办法

在现实生活中

?孩子与孩子之间的问题

?孩子与父母之间的问题

小结

第7章 接下来会发生什么：学会考虑后果

不要告诉孩子做什么、不做什么或者为什么这样做或那样做——孩子自己能够学会思考……但是，除了问“我还能做什么”之外，同样重要的是问“如果我那样做，接下来可能会怎么样”。

我们要帮助孩子们学会关注各种情感，还要学会考虑自己的行为所造成的其他可能后果……

学会考虑行为的后果

?思考需要时间

?虚构人物的行为所造成的后果

<<如何培养孩子的社会能力2>>

和父母们谈谈后果

在现实生活中

?孩子们之间的问题

?兄弟姐妹之间的问题

?父母和孩子之间的问题

?老师和孩子之间的问题

小结

第8章 我的计划是什么

有时候，解决人和人之间的问题，需要一种更加复杂的技能，叫做手段-目标思考，或分步计划。大约在8岁的时候，那些解决问题能力强的孩子和解决问题能力不那么强的孩子，在这个技能上就会表现出明显的不同.....孩子们需要把几项能力结合起来，才能制订出好的分步计划.....

培养制订分步计划的技能

?实现目标的步骤

?会遇到什么障碍

?行动的时机

?实现目标需要多长时间

综合运用

在现实生活中

小结

第9章 “我能解决问题”的高级技能：综合运用多种技能

在这一章，我们将看到如何将“我能解决问题”的各种技能结合起来——首先是将两项技能结合起来，然后是三项——帮助孩子们解决他们所面对的问题。

在虚构情景中

?关于友谊

?对付欺负人的行为

在现实生活中

?交朋友

?终止友谊

?应对恐吓

?当父母要求孩子终止友谊时

处理失望情绪

应对必须等待的情况：在虚构情景中

现实生活中的等待

小结

第10章 “我能解决问题”法适合我吗：父母们关心的一些问题

那些对孩子的行为给予更多思考的父母，也会更多思考自己的行为。

“对话可以缩短些吗？”

”

“让孩子自己思考，岂不是对他失去控制了吗？”

”

“用这种方法，孩子会认为他想干什么就干什么吗？”

”

“这种方法任何时候都适用吗？”

”

“我的孩子有多动症，这种方法会有帮助吗？”

<<如何培养孩子的社会能力2>>

“这种方法适合我吗？”

”

小结

第11章 一份“我能解决问题”测试卷

我设计了一个测试，来看看你能否熟练地将“我能解决问题”法与“权威法”、“建议法”和“解释法”区分开来。

孩子们之间的问题

父母和孩子之间的问题

后记 预防十几岁的孩子出现严重问题：吸毒、怀孕、暴力

<<如何培养孩子的社会能力2>>

章节摘录

版权页：插图：总之，那些能够理解人们对一件事在不同的时间会有不同感受的孩子（“我现在感到难过，但很快我就会感到高兴”或“妈妈不会总是生气”），能够把注意力集中到积极的情感方面，从而有助于从暂时的伤痛中恢复过来。

那些能理解自己对于一件事情会有复杂感受的孩子，能够把注意力集中在好的感受上，并以此作为克服焦虑和恐惧的方法。

这些技能，为孩子理解别人相互矛盾的感受，并帮助那些有类似痛苦的人铺平了道路。

谁应该参加 谈论自己的感受对于所有的孩子都是有益的。

大多数父母认为对于女儿来说确实如此，但说到儿子时，他们就会怀疑。

他们担心儿子会由于害怕被取笑或谩骂而拒绝和朋友谈自己的感受，并且在家里也不愿意谈，因为“女孩子才那样做”。

确实，从孩子刚出生开始，父母——尤其是母亲——对女儿表达的情感就比对儿子表达的多。

而且，当孩子到学前年龄的时候，父母和女儿谈论的情感（除了生气）也比和儿子谈的多。

一些人认为，儿子一定不能表现出太多的情感，否则会被认为是“离不开妈妈的孩子”。

<<如何培养孩子的社会能力2>>

编辑推荐

《如何培养孩子的社会能力2(教8-12岁孩子学会解决冲突和与人相处的技巧)》不但获得了1996年美国“家长的选择 (Parents' Choice Award)”图书奖,成为全美畅销书,无论你是已经熟练地掌握了《如何培养孩子的社会能力2(教8~12岁孩子学会解决冲突和与人相处的技巧)》中的方法,还是第一次使用这个方法,《如何培养孩子的社会能力2(教8-12岁孩子学会解决冲突和与人相处的技巧)》都将证明其价值。

它会帮助你回答这样一个问题:“我的孩子怎样才能学会解决现在和将来所要面对的问题呢?”任何时候学习“我能解决问题”方法,都不算太晚。

<<如何培养孩子的社会能力2>>

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>