第一图书网, tushu007.com

<<和孩子一起设计人生>>

图书基本信息

书名：<<和孩子一起设计人生>>

13位ISBN编号：9787801128300

10位ISBN编号：7801128303

出版时间：2008-4

出版时间：民主与建设出版社

作者：张放天

页数：171

字数：145000

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

第一图书网, tushu007.com

<<和孩子一起设计人生>>

内容概要

如果您想让您的孩子将来成为这3%或10%的优秀人士，请从亲子人生设计开始！
我们所追求的不仅仅是成功，我们所追求的更是一个人的全面发展和幸福。
从现在开始，请注意：　　我是一个最优秀的、最棒的家长。
要想让孩子变，我也一定要变。
在生命的每一天，我们家里的每个成员都应该有进步、有提高……只有这样我们才能每一天都拥有快乐。
我知道在未来教子的过程中，还会出现很多很多的问题，还要面对很多很多的挑战……但是，我不会再被难倒了，我也不会再有抱怨了。
我要向全世界宣告，我要向我的孩子证明——我是一个负责任的人，一个民主的、智慧的、优秀的家长。
今后，无论孩子再发生什么问题，我都要坚定以下信念：　　我坚信，天下没有不好的孩子，只有不好的家长。
我坚信，孩子是我命中的缘，他的出生和成长是为了磨炼我、激励我、提升我……　　我坚信，我是引发一切的根源。
孩子是我的一面镜子，如果孩子表现得不够好，说明我的教育方法也不够好；如果孩子有问题，说明我也有问题。
要想让孩子变，我也一定要变。
我坚信，自己变得越好，孩子就会变得越好。
我坚信，父母越能够尊重和理解孩子，孩子也就越能够尊重和理解父母。
我坚信，自己越能够站在孩子的角度考虑问题，孩子也就越能够站在家长的角度考虑问题。
我坚信，如果我们把注意力放在去寻找孩子的优点方面，那么我们就一定会发现孩子的优点越来越多。
我坚信，唯有我现在的孩子才更适合我，因为只有他才更能够激励我成长和提高。
从现在开始，请牢记：　　每个孩子都是金矿，我们要做的工作就是勘探　　每个孩子都是天才，我们要做的工作就是赞赏　　每个孩子都有心愿，我们要做的工作就是倾听　　每个孩子都想进步，我们要做的工作就是引导　　每个孩子都想成长，我们要做的工作就是鼓励　　每个孩子都是天使，我们要做的工作只有一个字：爱　　最后，用以下名人名言真正拉开亲子人生设计的序幕吧：
教育孩童首重激发兴趣和爱心，否则就是填鸭式的灌输，毫无意义可言。
——蒙田　　头脑不是一个要被填满的容器，而是一把需被点燃的火把。
——普罗塔戈　　没有时间教育孩子，就意味着没有时间做人。
——苏霍姆林斯基

作者简介

张放天，三眼国际创意文化传播机构签约专家北京市社会科学院应用心理学研究中心研究员国家高级职业指导师劳动和社会保障部职业指导人员教师资格研究方向：人生设计、职业规划、个人成长。

长期进行职业生涯规划和人生设计个案咨询与研究。
为众多家长和孩子进行亲子人生

<<和孩子一起设计人生>>

书籍目录

序　关键就是爱，真正的爱前言　中学生人生设计，父母是关键第一部分　考·分·人生设计——高考冲刺阶段的人生设计咨询　第一章　站直了，别趴下——一位再婚母亲的爱恨情仇　67天，提高了整整100分　母亲的“倾盆大雨”和“红肿双眼”　这个“四不一没有”家庭　日本漫画家富坚义博笔下的主角　他突然在我面前脱下上衣　和孩子一起成长　第二章　儿子是君，我是臣——地位的平等与心灵的沟通　他叫司灵远，“司令员”？　金字塔顶是父亲，塔底是母亲　“心灵相通，一通百通”　第三章　复读：耽误一年赢得一生——复读生分数之外的收获　复读大潮汹涌起　考上二本，重新复读　未来生涯幻游　第四章　给我一个选择的理由——志愿选择中的亲子沟通　把决定权交给孩子　“听了18年的话，听错了”　搞体育≠当体育健将　第五章　高考：中刺班A姑娘的故事——考前30天的成长与体验　高考前夜的求助短信　班里来了个女明星：“王祖贤”　她最崇拜李嘉诚　“家庭电视连续剧”　有缺憾的人生　第六章　母亲的微笑——一对母女的中考考前咨询　“如数家珍”与“无计可施”　美女+才女的微笑　母亲的“考前焦虑症”　第七章　银铃般的歌声——那些还没有中考的初中孩子们　初一男生：未来“影帝”的诞生　初二女生：女版“郭敬明”的追求第二部分　中学生亲子人生设计教育的关键　第八章　人生设计是什么　贾宝玉的“抓周”　人生设计在西方叫做生涯规划　中学前后生涯发展的阶段、特征和亲子活动第九章　中学生的个性心理发展特点　初中生个性心理特点　高中生个性心理特点　第十章　本来无一物，何处惹尘埃——省思中学生亲子人生设计教育　懒懒懒，懒懒懒　没有懒孩子，只有缺乏动机的孩子　都是钢琴惹的祸　“少说那些没用的”　家长的“数理化情结”　玩物，丧志or促志　少翻老账，过去不等于未来　别以孩子的名义　过好自己的生活，就是对孩子的最大支持和教育　第十一章　每个孩予都是天使——中学生亲子人生设计教育的关键　发现优势：每个孩子都是金矿，　我们要做的工作就是勘探　增强信心：每个孩子都是天才，　我们要做的工作就是赞赏　激发动机：每个孩子都有心愿，　我们要做的工作就是倾听　提高成绩：每个孩子都想进步，　我们要做的工作就是引导　提升素质：每个孩子都想成长，　我们要做的工作就是鼓励　优化人格：每个孩子都是天使，我们要做的　工作只有一个字：爱　第十二章　亲予共读：推荐两本辅助读物　心灵的召唤：找寻生命的真实意义——读《牧羊王子奇幻之旅》　你还躲在梦想的哪个角落——读《图穷对话录：我的新东方人生咨询》第三部分　家长，你的人生设计了吗　第十三章　职业生涯，从”心”开始——职业选择与生涯规划　“发心愿”是职业生涯规划的出发点和核心　“用心智”是职业生涯规划的关键　“转心态”是职业生涯规划的重点和落脚点　在死亡面前重估生命价值　现在开始晚不晚附：家长提前看“大学生职业生涯　探索与规划”辅导活动总结参考文献后记

章节摘录

第一部分　考？
分？
人生设计——高考冲刺阶段的人生设计咨询父母心语：孩子，你长大了吗？
没有我，你是否也能掌控未来？
第一章　站直了，别趴下——一位再婚母亲的爱恨情仇要想孩子改变，家长需要与孩子一起改变。
本案例的主角是夹在三个男人中间的一名要强女性。
儿子不争气，前夫不上进，丈夫不体贴，自己不开心，家庭没有和谐气氛，她所在的是一个“四不一没有”家庭。
直到她通过咨询深刻认识到，原来孩子的问题更多源于自己的问题：　“孩子是我的一面镜子，如果孩子表现得不够好，说明我的教育方法也不够好；如果孩子有问题，说明我也有问题。
”并进一步认识到，“要想让孩子变，我也一定要变。
我坚信，我是引发一切的根源。
我坚信，自己变得越好，孩子就会变得越好。
”母亲改变了教育方式，儿子的骄人进步如影随形。
高一航，男，高三理科，高考前67天，由母亲带来首次咨询，2007年高考388分，比“一模”（高三第一次模拟考试）288分提高了100分。
67天，提高了整整100分。
6月23日，2007年北京高考成绩公布：高一航的成绩388分，比“一模”288分提高了整整100分！
67天，提高了整整100分！
当我得知这个消息时，并不感到意外。
2007年3月31日，在距高考还有67天的时候，高一航的母亲坐到了我的面前。
这个时候的高一航：毕业会考有两门没过；第二次“早恋”刚刚结束；情绪低落，成绩下降；沉迷网络游戏，乐此不疲；放学不按时回家，喜欢在外面游逛，要么就是泡网吧；当时还没“一模”，上学期期末成绩摘录如下：语文61分/满分150分，数学59分/满分150分，物理28分/满分100分，化学35分/满分100分，生物25分/满分100分，英语59分/满分150分，总分267分。
我看到这个成绩，当时心里就一个感觉：“惨不忍睹”。
200多分，只剩67天，谁有回天之力！
再加上高一航老妈描述的，这孩子一身的臭毛病、坏习惯，简直就是扶不起来的阿斗！
母亲的“倾盆大雨”和“红肿双眼”2007年3月31日，在我的记忆里窗外似乎乌云密布、满城风沙。
在我的咨询室里，3个小时，高一航的母亲泪如雨下，不是一般的是倾盆大雨！
是绵延3个小时的倾盆大雨！
我咨询中习惯带的两包纸巾第一个小时就被她用完，后来只能用卷纸来擦拭眼泪。
这次首次咨询，高一航的母亲是一个人来的。
但随着咨询的深入，房间里除了我之外，却弥散着三个男人沉重的气息：她的儿子高一航（4月29日就是18岁生日），她的前夫（也就是高一航的生父）和她的现任丈夫。
她就是夹在三个男人中间的要强女性！
再要强，也是弱女子，何况其中滋味平素又能与谁诉说呢？
是的，咨询正是倾诉的最佳方式，而咨询师从彻头彻尾、看似杂乱无章的情感诉说中，往往能发现问题的关键。
母亲开始从高一航的小学说起：“儿子小学的学习成绩不错，自己因为工作忙，为了不耽误学习，把他送到我的大哥大嫂家住，一是离学校近，二是大嫂是学校老师，便于辅导。
”我问她，你把儿子送到大哥家放心吗？
她说：“大哥比我大二十多岁，就像父亲一样。
儿子初一以后学习成绩不如小学，初三开始特别差，上高中后更差。
不在状态，上课没神，不听讲，今年春节过后每天晚上不按时回家，说是跟别的学生在学校学习，实

际上我问了他的班主任，全是撒谎！
后来知道儿子在谈恋爱。
我不是太守旧的人，只要不影响学习，两个人在一起我也不反对。
”“ 有一次，我无意看儿子写给那个女孩的小纸片，里面的文字幽默顺畅，比考试作文写得好。
”说到这里，高一航母亲的脸上竟露出了难得的笑容。
“ 可是，跟这个女孩分手后，儿子的学习成绩下降更厉害了！
现在离高考只剩六十多天了，该怎么办呢？
”刚刚放晴的天空又被乌云笼罩，看来待会儿又要大雨倾盆了。
“ 我知道我的再婚对孩子有很大影响，可我也活得太苦了…… ”说到自己的婚姻，高一航的母亲额头紧锁、眼眶潮湿。
她说，一提到儿子的学习，一提到自己的婚姻，她就感到胃疼，一直吃药也不见好。
我注意到她因胃疼面部都有一些扭曲。
在心理学里有“ 心身疾病 ”的概念，“ 心身疾病 ”是由心理因素引起的，持久的生理功能紊乱及其所致的器质性疾病，很像我们通常所说的“ 心病要用心药医 ”的“ 心病 ”。
人的身心是相互影响的，而人的心理承受能力又总是有限的。
她的胃疼很可能就属于这种“ 心身疾病 ”。
高一航的母亲后来告诉我，这还是她第一次把自己对婚姻的“ 爱恨情仇 ”全盘托出，以前一直是闷在心里，默默承受，现在说出来，感觉好多了。
那么，高一航所在的是一个什么样的家庭，高一航的母亲，这个再婚母亲的“ 爱恨情仇 ”又是什么样子的呢？
为什么我们给孩子做人生设计时，要了解这么多的家庭因素呢？
这个“ 四不一没有 ”家庭像上面所说的，儿子不争气，前夫不上进，现夫不体贴，自己不开心，家庭没有和谐气氛，这是高一航的母亲所在的这个“ 四不一没有 ”家庭的真实写照。
高一航的母亲说，儿子对自己的再婚也能理解。
孩子的生父不太上进，更谈不上优秀，配不上从上学到工作一直拔尖的妈妈。
有一次儿子对她说：“ 你跟爸爸结婚太不合适了。
”用母亲的话说，就是儿子都看不起他老爸。
、 “ 他脾气很好，我们相处得还算不错，就是我不能接受他的懒惰，而且相处时间越长我就越不能接受，最后只好离婚。
不过离婚后我们的关系还不错，不成夫妻做朋友呗。
看他过得可怜，前段时间我还帮他买了一台电脑。
我的现任丈夫倒是很优秀，在加拿大公司驻京机构任负责人，也是从小到大拔尖，对自己要求极为严格，自然对我和儿子也免不了要挑剔。
这都是结婚以后才慢慢发现的。
恋爱的时候只想找个优秀一点的，配得上自己的，他也掩饰得很好，没有发现这些缺点。
”高一航的母亲叹了口气，咬了咬嘴唇接着说：“ 我怎么感受不到幸福呢？
难道我离婚离错了吗？
”从她的叙述中，按照性格分析理论可以有一个初步的判断，她与前夫属于性格相投、价值取向不投，跟现任丈夫是价值取向相投、性格不投，而她又是一个要强的追求完美的女性，这些因素纠缠在一起，她的生活幸福感当然要大打折扣了。
更何况儿子夹在中间又学习不好，用继父的话说就是“ 太懒 ”。
高一航的母亲有时候也哀叹：“ 这孩子的个性怎么丝毫不像我呢？
”有一次，她跟高一航说：“ 儿子，你这样下去，你比你爸爸（指生父）更惨，你这样将来没人肯嫁你。
”高一航这时候的反应是低头不语。
高一航在家里用英语“ DADDY ”称呼继父。
继父脾气不好、严肃、对人苛刻。

继父看不惯高一航，当然继父看不起很多人。
继父有自己的女儿，学习很好，已经大学毕业有了自己的家庭。
跟丈夫的女儿比起来，高一航的母亲也确实感觉自己的儿子在学习方面要差得多。
看书从来不动笔，光这一点，丈夫就看不惯得很，但又觉得不便干预，憋得难受总找碴儿往老婆身上发火。
高一航的母亲夹在中间，非常难受。
现在一提到儿子，夫妻两人就闹别扭。
日本漫画家富坚文博笔下的主角第二天下午，在母亲的训斥声中，一个“灰头土脸”、“弯腰驼背”、精瘦细高的男孩出现在了我的面前，就像窗外的乌云和他一起飘到了咨询室，周围被黑暗与沮丧的氛围所笼罩。
“黑夜给了我黑色的眼睛，我却要用它去寻找光明”。
默诵着诗人顾城的名句，我接住了高一航落座时眼前飘过的那一刹希冀的目光。
我知道一个新的生命即将从这丝希冀的目光中复活。
母子俩刚一落座，我先说：“个子很高啊，一米七几？
”“一米七八。
”高一航回答说，能看出来他对自己的个子还算满意。
但这种满意还没在脸上逗留多久，母亲的批评就又一次如约而至了：“坐直了，好好跟张老师谈谈！看你腰弯得像什么样？
！
”个子一米七八，身材削瘦，感觉真像个电线杆子，不同的是电线杆子是直的，他的背弯下来有135度。
她接着跟我说：“这孩子学习不好，我看就是一个字：懒！
”我没有回答母亲的话，转过来笑着问高一航：“你觉得你懒吗？
”“是挺懒的。
”高一航回答说。
母亲认为儿子懒，儿子回答母亲自己确实懒。
问答完毕，懒已既成事实，学习成绩不好也就理所当然的了。
而且这样的问话一次又一次地被重复，连高一航自己都快认为自己是个懒人了，这是一种典型的自我暗示和标签式自我认定。
可是后来通过了解，我发现高一航在打游戏和画漫画的时候一点都不懒，甚至可以说很勤快。
这也证实了我的一个观点，“世界上没有懒人，只有缺乏行为动机的人”。
我让母亲回避，开始了与高一航的单独谈话。
这是人生设计咨询的重要一环，必须单独同学生进行谈话，这样就可以发现很多与家长眼里所不同的孩子的形象以及内心世界。
我首先申明：“我们两个谈话仅限于我们两个人知道，我会保密的，包括对你的母亲也保密，这是我们的职业所要求的。
”接着我问他最喜欢什么。
他说：“也没有什么正经喜欢的东西，就是喜欢玩，这个能说吗？
”我说当然可以。
“我喜欢上网打游戏。
”高一航试探地说了说，偷偷地观察我的反应。
“我业余也打游戏，不过都是些简单的，比如祖玛游戏。
”我把仅有的一点游戏知识，跟他交了底。
“像祖玛这样的游戏我都不玩，我喜欢玩网络游戏，在网上跟全国各地的人一起打，真带劲！
”说到游戏，高一航开始有点眉飞色舞、滔滔不绝了。
我想起来她的母亲之前说过“儿子是游戏高手，打游戏和看动画片时一点都不疲沓”。
“游戏里能悟到很多道理，而且网络游戏能结交到很多朋友，你游戏打得怎么样？

”我打游戏也感悟到很多东西，其实我已经知道高一航游戏打得不错，之所以要这样问，就是要与他“共情”，让他感觉到你能够进入他的世界，去倾听和理解他的一切。
“反正我周围的同学都打不过我，我还很喜欢动漫，老师您喜欢吗？
”话匣子一打开’，他感觉与我的距离越来越近了。
“我也看，不过了解得不多，好像日本动漫挺发达的。
”“是啊，我最佩服日本的动漫画家富坚义博……”说实话，这个漫画家的名字我是第一次听到，以至于我的笔记上留下“富千一博”，回去上网查了一下才知道：“只要是看过日．本漫画的人，富坚义博这个名字就绝不会陌生。
一部整整十年前的《幽游白书》，到今天还端端正，正地摆在很多漫画迷们的书架上，在网上以幽白为主题的网站和论坛更是比比皆是。
而他笔下的藏马，也早已成为了帅哥+一切优良品性的代名词，在所有的动漫人物投票中稳居前十名之内（冒险一点的说法是前五名），这不能不说是一个奇迹。
“富坚的作品中没有唯美的外表，没有那种纯粹偶像式的崇拜，他的漫画，几乎都采用天性善良的普通少年做主角（这点和桂正和倒是很像），然后无一例外地勾画一个奇异的魔幻/科幻世界，让这些少年们在这里邂逅新鲜的人或事物，演绎出一幕幕爆笑的冒险故事，而在这些故事中，又往往加入了无数紧张刺激的格斗竞技。
“与其他热血少年漫画不同，富坚的故事主角虽然常常是不良少年，但在他笔下，却绝对没有刻意去勾画暴力，甚至没有一般漫画中所大肆渲染的爱情描写，富坚的作品，几乎只是少年和他周围或朋友或对手的妖怪们的格斗故事。
“只是打来打去就有那么多东西可画吗？
是的，这也显示了富坚不同于常人的天才构思。
他的书是要变一个思维方式去读的，这点在《lEVEl E》中表现得尤为明显。
在他的世界里，没有纯粹的善与恶，黑与白，对的究竟是哪一方，我们无从知晓，凭我们的眼睛，我们无法判断。
前一刻所认为的崇高，被作者在下一页彻底击垮，而前一页十恶不赦的杀手，在下一刻就会做出最‘卡哇伊’的举动，让所有的女生双眼立刻开始冒出桃心串串。
“读富坚的书很轻松．因为他总是用最简练的线条勾画出最完美的形状，不用网点，甚至不打底稿，他就用钢笔直接在原稿纸上作画——也只有这样，才能画出如此痛快淋漓的打斗场面吧！
另一个原因是富坚的书很搞笑，无论是早期的《恶魔爱神》，还是仅仅三本的《lEVEl E》，他的搞笑天才足可以使所有读者笑的背过气去。
“然而读富坚的书也很沉重，因为他总是描写了太多太多的人，太多太多的事，没有人物重复，没有事件雷同，加上他不断变换的创作视角，使人眼花缭乱的格斗竞技和令人晕头转向的世界设定，看富坚的漫画，想看懂，并且理会其中深意，那是一件绝不轻松的事情。
”当我后来从这段介绍中读到“天性善良的不良少年”、“帅哥+一切优良品性”、“读富坚的书也很沉重，因为他总是描写了太多太多的人，太多太多的事”之后，我更能理解为什么高一航如此喜欢动漫，如此喜欢动漫画家富坚义博了。
而高一航的母亲在之前谈儿子对动漫着迷的时候，只说了一句，这孩子可能是成熟的晚吧。
其实恰恰相反，高一航从富坚义博的笔下更多地在寻找自己的影子，在这样一个母亲再婚、家庭不和的氛围里，高一航被有意无意当做了继父找“碴儿”和母亲减压的工具，在吵闹和训斥声中，哪里有温暖？
学习怎么会不受影响？
内心怎么会不沉重？
“灰头土脸”、“弯腰驼背”难道说与之没有任何的关系吗？
我无意谴责家长，更不愿谴责母亲，可是孩子的很多表现往往主要来源于家庭，这已经是被教育界所公认的事实。
要想让孩子改变，家长需要与孩子一起改变。
他突然在我面前脱下上衣那天接下来的咨询进行的非常顺畅，后来高一航谈到中国缺乏像富坚义博那

样的漫画大家，我说，你可以尝试做一做啊。
他说，我可以吗？
我说，当然可以。
你以前学过画画有一定功底，大学上一个与你喜欢的动漫相接近的专业不就可以了吗？

编辑推荐

《和孩子一起设计人生》由民主与建设出版社出版。

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