

# 《帮助孩子跨越心理障碍》

## 图书基本信息

书名：《帮助孩子跨越心理障碍》

13位ISBN编号：9787030197160

10位ISBN编号：703019716X

出版时间：2008-1

出版社：科学

作者：黄红

页数：111

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《帮助孩子跨越心理障碍》

## 内容概要

《帮助孩子跨越心理障碍:少儿心理疾病个案分析与解决方案》向家长介绍了有效沟通的知识，分析了因“语境不同”而造成家长与孩子无法沟通的问题；提出了克服家长与孩子的“位势倒置”的方法，揭示了为什么孩子的位势逐渐高于父母，造成沟而不通的问题。《帮助孩子跨越心理障碍:少儿心理疾病个案分析与解决方案》试图通过心理学、生理学、物理学的原理谈沟通。用心理学的同理心法则，生理学的快乐法则，物理学的位势法则，把复杂的问题形象化，把形象的问题哲理化，把哲理性问题趣味化。《帮助孩子跨越心理障碍:少儿心理疾病个案分析与解决方案》力求做到让读者与《帮助孩子跨越心理障碍:少儿心理疾病个案分析与解决方案》“快乐沟通”，在阅读中领悟到“趣中有道”的沟通过程。《帮助孩子跨越心理障碍:少儿心理疾病个案分析与解决方案》是《父母大课堂》家庭教育系列丛书之一，适合家长以及对家庭教育感兴趣的相关人士阅读。

# 《帮助孩子跨越心理障碍》

## 作者简介

郭兰婷，女，医学硕士，曾在东京大学、香港大学研修儿童青少年精神病学与心理卫生学。现任四川大学华西医院心理卫生中心教授、博士研究生导师，兼任中国心理卫生协会儿童心理卫生专业委员会副主任委员、中华医学会精神科分会儿童精神病学专业组委员、四川省卫生厅学术带头人、成都市妇女联合会家庭教育研究会理事；中国心理卫生协会第五届优秀工作者。科研成果“儿童少年心理问题及其相关因素研究”分别获四川省政府、卫生部科学技术进步成果三等奖。发表论文80余篇，编写和翻译专著12章（部），编著《咱们孩子的心病》《咱们孩子的家庭教育》等科普读物。

# 《帮助孩子跨越心理障碍》

## 书籍目录

致家长朋友的一封信前言第一章 行为障碍1.咬指甲的小公主2.“脱发”的月月3.坐不住的小猴子4.扮鬼脸的小伟5.爱打架的女生6.总撒谎的山峰7.妈妈的宝贝造反了8.花季的伤痕9.网络英雄第二章 情绪障碍1.妈妈经常打1202.怕见人的灰姑娘3.怕黑的小男子汉4.离不开妈妈的乖乖女5.无忧少年遭重创6.反复检查作业的甜甜7.歇斯底里抽搐的小杰8.不开心的乐乐第三章 语言和人际交往障碍、学习困难1.生活在自闭症世界里的巍巍2.学习吃力的骆骆第四章 睡眠、饮食障碍1.能熬夜的小佳佳2.总做恶梦的亮亮3.大吃大喝的准“模特”4.头发也能当饭吃5.尿床的小学生第五章 性心理方面1.爱摩擦桌角的小天使2.和你只能做哥们3.总有一天我要成为真正的女性4.出没于女生楼的小偷

## 章节摘录

第四章 睡眠、饮食障碍 众所周知，睡眠和饮食是人类生命活动最基本的需要，对儿童来说，睡眠还有促进其生长发育的特殊意义。在婴幼儿时期，儿童的脑细胞正处于不断发育成熟的过程中，体格也处在生长的第一高峰时段，这一期间内，充足的睡眠是脑细胞能量代谢和体格生长的重要保证，因此，高质量的睡眠有利于儿童的生长发育。 在生命的每一个阶段，合理营养的意义都不容忽视，对幼儿来说，合理营养的意义更为重大。幼儿期是人生发育的第一个高峰期，这一时期摄入的营养必须有适量的储存，以保证继续生长发育的需求。 因此孩子的睡眠和饮食成为家长非常关注的一个问题，家长会问，孩子挑食怎么办？孩子最近怎么老是尿床、尿裤子？孩子夜里怎么老是惊醒，而且大喊大叫？孩子最近怎么喜欢吃一些非食物的东西，如泥块、头发等？造成这些问题的原因很多，概括起来有以下几个方面：一是遗传因素，如有遗尿现象的儿童的父母和同胞中也见有遗尿史；二是心理因素引起，如受到惊吓、环境的突然改变等可导致儿童厌食、遗尿、失眠和夜惊等问题。儿童青少年出现上述问题后，如进行及时的心理治疗，去除相关的心理因素，这些问题都会得到解决。儿童青少年的睡眠、饮食等问题主要表现是入睡困难、夜惊、梦魇、睡行症、厌食、暴食、异食及遗尿症，本章将分别予以讨论。 （梁雪梅）

1. 能熬夜的小佳佳 妈妈的讲述：佳佳，女，5岁半，上幼儿园大班，从上幼儿园开始晚上不愿睡觉，找各种借口拖延睡觉时间，让妈妈讲故事、陪自己玩玩具等。如果让佳佳上床睡觉则以哭闹表示反对，妈妈只好再陪佳佳玩一会儿，每天晚上都要到12点以后才睡觉，早晨很少赶上幼儿园做早操的时间。有时偶尔逼着佳佳早早上床睡觉，如10点钟，佳佳也要在床上翻来覆去折腾到12点过才睡觉，每次睡觉前都要妈妈哼着催眠曲才能入睡，还要喝点牛奶、水或饮料，上幼儿园后睡前有时还要看些比较刺激的电视节目。另外，佳佳因为胆小，还有开灯睡觉的习惯。想到佳佳很快就要上小学了，再这样下去早晨起来上学都成问题，因此妈妈想到自己的孩子是不是有什么心理问题，故来求助心理医生。

# 《帮助孩子跨越心理障碍》

## 编辑推荐

儿童少年心理健康意指儿童少年没有心理障碍（又称心理疾病），同时具有良好的社会适应能力。儿童少年在行为、情绪、性心理发展等方面出现异常，心理发展延迟或受阻，或者因为心理因素导致睡眠、进食等生理功能失调都称为心理障碍。《帮助孩子跨越心理障碍：少儿心理疾病个案分析与解决方案》根据我们在心理咨询和心理治疗中积累的经验，就儿童少年常见的心理障碍，以典型个案为例，在介绍心理障碍相关知识的同时，分析家庭教育存在的问题，提出可操作性的建议。该书也可作为从事家庭教育、儿童青少年教育和心理咨询工作者的参考。

# 《帮助孩子跨越心理障碍》

## 精彩短评

1、最好不生娃儿，生了娃儿要自己带娃儿...<http://book.douban.com/review/3349902/>

# 《帮助孩子跨越心理障碍》

## 精彩书评

1、 1 强迫性怀疑2 强迫性回忆3 强迫性穷思竭虑4 强迫性对立观念



# 《帮助孩子跨越心理障碍》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)