

受伤的翅膀-青少年心理成长札记



[受伤的翅膀-青少年心理成长札记_下载链接1](#)

著者:陶然 编

出版者:外语教研

出版时间:2010-5

装帧:

isbn:9787560096223

《受伤的翅膀:青少年心理成长札记》通过中国青少年成长基地的20多个孩子的成长史，揭示了当代家庭教育当中存在的严重问题。20多个青少年的家境、身世不同，但却同样有深深的苦闷和孤独。每一个案例都有令人警醒、振聋发聩的作用。

作者介绍:

陶然，主任医师。现任北京军区总医院成瘾医学中心主任，在成瘾医学、心理学、健康教育、精神医学等方面有很深的造诣，尤其是对网络成瘾的诊断和治疗有独到的见解，是我国国内首位在网络成瘾方面提出新概念并率先制订网络成瘾的诊断标准和陶氏分型的专家。

目录: 前言: 改变孩子, 从改变家长开始 陶然 第一章 虚拟的世界, 真实的我
1.铁笼里的爱 让鸟儿飞翔, 还笼子安宁 2.成长的力量
成功的父母总看到孩子的优点, 失败的父母却总盯着孩子的缺点 3.我想有个家
漠视是父母在教育孩子时给予孩子的最可怕的一种惩罚和虐待 4.挣脱家庭的枷锁
为父母承载婚姻之痛 5. “爱”是一堵墙 强势的母爱是对爱子的伤害 6.渴望温暖的刺猬
很多行为障碍源自于童年时期爱的缺失 7.家庭中的不速之客
家是情感的聚合体, 是孩子能源、热源、爱源的发祥地 8.控制与反控制之循环战
人的一生没有什么是一定要的, 但必须不能背叛自我 9.女孩也是宝
假如这个世界没有女人, 也就没有了真善美 10.疯狂的食者
精神空虚的人往往用物质来满足, 世界就出现了购物狂、美容狂和贪食症
11.神坛上的“救世主” 只有自度才能度人 12.超越贫穷之痛 失去之后的富有
13.不能承受的欺凌 安抚“兵荒马乱”的青春 14.网络, 家庭, 谁是罪魁祸首
网络像火一样, 它可给人带来光明, 也可玩火自焚 15.我到底是谁?
家庭是个完整肌体, 孩子有病, 家长要“吃药” 16. “替罪羊”的愤怒与悲哀
“当你不能解决问题的时候, 你就会成为问题!”
17.青春期的性教育: 家长必补的一课 遭遇性困惑是成长的重要标志 第二章
“小骨头”的日记: 在蜕变中成长 写在前面的话: 走进森田 1.爱情
感谢那些让我们触碰爱情这朵带刺的玫瑰的人 2.伤痛
如果没有伤痛, 我们永远不会长大 3.父母仇恨
伤害有时是无意的, 也许因为太在乎那个人 4.寂寞和孤单
在人生道路上, 不得不面对寂寞和孤单, 重要的是心境坦然 5.散落的幸福
怀着感恩的心, 寻找身边细小的幸福 6.朋友和回忆 珍惜身边真正的朋友 7.分离和死
唯有在爱的面前, 死神才会却步 8.怀念和珍惜 我们都在怀念过去, 失去才懂得珍惜
9.我的梦想 梦想就如同马拉松比赛, 我是站在起点的选手 10.关于自己
我们可以轻易看透别人, 却很难读懂自己 11.倾听和沟通
倾听是一种美德, 沟通更是家庭的“必需品” 12.我的计划 改变从现在开始
后记: 离开森田 第三章 家书抵万金: 沟通心灵, 记录希望 1.原谅我“糟糕”的身体
对身体的过度关注源于对理解的渴望 2.用爱经营家 被父母过度控制导致品行障碍
3.爸爸, 蹲下来看我 让孩子自己作决定 4.小兔的故事 母爱也会变成刺伤孩子的尖石
5.一位妈妈的求助信 混乱的家庭带来的悲剧 附录
网络成瘾的命名、定义、临床表现、诊断标准与鉴别诊断 家庭预防网瘾指南
注意力障碍的诊断量表 和谐家庭基本准则
· · · · · (收起)

[受伤的翅膀-青少年心理成长札记_下载链接1](#)

标签

案例

心理

家庭教育

评论

家长推荐的一本书，案例很翔实。

[受伤的翅膀-青少年心理成长札记_下载链接1](#)

书评

[受伤的翅膀-青少年心理成长札记_下载链接1](#)