

亲子关系中的信息素养

吉久明

华东理工大学 图书馆

主办方：中国图书馆学会阅读推广委员会
承办方：北京智信数图科技有限公司

阅读疗法

- 阅读疗法是指读者通过阅读特定的图书或接触其他信息材料，纾解负面情绪困扰，进而达到身心平衡状态。每个人都可以是自己的阅读治疗师，只要你找到一本能舒缓你情绪的书。
- 阅读疗法具有成本低，效果好，副作用小的优势。
- 为了推广阅读疗法并提高效果，一些图书馆员、心理治疗师，或其他相关专业人员，正自发地开展阅读疗法研究和服务，并且取得了一定成绩。 [1]

- [1]豆瓣读书.阅读疗法. <https://book.douban.com/subject/25876608/>[2020-12-17]

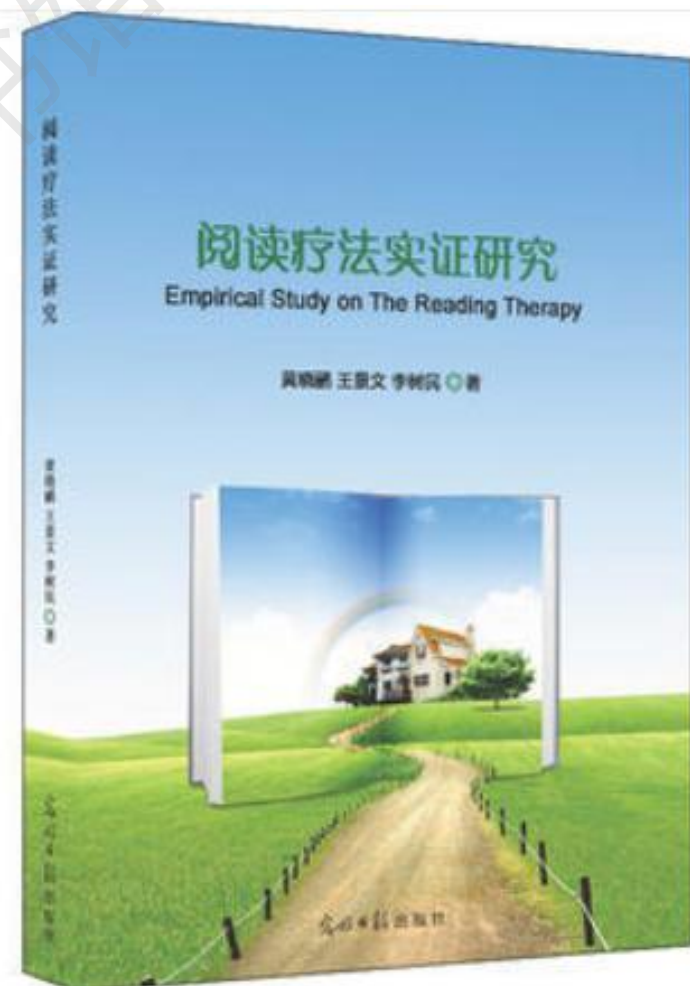
阅读疗法：理论



该书系统地分析了英、美阅读疗法的概念、类型、适应对象及阅疗书目等，对阅读疗法原理进行了中国本土化再造，梳理了阅读疗法在中国的发展简史；展望了阅读疗法在中国的发展前景。

阅读疗法：实证研究

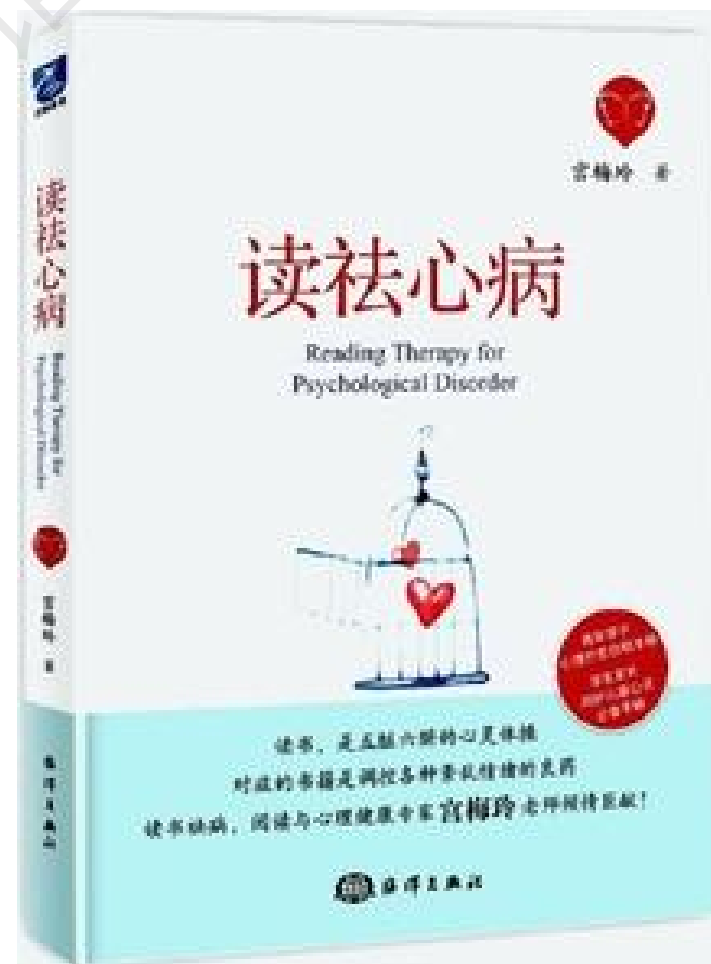
该书分析了我国阅读疗法实证研究的现状；梳理了阅读疗法实证研究的脉络。



阅读疗法：实践成果



该书作者独创“书方推荐+阅读报告”的阅读治疗流程，从20年阅疗咨询的众多案例中精选出抑郁症、焦虑症、强迫症等典型案例39个，每个案例都包括“求助者故事—对症下书—疗效追踪—阅疗感悟—共鸣文献原理分析”五个部分，极具说服力。

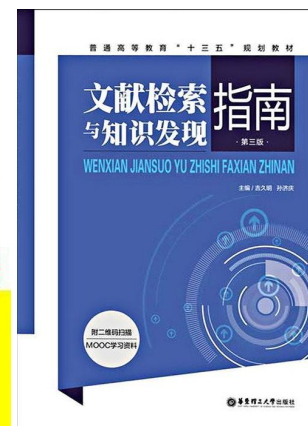


阅读疗法研究论文

Baidu学术 Q intitle:(阅读疗法) 高级搜索 2020以来 (49) 2019以来 (122) 2018以来 (193) 年-年 确认 领域 图书馆、情报... (683) 心理学 (422) 临床医学 (53) + 核心 北大核心期刊 (149) 中国科技核心... (136) CSSCI索引 (108) + 获取方式 免费下载 (782) 登录查看 (476) 付费下载 (1) + 关键词 阅读疗法 高校图书馆 大学生 + 类型 期刊 学位论文 会议 + 作者 王景文 李东 官梅玲 + 期刊		学术期刊1719 学位论文21 会议26 报纸4 年鉴 图书11 专利 检索范围: 总库 篇名: 阅读疗法 主题定制 检索历史 ☐ 全选 已选: 9 清除 批量下载 导出与分析 排序: 相关度 发表时间↓ 被引				标题 作者 刊名 年/期
大学生心理问题阅读疗法研究 阅读疗法是集预防、治疗和发展健康心理于一体的心理治疗方法的参考文献6。 官梅玲, 丛中 - 《中国图书馆学报》 - 被引量: 232 - 2 来源: 维普 / 知网 / 万方 / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		题名 作者 来源 发表时间				【期刊论文】 阅读疗法在精神分裂症患者中的应用新进展 薛曼 姚贵忠 程嘉 《中国全科医学》 2020年2期
阅读疗法原理 本文从多个角度对阅读活动进行了考察,认为许多心理学、生 而且是阅读疗法原理的组成部分 阅读疗法的科学性不仅体现 王波, 傅新 - 《图书馆》 - 被引量: 153 - 2003年 来源: wanfangdata.com.cn / chinailibs.net 收藏 引用 批量引用 免		1 Effects of bibliotherapy on improving caregiv appraisal and coping among informal caregivers of people with dementia: A pilot randomized controlled trial Wang Shanshan; Cheung Daphne Sze Ki;Leung Angela Alzheimer's & Dementia 2020-12-07				【期刊论文】 阅读疗法对脑卒中偏瘫患者病耻感及主观幸福感的影响 薛小霞 李淑宇 陈贞 等 《中国健康心理学杂志》 2020年6期
阅读疗法的类型 介绍了11种阅读疗法的分类方法,概述了各类型阅读疗法的特 王波 - 《大学图书馆学报》 - 被引量: 117 - 2004年 来源: 维普 / 知网 / 万方 / sssch.net / oaj.pku.edu.cn 收藏 引用 批量引用 免		2 The Act of Listening Well: Improving Communication Skills through Bibliotherapy Health Communication 2020-12-05				【期刊论文】 阅读疗法在先天性心脏病患儿中的应用效果 王文娟 《中国中西医结合儿科学》 2020年1期
阅读疗法研究进展 阅读疗法 (bibliotherapy)—词源于希腊语,由“图书”和“治疗”合 阅读图书达到治疗疾病的一种方法。《韦氏新国际英语词典》 李健, 杨秀真 - 《中华行为医学与脑科学杂志》 - 被引量 来源: 万方 / 知网 / 维普 / chinailibs.net / 万方医学 收藏 引用 批量引用 免		3 突发公共卫生事件下的图书馆阅读疗法应急服务研究——基于后疫情时期大学生心理问题的阅读疗法需求与应用调查 王景文 大学图书馆学报 2020-12-02 11:16				【期刊论文】 基于文献计量角度的阅读疗法研究综述 谢梦晴 唐伟鹏 马梦丹 《办公室业务》 2020年4期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		4 面向高校教师的阅读疗法服务平台构建 关云楠;尹桂平 中国科技信息 2020-11-30				【期刊论文】 阅读疗法对精神分裂症患者自知力与生活质量的影响 范翠玲 李梦梦 李慧娟 等 《临床医药文献电子杂志》 2020年72期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		5 阅读疗法视域下研究生英美文学课教学的探索与实践 梁卿;李珊 广西青年干部学院学报 2020-11-24				【期刊论文】 阅读疗法在疗养心理护理中的应用效果分析 李文芳 谭荣莉 孔令丽 《当代护士(下旬刊)》 2020年2期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		6 运用阅读疗法开展留守儿童心理健康教育初探 祁慧 科技风 2020-10-30				【期刊论文】 基于文献计量与知识图谱的我国阅读疗法研究 王贵海 《大学图书馆学报》 2020年4期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		7 Developments in reading frame restoring therapy approaches for Duchenne muscular dystrophy. Expert opinion on biological therapy 2020-10-19				【期刊论文】 阅读疗法对康复期女性精神分裂症患者康复效果分析 杨静 《实用临床护理学电子杂志》 2020年11期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		8 面向高校教师的阅读疗法服务平台构建 关云楠;尹桂平 中国科技信息 2020-11-30				【期刊论文】 阅读疗法在中学生心理健康教育中的应用 王娟 《学周刊》 2020年15期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		9 阅读疗法视域下研究生英美文学课教学的探索与实践 梁卿;李珊 广西青年干部学院学报 2020-11-24				【期刊论文】 基于交互式阅读疗法的图书馆阅读推广服务创新研究 彭薇 《河南图书馆学刊》 2020年3期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		10 运用阅读疗法开展留守儿童心理健康教育初探 祁慧 科技风 2020-10-30				【期刊论文】 图书馆开展阅读疗法的实践与思考 刘娟 田甜 《中文信息》 2020年8期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		11 Developments in reading frame restoring therapy approaches for Duchenne muscular dystrophy. Expert opinion on biological therapy 2020-10-19				【期刊论文】 阅读疗法在解决高职学生心理困扰和心理障碍上的应用 霍曦义 《山西青年》 2020年5期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		12 面向高校教师的阅读疗法服务平台构建 关云楠;尹桂平 中国科技信息 2020-11-30				【期刊论文】 心理干预视角下公安院校大学生阅读疗法探析——基于对贵州警察学院学生的调查 胡世群 时琴 《贵州警察学院学报》 2020年4期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		13 面向高校教师的阅读疗法服务平台构建 关云楠;尹桂平 中国科技信息 2020-11-30				【期刊论文】 基于阅读疗法的公共图书馆创新服务之策略 黄玉霞 郭瑶 《数字与缩微影像》 2020年3期
大学生心理问题阅读疗法研究 目的 探讨阅读疗法对大学生心理问题的治疗作用。方法 本文 决大学生心理问题的书籍,分析了文学艺术类书刊在解决大学 官梅玲 - 中国心理卫生协会学术大会 - 被引量: 139 来源: 知网 / kns.cnki.net / sssch.net / 112.124.35.57 收藏 引用 批量引用 免		14 面向高校教师的阅读疗法服务平台构建 关云楠;尹桂平 中国科技信息 2020-11-30				【期刊论文】 阅读式疗法在创伤后应激障碍患者心理治疗 何瑾 余利平 徐汉

我的阅读疗法服务

- 量表水平=自卑
 - 推荐图书《**你能当总统**》，1名学生读完了，未提交后测量表结果，但在阅读报告中写到，更清楚地了解了自信是什么、如何建立自信；另1名学生不读，但进行了深入频繁的交流，思维方式发生了较大变化。
- 量表水平=抑郁
 - 推荐图书《**伯恩斯新情绪疗法**》，不读，但进行了深入频繁的交流，思维方式有一定改变。
- 量表水平=未知
 - 论文写作问题，详细解答后，消除了困惑。推荐《**指南**》
 - 当要求其量表测评时，即表示自己能解决。



心理问题者归因与应对

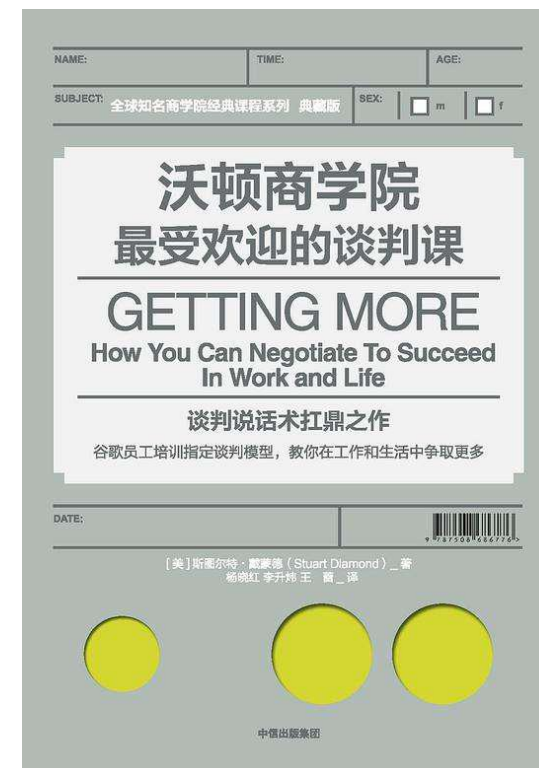
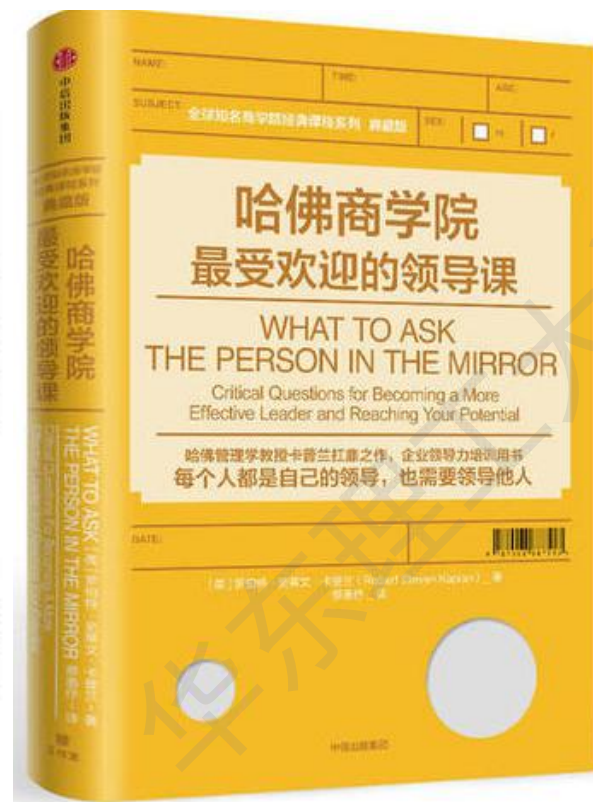
- 遇到难题无法自助
 - 不知道可以自助
 - 不知道应该自助
 - 不知道如何自助
- 遇到难题不懂求助
 - 不知道应该求助
 - 不知道如何求助
 - 不好意思求助



两手抓

宣传阅读疗法
加强防范教育

读书强身心--学会谈判



人人有本难念的经

你必须用信息的套路，破解人生难题



职场处处都是文献检索的“坑”

- 新人到岗
 - ✓ 谁是你的领导？同事？团队成员？
 - ✓ 你的任务？
 - ✓ 你的客户或服务对象？
 - ✓ 你的技能？
 - ✓ 你的福利、合约、工作记录？
- 转正
 - ✓ 你的岗位是否需要充电？
 - ✓ 你的下一个跃升岗位是什么？需要怎样的努力？
- 工作中的难题
 - 求人？明明已经有论文里面解决了，却不知道如何找到
 - ✓ 求己？明明靠自己的聪明才智开发出来的新技术，却让公司成为了被告！因为你闭门开发的技术可能会侵犯了别人的专利权。

想跳槽？

- ◆ 跳到哪里？
- ◆ 干什么？
- ◆ 你能胜任吗？
- ◆ 谁能帮你？
- ◆ 你可以随便跳槽吗？
- ◆ 如何通过笔试或面试？
- ◆ 如何帮助新的雇主实现飞跃？

文献是一切信息和知识的载体

如何助雇主实现飞跃？

竞争对手/技术
当前、潜在的

市场
当前、潜在的

公司业务分析与
发现

客户
当前、潜在的

合作伙伴/合伙人
当前的、潜在的

职场高情商是如何练成的？

家人生病了

找医院、医生，药物副作用

表格/文案搞不定

手动整理数据、排版、文字

同事紧锁眉头

出门旅游攻略

住宿、交通、饮食、线路

孩子填志愿

大学/地区、专业、就业

国家安全你才安全， 人人守法你才安全

国家保密法
经济秘密、军事秘密

刑法
网络信息安全法、刑事犯罪定性、判例

守法需要法律知识
知识获取需要文献检索

民法典
劳动法、婚姻法等民事纠纷定性、判例

条例
行政规定、法律解释

竟然有人利用大学生泄露国家机密？！

https://m.sohu.com/a/308026624_694747/



图片来自网络

你强国家才能强，国家强你才能更强

科技研发

自主知识产权、领跑、标准

工程建设

质量、安全、高效、生态

能力来自知识

知识获取需要文献检索

商事经营/经济管理

民生

公共卫生与社区管理

行政规定、法律解释

参与国际标准制定重奖50万

- 2006年08月04日03:53 杭州日报
- 国家标准化管理委员会批准在杭州高新区（滨江）开展“国家高新技术产业标准化示范区”试点工作。杭州先于上海、北京、广州等城市，成为国家高新技术产业标准化示范区的试点城市。
- “一流企业做标准，二流企业做品牌，三流企业做产品”，标准制定能力已经成为衡量一个区域企业竞争力的重要指标。
- 重点企业承担国家、行业标准制定、修订比例达到20%。龙头企业参与国际标准制定、修订的比例达到5%.....,并且要建立“**标准创新贡献奖**”制度。
- 至2006年8月，全国53个国家级高新区中只有西安、深圳、杭州3个国家级高新区被列为试点。后续，又有青岛、光谷、郑州等地的高新区被挂牌示范区“国家高新技术产业标准化示范区”。

家家有本难念的经

吃：荤/素，咸/甜？

生病：过期/假冒？

穿、娱乐、礼仪或价值观
家居/正式/名牌？普世/自我？

共识需要知识

知识获取需要文献检索

出门旅游

住宿、交通、饮食、线路

看孩子、课外、填志愿

学校、专业、就业

魏同学： 我们知道上当了的时候已经晚了！

百度，当时根本不知道有多么邪恶，医学信息的竞价排名，还有之前血友病吧的事情，应该都明白它是怎么一个东西

可当时不知道啊，在上面第一条就是某武警医院的生物免疫疗法，DC，CIK，就是这些，说的特别好，我爸妈当时就和这家医院联系，没几天就去北京了

见到了他们一个姓李的主任，他的原话是这么说的，这个技术不是他们的，是斯坦福研发出来的，他们是合作，有效率达到百分之八九十，看着我的报告单，给我爸妈说保我二十年没问题，这是一家三甲医院，这是在门诊，我们还专门查了一下这个医生，他还上过中央台，CCTV 10，不止一次，当时想着，百度，三甲医院，中央台，斯坦福的技术，这些应该没有问题了吧

后来就不用说了，我们当时把家里的钱算了一下，又找亲戚朋友借了些，一共那花了二十多万，结果呢，几个月就转移到肺了，医生当时说我恐怕撑不了一两个月了，如果不是因为后来买到了靶向药，恐怕就没有后来了

我爸当时去找这个人，还是那家医院，同样是门诊，他的话变成了都是概率，他们从来没有向任何人做过保证，还让我们接着做，说做多了就有效果了，第一次说的是三次就可以控制很长时间，实在是后来我知道了我的病情，在知乎上也认识了非常多的朋友，其中有一个在美国的留学生，他在Google帮我查了，又联系了很多美国的医院，才把问题弄明白，事实是这样的，这个技术在国外因为有效率太低，在临床阶段就被淘汰了，现在美国根本就没有医院用这种技术，可到了国内，却成了最新技术，然后各种欺骗

我现在住院，找到了真正靠谱的技术，家里却快山穷水尽了

https://www.sohu.com/a/72903697_351301

超级母爱自救巨胖女儿

 [Search](#)

[Advanced](#)

PubMed User Guide

Last update: August 19, 2020

Follow [PubMed New and Noteworthy](#) for brief announcements highlighting recent enhancements and changes to PubMed.

FAQs

- [How can I get the full-text article? What if the link to the full-text is not working?](#)

PAGE NAVIGATION

[FAQs](#)

[Search PubMed](#)

[Display, sort and navigate](#)

[Cite, save, and share](#)

[Advanced Search](#)

肥胖症的治疗

科室: 内分泌科、营养科



百度健康医典

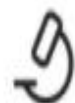


母义明 中国人民解放军总医院 主任医师 参与编审

改变生活方式、养成健康的饮食习惯、增加体育锻炼是肥胖症一切治疗的基础。体重控制不佳或肥胖症严重影响生活者，必要时可辅以药物治疗或手术治疗。需要注意的是，治疗肥胖症的意义并非是单纯的减低体重，更多的是希望通过保持健康的体重以改善患者健康状况，降低发生相关并发症的风险。1) 医学营养治疗：主要是限制患者摄入 ...



概述



病因



症状



就医



治疗



预后



日常

临床受试者权益保护

[首页](#)[最新招募信息](#)[临床试验常识](#)[受试者保护与关爱](#)

最新招募信息

阳光孕育希望
关爱助力招募

招募网-受试者招募暨权益保护与健康关爱

杏香兔耳风胶囊治疗急性咽炎的随机、双盲、

招募对象：急性咽炎患者，发病在2天之内，年龄18-65岁；
症状：咽痒咽痛，吞咽时尤为明显；诱因：受凉受热、
雾霾以及各种物理或化学等刺激诱因）受试者获益：免

[我要参加](#) [分享](#)

了解临床试验

参加试验过程后应注意的几点事项 - 受试者必须了

招募信息

杏香兔耳风胶囊治疗急性咽炎的随机、双盲、安..

受试者关爱

↑ 再谈受试者的风险问题

如何在平安度过大学生生活的同时，真正实现专业提升？

学业

专业课程、学术/学位论文、竞赛、
考研择校/方向/导师/出版物

安全风险防范
借贷、诈骗

读大学就是求知
求知需要文献检索

实习/择业
面试、劳动法

健康保障

生理/心理：求助、自助（阅读疗法）、领导力

从文献检索到信息素养

2.2 第1课时 职场人士与文献检索

2.3 第2课时 家庭成员与文献检索

2.4 第3课时 国家公民与文献检索

2.5 第4课时 大学生与文献检索

^ 2.6 补充课时1 信息文化与信息素养

2.6.1 信息文化和信息素养概念

2.6.2 信息素养提升方法

2.6.3 做一个有信息素养的人

2.6.4 信息安全与信息评价

2.6.5 知识产权

2.6.6 创新思维与研究性学习

2.6.7 信息交流

2.6.8 信息素养新框架

学生：一开始不重视，后来看了一开始的几个视频，发现这门课还是很有用的！

亲子关系中的信息素养

- 满足广大听众的需求
 - 学到更多破解亲子关系难题的高招、妙招
- 满足我自身的需求
 - 让更多的人明白，生活中很多难题都与缺乏亲子关系信息素养有关
- 满足信息素养教育同仁们的需求
 - 探索具体生活场景中的信息素养教育的思路、方法

内容

- 什么是信息素养？
- 什么是亲子关系？
- 为什么高质量的亲子关系与信息素养有关？
- 如何提升亲子关系中的信息素养？

一个有信息素养的妈妈

- 1、任何时候都基于信息解决问题
 - 有信息意识
 - 无论遇到什么事，都能够首先想到必须先了解相关信息，决定用信息来解决；
 - 能把遇到的问题转化为具体的信息需求
 - 具有超强的**检索**亲子关系知识和信息的能力，终身学习的能力
 - 能够选择合适的系统和工具，利用一定的方法和技巧找到并获取信息；
 - 会对找到的信息进行评价和管理；
 - 能综合利用找到的信息解决问题。
- 2、具有扎实的信息知识和技能
 - 知道信息具有不灭性、对于不同的人有不同的价值
 - 获取理解信息需要成本、掌握信息安全防范知识和技能
- 3、具有良好的信息伦理意识和能力
 - 己所不欲勿施于人
 - 别人对你施加的影响，后果由你承担
 - 你对别人施加的影响，后果与你有关

需要的信息是什么？在哪里？
这个说法可信吗？正确的是什么？
这样说可以吗？
说出去的话泼出去的水！



图片来自网络

一个有信息素养的孩子

• 1、基于信息解决问题

– 有信息意识

- 无论遇到什么事，都能够首先想到必须先了解相关信息，用信息来解决；

– 能把遇到的问题转化为具体的信息需求

– 具有超强的**文献检索**能力：终身学习的能力

- 能够选择合适的系统和工具，利用一定的方法和技巧找到并获取信息；

– 对找到的信息进行评价和管理；

– 综合利用找到的信息解决问题。

• 2、具有扎实的**信息知识**和技能

– 知道信息具有不灭性、对于不同的人有不同的价值

– 获取理解信息需要成本、掌握信息安全防范知识和技能

• 3、具有良好的信息伦理意识和能力

- 己所不欲勿施于人

- 别人对你施加的影响，后果由你承担

- 你对别人施加的影响，后果与你有关

需要的信息在哪里？
这个说法可信吗？正确的是什么？
这样说可以吗？
说出去的话泼出去的水！



图片来自网络

做一个有信息素养的人



亲子关系天天见

- 宝贝你爱妈妈吗？
— 妈妈你爱我吗？



图片来源：拍信 Paixin.com

图片来自网络

有亲子关系才有家



<15%

血缘关系



<18%

经济关系



>60%

亲子关系

家所包含的主要关系重要性情况

亲子关系不好，没有所幸只有不幸！

华东理工大学图书馆

亲子关系中的信息素养

家长篇

家的难题

- 关系困境

- 跟他说的時候都答应
- 不爱说话
- 说了就是不听



图片来自网络

- 个体成长困境

- 得过且过，应付了事
- 一有空就打游戏
- 作业能拖多久就拖多久
- 对生活没有目标
- 对什么都没兴趣
- 想要的东西非要不可
- 到时间了不肯睡觉
- 挑食
- 爱吃零食
- 爱看动漫
- 不想剪短发

信息素养助你成为合格的家长（1）

孩子不爱吃饭挑

孩子不爱吃饭挑食怎么办

儿童偏食挑食怎么办

孩子不爱吃饭挑食

孩子不爱吃饭挑食很瘦,怎么办?

孩子不爱吃饭挑食什么原因

孩子不爱吃饭挑食厌食怎么办

孩子不爱吃饭挑食是不是要补锌

孩子不爱吃饭挑食多动是缺什么

孩子不爱吃饭挑食矮小缺什么

孩子不爱吃饭挑食缺什么



反馈

友情提醒：后果自己承担！！！！

孩子不爱吃饭挑食怎么办 一个简单的办法改善孩子饮食



孩子不爱吃饭挑食怎么办大多是由于喂养不当,饮食习惯不好造成的!家长长期不注意会影响孩子正常生长,试试用这个办法改变!

sk.dcxrj2020.cn 2020-12

广告 | 保障

小孩不爱吃饭是什么原因 1种简单的办法改善孩子厌食



小孩一直小儿挑食厌食怎么办,一个朋友推荐,用了老师的方法,小儿挑食厌食怎么办 后发生了很大变化孩子变得爱吃饭了,也长高了不少.用对小儿挑食厌食怎么办,别再盲目的乱用..

xvx.jiuzhicao.com 2020-12

广告 | 保障

孩子不爱吃饭的方法? 没胃口咋办? 已解答100条

描述:孩子不肯吃饭,厌食挑食,很瘦,该怎么办?有没有实用的方法帮帮我家小孩!!!

孩子没有生活目标 孩子没有生活目标



孩子没有生活目标的原因

反馈

【早课】我的孩子没有生活、学习目标,怎么办? 进步



2019年5月28日 今天的话题是:我的孩子没有生活、学习目标,怎么办? 目标是人的期待与梦想,是人努力的动力源泉,是学生学业优秀的激励力量。一个学生缺少这种生活和学习的目标,就...

🔍 搜狐网 📷 百度快照

如何对待没有生活目标的孩子? - 百度知道

5个回答 · 回答时间: 2013年11月22日

最佳答案: 如果是去年 我还以为你在说我。。。你孩子和我情况一模一样嘛。。。我已经22岁了比你孩子大吧!!不过我最终还是在父母的帮助下 找回了自我!! 总...

🔍 百度知道 📷 百度快照

孩子很迷茫,没有目标,怎么办

5个回答 · 2017年12月16日

最佳答案: 让他自己去面对,谁的青春不迷茫,走着走着就走出一个未来了,很多事情家长...

孩子对学习和以后的生活都没有目标,怎么办啊?

5个回答 · 2011年04月28日

最佳答案: 毕竟还小,不用太着急,没有大目标可以,但是不能没有小目标。我大学的老...

孩子感觉生活没理想没目标,怎么办

4个回答 · 2010年08月10日

最佳答案: 不要说孩子,大人都经常没有理想和目标,这是人生的问题啊,一千个人有一千...

[更多网站结果>](#)

孩子没有人生目标怎么办? - 知乎



2017年3月2日 其实每个人都有目标,只是这个目标没有说出来或者没有形成语言。我们要让孩子经常定位自己,比如说他现在对自己的判断是什么。当然,很多人对自己的判断来自于周围,所以...

🔍 知乎 📷 百度快照

其他人还在搜

[帮孩子树立一个近期目标](#) [怎么给孩子树立目标](#) [孩子没有目标怎么引导他](#)

[孩子的生活目标怎么写](#) [怎样帮孩子树立人生目标](#) [让孩子树立目标](#)

孩子对未来没有明确目标怎么办?

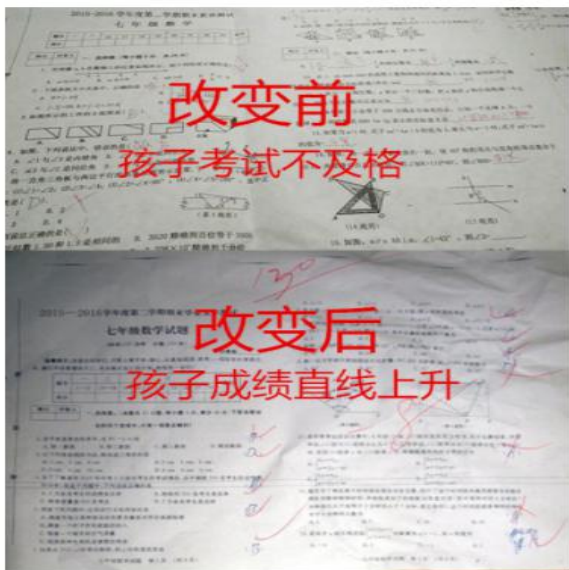
2013年9月1日 另外,在和孩子沟通时,我发现他对未来没有一个明确的目标,我问他以后想考什么样的学校,他很茫然,说“我也不知道,我也不清楚”。对此我很困惑,孩子对...

🔍 个人图书馆 📷 百度快照

孩子没有人生目标怎么办? - 日记 - 豆瓣

信息素养助你成为合格的家长（2）

我是一位母亲，儿子今年14岁，在这之前，儿子一直温顺乖巧，成绩优异，可上了初中之后不知道怎么回事，完全像是变了个人，叛逆不听话，经常和我顶嘴，平时他爸爸性子急看不下去，偶尔会重重的说他几句，他时不时的会跟他爸爸大吵起来，甚至要想动手！我越发觉得不对劲，和他学校里的班主任了解沟通之后才发现，原来儿子发生了早恋的问题，在学校里已经有了一个女朋友，在这个女朋友和其他坏学生的影响下，导致成绩一落千丈，期末考试，直接跌到了年级倒数！我真的很痛心，又很迷茫，看着儿子日渐学坏，完全不知道应该怎么办



好在后来我一次偶然的机会认识了朱老师，我把孩子的情况跟朱老师反映后，朱老师觉得挺不容易的，于是朱老师就给了我一套教育孩子的方法，拿到朱老师给的方法后，我跟老公按照朱老师给的方法去教育孩子，没想到坚持了1个月，孩子总算慢慢的变好了，我不仅把儿子从学坏的道路拉了回来，让他重新变成了好孩子，也恢复了以前的优异成绩，成绩从全年级倒数第5到现在变成了班上第1名，完全变了个人，成为班上的优秀学生，在这个过程里面，我和儿子的感情有了一个全新的提升，现在儿子更加懂事和听话了。

为了能帮助更多的家长，成就更多的孩子，我想把老师的微信号分享给大家，她的微信

没有不会学的孩子，只是用了错误的方法去学习

功夫不负有心人，在一个关于学习方法的讲座上我认识了一位教育界的老师，老师在教育界也是很出名的。在讲座上，我向老师咨询了孩子厌学的问题。

老师分析跟我说：孩子厌学从内因看，孩子学习目的不明确，学习无兴趣，自制力较差，懒惰等；从外因看，孩子欠缺好的学习方法，对学过的知识一知半解，不懂的举一反三，所学知识不连贯机械式的学习。

和老师聊了很多，帮我分析了很多孩子的学习问题，后来加了老师好友，看到他平时发的朋友圈，很多跟我家差不多问题的孩子。



用了老师方法后，我家孩子明显变了

在学习了老师的方法持续半个月下来，孩子已经有很大的好转了，明显的变化：孩子主动学习了，态度也很积极，老师说 he 上课的时候比以前认真很多了，作业也写的比以前快了，错误也很少，而且上周末还要我带他去图书馆看书，太惊讶了。

如果你的孩子也存在同样的问题，可以加老师微信，详细咨询下。这次的经历让我孩子不再的问题学生了，真的很感谢老师。。

友情提醒：求证与防范！！！！

信息素养助你成为合格的家长（3）



首页学术报告学术鉴赏讲师推荐视频共享热点专题爱迪讲堂手机课堂

热搜关键字主题

学术报告

分类:

全部综合素质(1130)营销系列(1423)医学系列(1793)心理健康(1240)文史系列(637)外语学习(1559)体育系列(971)农林系列(827)理工系列(2371)就业择业(1570)经管系列(1598)教育培训(962)法律观点(727)党政系列(1825)

二级:

全部心理与职业发展(230)校园专题(88)两性关系(13)教育心理学(339)家庭心理学(319)沟通与交流(251)

时间:

全部2020201920182017201620152014201320122011201020092008200720062005

收起选项

排序:精品推荐最新发布最多播放笔记最多收藏最多

筛选结果 93 门课程, 319 篇视频



天才少年养成记

主讲: 高寿岩 分类: 家庭心理学 课时: 3 发布时间: 2018/09/17

简介: 天才少年养成记, 五岁孩子会背弟子规、地路线、负数加减法, 是活在家长口中“别人家的孩子”。是什么原因让孩子提前学会这么多东西? 妈妈觉得学习不重要为什么又请私教? 三孩子上课坐不住, 要么坐着发呆, 要么对老师的讲课置若罔闻, 妈妈为此很着急, 但爸爸觉得孩子还小就应该随性玩耍。孩子的专注力有那么重要吗? 怎样去培

天才少年养成记 (上)天才少年养成记 (中)天才少年养成记 (下)



粘着妈妈睡的十岁男孩

主讲: 高寿岩 分类: 家庭心理学 课时: 3 发布时间: 2019/03/25

简介: 爸妈感情甜蜜却因儿子分床, 原来十岁男孩还在粘着妈妈睡。爸爸忍不下去多次阻拦, 男孩却反被妈妈偏袒, 妈妈这样的做法对吗? 孩子会变成人们口中的“妈宝男”? 10岁女孩爱上cosplay, 妈妈还是随行助理, 帮忙化妆选衣服, “二次元”的女儿, 在爸爸眼里每次奇装异服, 十分奇怪。关于爱好, 家长理解不了怎么办? 玩cosplay如何正确引导?

粘着妈妈睡的十岁男孩 (上)粘着妈妈睡的十岁男孩 (中)粘着妈妈睡的十岁男孩 (下)

信息素养助你成为合格的家长（4）

爱迪科森云课堂 网上报告厅

华东理工大学 登录 注册

 **网上报告厅™** wsbgt.com

[首页](#) [学术报告](#) [学术鉴赏](#) [讲师推荐](#) [视频共享](#) [热点专题](#) [爱迪讲堂](#) [手机课堂](#)

热搜关键字 主题

亲子关系与儿童青少年心理健康 4课时

- 亲子关系与儿童青少年心理健康（一）**
- 亲子关系与儿童青少年心理健康（二）
- 亲子关系与儿童青少年心理健康（三）
- 亲子关系与儿童青少年心理健康（四）

孩子为什么不愿意去上学

01:26 22:51

信息素养视域下的育儿案例（1）

- 听话懂事的孩子养成记



图片来自网络

信息素养视域下的育儿案例（2）

◆如何培养有主见的孩子？

从身边小事开始,帮助孩子过有目标的生活

田国秀

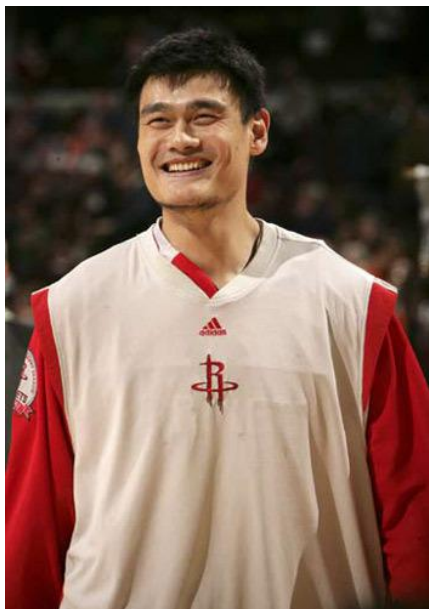
首都师范大学教师教育学院

摘要： <正>2016-2019年,我带领的研究团队在北京市的一些学校里做问卷调查,结果显示,相当多的学生在自我规划和自我抉择这一项的得分很不理想。另外,通过这些年我对家庭教育的观察,发现很多父母出于爱孩子、成就孩子的目的,在家庭养育中替孩子做了很多事,帮孩子做了很多决定。父母无形中扮演了替孩子选择未来、规划人生的角色,导致孩子自己面临抉择时不知所措。无论是数据结果还是现实情况,都提醒父母要引导孩子树立明确的人生目标,过有目标的生活。

来源数据库： 精品科普;精品文化;

亲子关系&健康成长的孩子

- 孩子善解你意：听话懂事
- 让孩子自己决定：自己对自己负责，有主见



图片来自网络

养育一个小孩就像发射一颗卫星，花费十几年的心血精心确保每个细节和数据的正确，时刻警醒不让卫星有任何偏离轨道的可能，最后一朝发射成功，考上大学。然后卫星就消失在茫茫的外太空，只剩下定期不定期的发回来一些微弱的信号：给点钱……给点钱……给点钱……把钱发给了卫星，叮嘱吃好穿暖……卫星又发回来微弱的信号：别啰嗦……别啰嗦……别啰嗦……如此坑爹的事情，现在居然号召大家发射第二颗……

精致的……，关系不强！

孩子表现好##亲子关系好

他的家庭，发现他的父母健在，属于老实本份的人家！在父母的眼中，马加爵小时候乖顺、听话、孝敬、聪明、好学，完全是正常的童年……；他们也找到他曾经就读的学校，找到他的老师，在他们的心目中，马加爵学习优异，腼腆内向，也算一个好学生！……越调查，人们越糊涂，难道：人的心理发展真的没有逻辑关系吗？难道：犯罪心理真是一种怪异的心理现象吗？

还有一次，他的父亲与母亲在凌晨吵架，15岁的他在日记中写道：

“……我真是太气愤了，[REDACTED]（指爸爸）……但我会坐牢的，我不想坐牢，如果是十年牢，我将是25岁，真不好……我唯一的希望就是希望[REDACTED]这又不可能，我想用药毒害，但受害的也是我们，我无奈……”，“我真恨，恨，但我很理智，我控制住[REDACTED]的念头，我想无论如何我都很想考上宾中地区班，考上重点大学，迎来新生活，现在毕竟是家事，与我无关”，“对付恶人，

李瑾瑾.马加爵犯罪心理分析[J].中国人民公安大学学报,2004(03):110-115.

亲子关系信息素养第一步：知识储备（1）

- [1]Lucas-Thompson Rachel G.,Miller Reagan L.,Seiter Natasha S.. Dispositional mindfulness is cross-sectionally predicted by interactions between interparental conflict and parent-child relationships[J]. Personality and Individual Differences,2021,172.
- [2]马喆. 亲子关系的改变，从认识开始[N]. 人民政协报,2020-12-09(011).
- [3]李文瑶.能“呼吸”的亲子关系[J].求学,2020(46):73-74.
- [4]徐从德.基于亲子沟通中的自尊与主观福祉的效应关系——以中国内地贫困青少年调查研究为例[J].佳木斯职业学院学报,2020,36(12):77-79+82.
- [5]潘少萍,张灵聪,张健.亲子关系平衡状态对初中生自我控制的影响[J].中小学心理健康教育,2020(33):13-16.
- [6]王涛.如何在家风建设中增进亲子关系[J].科学咨询(科技·管理),2020(12):113.
- [7]Lechuga-Peña Stephanie,Brown Samantha M.,Mitchell Felicia M.,Becerra David,Brisson Daniel. Improving parent-child relationships: Effects of the your family, your neighborhood intervention[J]. Children and Youth Services Review,2020,119.
- [8]冯梅.沉默是“金”还是“荆”——高中生亲子关系研究[J].教师博览,2020,10(33):81-82.

亲子关系构建是一门学问

亲子关系信息素养第一步：知识储备（2）

马加爵犯罪心理分析*

李 玫 瑾

（中国人民公安大学，北京 100038）

【摘 要】 马加爵的犯罪属于因仇恨引发的犯罪行为。这种类型不同于一般的侵财犯罪和性犯罪，不是为了获取享受而犯罪，而是为了表达、为了发泄某种情绪而犯罪。那种将“贫穷”归结为犯罪动机起点的归因并不全面，也并非真实的问题起点。如果以这种归因解释马加爵的犯罪动机，很容易以“一般的社会理由”遮掩“个性中的问题”，进而误导人们对于马加爵犯罪心理原因中重要因素的判断。真正决定马加爵犯罪的心理问题是他强烈但压抑的情绪特点、扭曲的人生观及“自我中心”的性格缺陷。同时，他的犯罪心理、犯罪方式与手段又与他的智力水平密切相关。

【关键词】 马加爵；犯罪心理；分析

难解的犯罪动机

通缉马加爵期间，一位负责追缉的高级警官曾谈到：这个案件的犯罪动机很值得研究……。因为，根据当时掌握的情况：马加爵杀害的这4名大学生中有3人与他同住贫困学生宿舍，显然，被害人绝不会因钱财而遇害。马加爵用了三天的时间连续杀害4人，重要的是：他每杀害一人后都需要花时间收拾现场，然后再实施同类行为，这种情况显然不属于因为愤怒而发生的激情犯罪。如果说，他在寒假期间没有回家，因为寂寞孤独而心理扭曲，出现了精神病态而杀人，但是，现场的一切都显示：他作案井井有条，作案后在计算机上消尽他上网查询的网页，去银行取款，有计划地出逃，这绝不是“精神病人”的作案风格！既不为财，又没有冲动的迹象，从行为方式看，思维逻辑也完全正常，——那他还有什么心理原因，出于何种动机呢？

正如一篇报道所论：“……但马加爵的落网，显然不应该是这场关注的最终答案。毫无疑问，随着马加爵的落网，社会的关注程度甚至达到了一个沸点，公众急切期待着更多的信息——那些他们急于知晓的信息——迅速被披露，这并非仅仅是好奇心使然。本质上，凶手连杀4人的恶性举动，使人骇然，在疑凶落网之后，公众必会将注意力置于其行为逻辑之上，以求能够将这一公共事件纳入到自己能够接受的理解框架之内，从而维系对社会的预判信心。”[1]

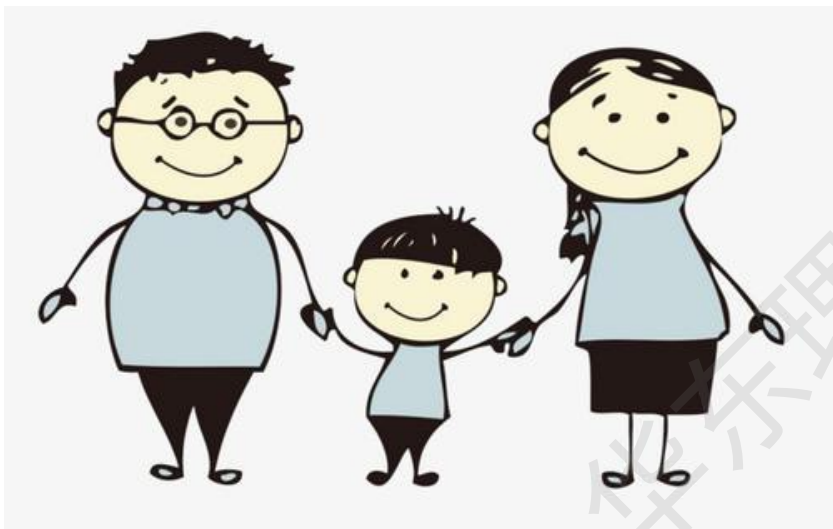
（三）性格特点——孤僻而自我中心

作者关注领域

犯罪心理	犯罪防控	犯罪预防	未成年人	刑事责任能力	社会心理	犯罪人	法律体系
危险心结	变态心理	社会污名	道德品质	犯罪心理学	犯罪心理分析	双重人格	支持系统
警务改革	人格障碍						

亲子关系信息素养第一步：知识储备（3）

- 亲子关系，没有最好只有更好



图片来自网络

亲子关系信息素养第二步：难题归因

• 难题

- 1、跟他说的時候都答应
- 2、不爱说话
- 3、说了就是不听
- 4、得过且过，应付了事
- 5、一有空就打游戏
- 6、作业能拖多久就拖多久
- 7、对生活没有目标
- 8、对什么都没兴趣
- 9、想要的东西非要不可
- 10、到时间了不肯睡觉

信息

知识

• 归因

- 1、没明白对他的约束
- 2、没话说、不敢说、不想说
- 3、没有共情基础
- 4、应付了，没啥
- 5、游戏能兴奋、没其他事干、不知道其他该干啥
- 6、拖了，没啥；本来就可以拖
- 7、不知道什么叫生活目标
- 8、没给机会继续探究
- 9、不知道如何评价、不知道要了以后的后果
- 10、不知道为什么到了时间就该睡觉；睡觉时间不是他定义的；活儿没干完；家长也熬夜

亲子关系信息素养第三步：难题破解

• 难题

- 1、跟他说的時候都答应
- 2、不爱说话
- 3、说了就是不听
- 4、得过且过，应付了事
- 5、一有空就打游戏
- 6、作业能拖多久就拖多久
- 7、对生活没有目标
- 8、对什么都没兴趣
- 9、想要的东西非要不可
- 10、到时间了不肯睡觉

归因

知识
信息

• 破解

- 1、尽量拆开、拆细说，一次说一个
- 2、你先说，一次说一句就是进步；
别让他后悔和你说话！
- 3、从我做起
- 4、.....
- 5、先把游戏这个兴趣健康化
- 6、.....
- 7、让其明白什么叫生活目标，什么是你的生活目标
- 8、给机会继续探究
- 9、让其明白原因和后果
- 10、让其明白原因；；家长别无端熬夜

亲子信息素养高阶：沟通的正确姿势



- 1、想到哪里说到哪里
- 2、我跟孩子他爸吵架对孩子没有影响
- 3、孩子不可以反驳我，这样让我觉得没有威信
- 4、你不快点做好，天都亮了、不能吃饭、不能玩
- 5、你快点做好，就给你看电视、玩游戏
- 6、你能做多少就做多少吧，做你想做的
- 7、如果你觉得这个作业对于提升你的学习效果没有帮助，建议你去和老师申请免做。看老师怎么说。如果老师坚持他的观点，但不能说服你，我建议你先妥协，再继续想办法。
 - 试过了无效，孩子不肯
- 8、信任尊重孩子

亲子关系中的信息素养

子女篇

亲子关系中的信息素养第一步：知识储备

- 家的本体知识
 - 感恩是责任
 - 妥协是睿智
 - 家是港湾
- 后天习得的知识
 - 个人领导力是保障
 - 自我规划、自我管理、自我救助
 - 向上管理是手段
 - 不是你爸妈不听的，是你没说到他心里去：充足的素材和论据
 - 你的前途你做主
 - 提前为你的前途做准备

亲子信息素养高阶：日记的正确姿势

- 1、日记是用来记录隐私的
- 2、日记帮我记录每天的所做、所思所想，备查
- 3、写日记使我认清了自身的不足
- 4、我常在日记本上思考怎么和爸妈说比较好
- 5、没有写过日记
- 6、小时候写过
- 7、小孩子才写日记
- 8、不能对别人说的话都可以写在日记里
- 9、任何人都不可看我的日记
- 10、好朋友可以看我的日记
- 11、我的日记是胡编乱造的
- 12、我没有任何朋友，除了日记本
-

亲子信息素养高阶知识（1）

- 大家庭



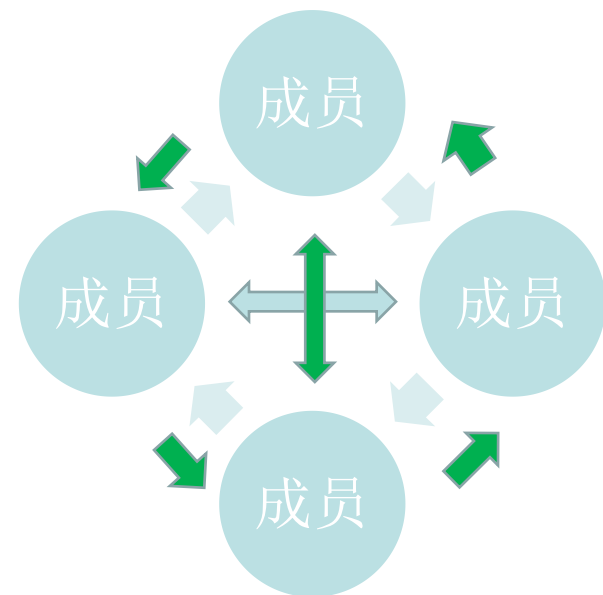
妈妈送的这个日记本就像一本精美的书，绿绸装帧的封面下是一页页雪白的纸。晚上睡觉前我的姐姐们总是在日记上写很久，真不明白她们哪来那么多事情可写！相反我却不知道该写些什么。

我亲爱的日记本，我该怎么来填满你呢？啊！有了，我去抄一段阿达姐姐的日记好了，她正好跟妈妈出去串门了。我悄悄走进阿达的卧室，打开她的抽屉，拿出她的日记本，放心大胆地抄起来。

唉！那个叫阿道尔夫·卡皮塔尼的小老头又来我家了！我真是不喜欢他呀！妈妈说他很有钱，要是他向我求婚，我该答应他。多么残忍的事情！他的手又红又粗糙，只知道跟爸爸谈论葡萄酒、油、土地、农民和牲畜。我从没见过他穿时髦点的衣服……唉，让这件事情快点过去吧。昨天晚上，我送他出门的时候，他要吻我的手，我转身跑掉了。我爱我的阿尔贝托·德·莱基斯，可惜他是个贫穷的小职员……生活多么令人失望啊！我真不幸！……



图片来自网络



亲子关系信息素养高阶知识（1）

上海新闻晨报的记者杜琛在一篇报道中记录了马加爵的同学的看法：

“‘大家都觉得他心理有问题，每次同别人闹不愉快，他从不反思自己，总认为是别人找他麻烦。后来，大家只能以远离的方式对待他，但绝没有料到他会如此极端’……”

他独来独往，没有参加过任何社团组织，他把头发有意理得很短，这样看起来更加凶悍。

当他在篮球场打球时，如果别人没打好或不小心撞到他一下，他就会翻脸骂人，时间一长，也没人敢跟他一起打球了。

他的同学说，他越来越孤僻，成为一个有严重神经质的大学生。”[4]

如果说他的孤僻与内向与前面所分析的智力特点直接相关，自我中心则是他成长过程中逐渐形成的性格问题。他在家中排行最小，除父母的疼爱外还有两位姐姐的疼爱。加上他学习出色，显然，自小就在家中倍受宠爱。这种背景使他在一种自然的

情境下造就了自我中心的思维方式。从他被捕后的各种叙述中，我们听到的都是他自己的感受，直至他被抓获，谈到犯罪动机时，仍强调：“我打牌没有作弊，是邵瑞杰在冤枉我！”然而，对于同学的责怪，他至今没有一点儿反省与自述。

□ 亲子关系是所有社会关系的基础

- 兄弟姐妹、恋人夫妻
- 长辈、亲戚
- 朋友
- 同学、老师
- ……

首先，马加爵的情绪化体现在他时常会为一点小事而出现强烈的情绪反应。他在中学时期的日记中记载着一件事：他曾因与奶奶看连续剧发生冲突，而在日记中写道：“我好痛恨奶奶，恨死了，

另一段话是他逃亡期间留给大姐的录音：

“我知道，你是非常关心我的，经常写信给我，每到放假回家，你就经常与我谈心，想了解我的内心世界，但是，我这个人非常不诚实，我从来不对你打开心门（扉），我心里有许多疑问从来没有向你请教，你对我这么热情，但是我都是讲些假话，实在是对不起你，你这么关心我……”

一个有信息素养的人

- 基于信息解决问题

- 有信息意识

- 无论遇到什么事，都能够首先想到必须先了解相关信息，用信息来解决；

- 能把遇到的问题转化为具体的信息需求

- 具有超强的**文献检索能力**

- 能够选择合适的系统和工具，利用一定的方法和技巧找到并获取所需要的信息；

- 对找到的信息进行评价和管理；

- 综合利用找到的信息解决自己遇到的问题。

- 具有扎实的信息知识和技能

- 知道信息具有不灭性、对于不同的人有不同的价值

- 获取理解信息需要成本、掌握信息安全防范知识和技能

- 具有良好的信息伦理意识和能力

- 己所不欲勿施于人

- 别人对你施加的影响，后果由你承担

- 你对别人施加的影响，后果与你有关

需要的信息在哪里？
这个说法可信吗？正确的是什么？
这样说可以吗？
说出去的话泼出去的水！

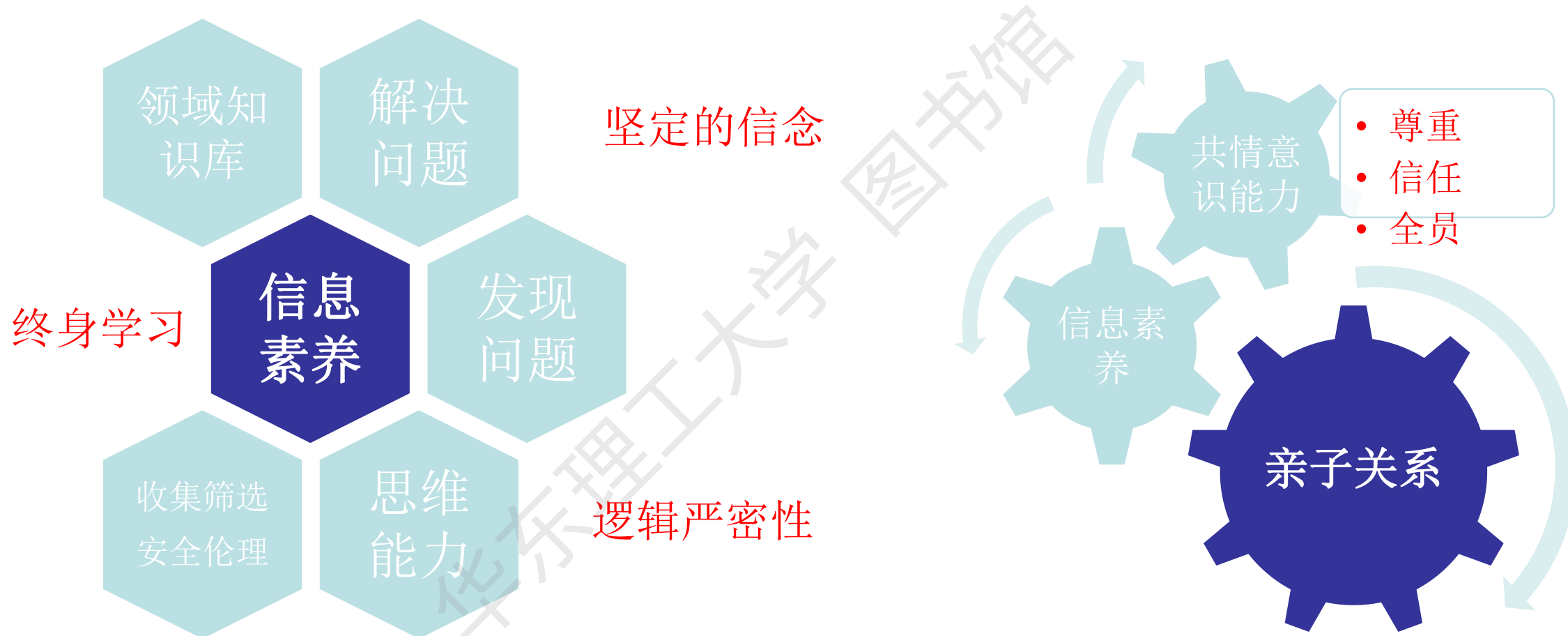


图片来自网络

知，然后行；知行合一



总结： Watch out and be safe!



• 信息素养，值得你拥有！ 高质量亲子关系，你责无旁贷！