

了解你的孩子 ● 关心你的孩子 ● 呵护你的孩子 ● 成就你的孩子



走进孩子的心理世界，做最知心的父母，让孩子享受到最好的教育，做一个身心健康的“小天使”！

主编 刘艳



走进孩子的 心理 世界



 科学技术文献出版社

走进孩子的心理世界

主 编 刘 艳

编委会 王 宇 郭明涛 刘 艳 王动阳

田红娟 刘 晔 郭 芳 陶淑辉

梁倩文 周 敏

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

走进孩子的心理世界/刘艳主编. -北京:科学技术文献出版社, 2008. 7

ISBN 978-7-5023-6012-2

I. 走… II. 刘… III. 青少年心理学-通俗读物 IV. B844. 2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 055989 号

出 版 者 科学技术文献出版社

地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图书编辑部电话 (010)51501739

图书发行部电话 (010)51501720, (010)51501722(传真)

邮 购 部 电 话 (010)51501729

网 址 <http://www.stdph.com>

E-mail: stdph@istic.ac.cn

策 划 编 辑 樊雅莉

责 任 编 辑 樊雅莉

责 任 校 对 唐 炜

责 任 出 版 王杰馨

发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者 北京高迪印刷有限公司

版 (印) 次 2008 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

开 本 650×950 特 16 开

字 数 233 千

印 张 20

印 数 1~5000 册

定 价 28.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

孩子是一本怎样的书

内 容 简 介

解 放 社 主

孩子是一本书,从童年到少年、从少年到青年,父母都在一页页往后翻,但要真正读懂却十分不容易。为人父母者往往会发出这样的感叹:孩子越大,就越不了解他。本书正符合家长们的需要,有助于家长了解孩子的心理世界,采取更好的教育方式,同时能增进孩子与父母的感情,让父母与孩子成为朋友。

科学技术文献出版社

科学技术文献出版社是国家科学技术部系统惟一——
家中央级综合性科技出版机构,我们所有的努力都是为
了使您增长知识和才干。



向您推荐

望子成龙系列

快乐孕妇与胎儿智力培养	12.00
智力发育高峰与培养最佳时机	12.00
入学前准备与良好习惯培养	8.00
如何培养天才儿童	10.00
如何培养儿童右脑	10.00
七田式超右脑训练法	19.80
学龄前儿童智力开发的秘密	16.80
七田式高速学习的秘密	16.80

注：邮费按书款总价另加 20%



内容提要 作者简介

本书为... 定价...

前言

“望子成龙，盼女成凤”是每个家长的愿望，正因为如此，所有的父母都很重视对孩子的教育。也正因为如此，他们把所有的“爱”都给了孩子，但是，他们不知道，正是他们的这些“爱”压得孩子透不过气来，让孩子的心理受到很多不良的影响。

在父母眼里，认为自己是最了解孩子的人，但是，你们真的了解自己的孩子吗？孩子的心理世界你们了解吗？相信没有几个父母能给出肯定的答案。

随着社会物质生活条件的改善，孩子们大多都有了自己的独立居室。但是，孩子的心理空间并非因为物质空间的扩大而“水涨船高”。事实上，孩子希望有自己的想法、有自己的秘密，有自己自由自在的、独立的时间与空间。在父母一厢情愿的“围”、“追”、“堵”、“截”下成长起来的孩子，通常缺乏自律，情绪起伏不定，应对挫折的能力较差，这无疑会影响到孩子的心理健康。

一个发育正常的孩子，除了生理需要之外，心理需要也是必不可少的。作为父母，在家庭生活中，满足孩子的生活需要，一般是没有什么问题的，甚至是有过之而无不及；但尊重和满足孩子正当的心理需求，却是许多为人父母者尚未重视的问题，不了解孩子的父母根本发现不了孩子的心理需要，所以，他们很难与孩子相处，也很难走进孩



子的心理世界。

在日常生活中，父母要学会站在孩子的立场上，设身处地体验孩子的真实感受，多一分对孩子的理解，少一分对孩子的训斥，只有这样，才能加强亲子之间的沟通，才能走进孩子的心理世界，为孩子创造一个宽松的成长氛围。如果你拥有一颗童心，再加上你对孩子的关心与爱护，就一定可以走进孩子的心灵世界，成为孩子的心灵导师。

父母在与孩子沟通时，通常都会说：“你该如何如何”“你犯了什么错”，可是事实上，你们或许忽略了孩子正以他们的眼光在看待成人。例如：晚上十一点多，孩子尚未入睡，而父母也毫无要上床的迹象，这时赶孩子快快上床，他或许会说声“哦”然后乖乖入睡，然而心里却在想：“当大人多好，不用早睡，如果我是大人就好了。”如果孩子是带着这种心理入睡，那父母与孩子的沟通就不完全，因为孩子是带着不甘心入睡的。其实仔细思量：孩子心里有这种感受是正常的。在小孩的眼中，大人也一样有瑕疵的，只是他不敢说出来。作为父母，你应该了解孩子的心理世界，以身作则，才能正确地指导教育孩子。

本书是一本教育孩子的书籍，它明确说明父母的有些行为会给孩子带来不良的影响，详细告诉父母应该如何做才能走进孩子的心理世界，帮助孩子走向成功。呼吁父母做孩子的大朋友，多听听孩子的心里话，给孩子塑造一个宽松的环境，让他们放松地讲出心里所有的喜悦、困惑、恐惧、失望、压力……

本书将告诉你如何与孩子沟通，如何知道孩子在想些什么，如何理解孩子的情绪，如何正确地对孩子进行指导。当孩子感觉到你理解他的时候，他才会真正感受到你是爱



他的。如果你能走进孩子的心理世界,充分了解孩子的想法和意愿,那么,沟通与理解、管教与合作、赞美与批评就都会变得十分容易,教育孩子就会成为一种快乐的体验。

编 者

2008 年 5 月于北京



目录

第一章 了解孩子,从这里开始 /1

1. 爱孩子从懂孩子开始 /3
2. 言行,孩子内心的外在表现 /7
3. “眼”为心声——读懂孩子的眼神 /12
4. “不听话”中的心理需求 /16
5. 成绩起伏暗藏心理玄机 /21
6. 观同伴关系,察孩子内心 /25
7. 了解孩子,从兴趣爱好开始 /30

第二章 父母是天,孩子就要

“听天由命”吗? /35

1. 包办代替——孩子自卑的源泉 /37
2. 听话的孩子不一定是好孩子 /42
3. 松紧有度,该放手时就放手 /47
4. 家长权威——影响孩子成长的根市 /51
5. 教孩子学会说“不” /55



走进孩子的心理世界

6. 不要用“分数”抢走孩子的快乐 /60

7. 限制孩子思想 = 扼杀孩子天性 /64

第三章 物极必反,教子需要“行之有度” /69

1. 教育孩子要把握“度” /71

2. 父母过度干预,孩子备感压抑 /75

3. 过度的保护,让孩子成了“低能儿” /80

4. 批评过度,孩子只会丧失自信 /84

5. 超前教育,可能得不偿失 /89

6. 禁止有度,孩子玩游戏不是错 /94

7. 过度纵容,让孩子误入歧途 /98

第四章 聆听孩子,叩开孩子的“心灵之门” /103

1. 聆听孩子的“坏心情”,解析孩子的坏情绪 /105

2. 聆听孩子的“好心情”,快乐一起分享 /109

3. 蹲下来听孩子说话 /113

4. 让孩子把话说完 /118

5. 最大限度地相信孩子 /122

6. 站在孩子的立场思考 /127

第五章 沟通无限,做孩子的“铁哥们儿” /133

1. 做孩子的“心情医师” /135

2. 与孩子做朋友,学会自然沟通 /139

3. 多给孩子一些自由空间 /144



4. 情感沟通,莫让孩子受早恋困扰 /149

5. 要善于为孩子保密 /153

6. 及时赞美你的孩子 /158

7. 关注亲子交流,关注孩子成长 /163

8. 鼓励孩子,减轻孩子的心理压力 /168

第六章 修正品德,美化孩子的“心灵花园” /173

1. 告诉孩子莫与人攀比 /175

2. 学会共享,莫让占有欲驾驭孩子 /179

3. 让孩子拥有宽容之心 /184

4. 矫正孩子的偷窃行为 /189

5. 以身作则,让孩子从小学会诚实守信 /193

6. 帮助孩子逃离骄傲的魔掌 /198

7. 莫让嫉妒恶化孩子心灵 /202

8. 切忌出口成“脏”,让孩子远离不文明 /207

第七章 扭曲心理,源于父母“出手教育” /213

1. 因为害怕,所以服从 /215

2. 怀疑自己,拒绝与人交往 /220

3. 反抗到底,越打越不认错 /225

4. 动口不动手,莫让孩子出手伤人 /229

5. 为避免“皮肉之苦”,能瞒则瞒 /234

6. 化解孩子的攻击行为 /238



第八章 不良情绪,青春期的“大难坎儿” /243

1. 掌握孩子不良情绪的航线 /245
2. 学会接纳孩子的情绪 /250
3. 用适当的方法疏导孩子的不良情绪 /254
4. 对孩子不要斥责和说教 /258
5. 理解孩子混乱的情绪 /263
6. 积极回应孩子的不良情绪 /268

第九章 生性多“疑”,无止境的“为什么” /271

1. 孩子总有“十万个为什么” /273
2. 不要嘲笑孩子的问题 /278
3. 讲孩子能听懂的“语言” /283
4. 不要漠视、回避孩子所问的问题 /287
5. 难以说明时多查阅书籍 /292
6. 尊重孩子的意见 /297
7. 鼓励孩子的多疑 /301
8. 引导孩子自己解答 /305



第一章

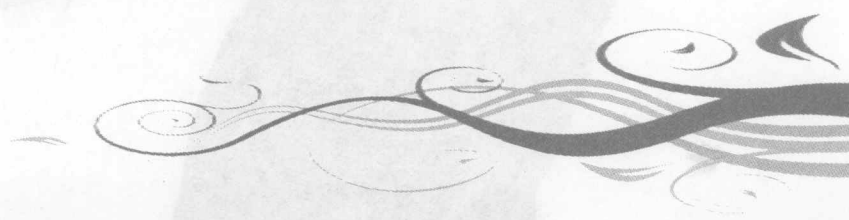
了解孩子，从这里开始





了解孩子,解读孩子,只要我们愿意,真正用心倾听孩子内心的声音,就能真正走近孩子的心灵。

许多家长认为,孩子在自己身边长大哪有不了解的道理?其实,孩子的内心世界你并不一定知道。随着年龄一天天地增长,孩子越来越不愿意跟父母交流、沟通,甚至一些孩子还弄虚作假哄骗家长。对你的孩子,你真的了解他吗?你的做法真的正确吗?





1. 爱孩子从懂孩子开始

每个家长都很爱自己的孩子，对孩子付出了满腔真挚的爱，并将其化作为热切的希望——孩子能够比自己幸福，能够拥有一个无比顺利、无比灿烂的未来。家长不愿意自己曾经吃过的苦，孩子重吃一遍；自己所经历的人生曲折，孩子再经历一次；自己失落的梦想，孩子又一次失落。然而，家长对孩子如此深厚、强烈的爱，却往往得不到孩子的回应，甚至因此而成为家庭悲剧的根源。爱孩子固然没有错，但关键是要懂孩子。



椅子垫儿暗藏的爱

陈陈在“母亲节”那天，回家顾不上做作业，翻箱倒柜地找出布和针线，忙了半天，辛辛苦苦地给妈妈缝了个椅子垫儿。他想给妈妈一个惊喜，就把椅子垫儿先藏起来，不让妈妈看见。妈妈下班回家，问道：“写完作业没有？”孩子回答说：“还没有呢。”妈妈一下来了气：“放学这么半天，你干什么了？”孩子说：“妈妈，今天是母亲节，我给你做了个礼物。”说着拿出了藏在门后的椅子垫儿。他满



以为妈妈会高兴呢,没想到,妈妈不但没有什么惊喜,反而一手抓过椅子垫儿,说:“你弄这玩意儿干吗,不写作业!”边说边把孩子忙了半天好不容易做好的椅子垫儿给拆了。

陈陈当时便气哭了,他的心情可想而知,他对妈妈的一片爱心被妈妈粗暴地伤害了。他用了一个下午的时间给妈妈缝椅子垫儿,也许长这么大,他还从来没有为妈妈付出过这么多的劳动,他多希望妈妈会因为他变得懂事而高兴。他在一针一针缝椅子垫儿的时候,一定想像着妈妈回家看到这份特殊的礼物时的高兴劲儿,可万万没想到妈妈会这样。他大失所望,对妈妈的爱,一下子转为了怨恨,恨妈妈不懂自己的心,蔑视自己的心意。

孩子给妈妈亲手缝椅垫儿的意义远不止于孩子会劳动、会干活儿了,其意义主要体现在人的情感上,在孩子的一针一线中浸透着孩子对妈妈的爱和关心,浸透着孩子对妈妈的感情回报,而粗心的妈妈却将母子双向情感交流的良好机会给抹杀了。

到底谁出了问题

相关调查显示,约有七成的家长感觉到自己根本不了解孩子的心理。其实这并不是什么值得奇怪的事情。因为尽管没有不爱自己孩子的家长,但相当一部分家长在孩子面前家长作风派头十足也基本上是客观事实。而孩子们除了需要满足物质生活,更需要满足精神需求。现在几乎家家都是独生子,钢筋混凝土的城市森林让孩子们难觅玩伴,再加上孩子们都被父母寄予了厚望的情况下,孩子们的精神世界变得越来越贫瘠也是在所难免的事情。

“问题儿童”之所以会越来越多,主要原因并不在孩子,而在于家长。因为一些家长不但没有充当孩子的朋友,反而在用一些不



良行为对孩子施加着影响，这就是所谓“栽什么树苗结什么果，撒什么种子开什么花”。

家长若真正想了解自己的孩子其实并不是什么难事，但前提是要把孩子看成是与自己相同的独立个体，而不是附属品，孩子需要的绝对不仅仅是优越的物质生活，更需要让自己的选择和愿望得到尊重，即所谓“家长要蹲下来跟孩子说话”，而且这也是家长了解自己孩子的最佳途径。换句话说就是“没有问题孩子，只有问题家长”。家长没有“问题”了，合格了，那么孩子自然不会再出现那么多的“问题”。



爱孩子先要懂孩子

每个孩子都是由两个人集合而成的，一个是“好孩子”，另一个是“坏孩子”。“好孩子”是指孩子身上与生俱来的潜力，优点、长处和家長希望在孩子身上发生的一切美好事物；“坏孩子”是指孩子身上的缺点、短处和家長不希望孩子身上发生的一切不美好事物。懂孩子的家長的一言一行都在唤醒“好孩子”，而不懂孩子的家長往往会在“爱心”的氛围中逼出“坏孩子”。

父母爱孩子不容置疑，但爱却为何起到了相反的作用？根本原因就在于父母不懂孩子，不会爱孩子，习惯于站在自己的角度来要求孩子，整天不停地唠叨，不断地抓住孩子的缺点和不足加以指责、抱怨，逼着孩子立刻纠正，久而久之，便造成孩子的压抑和逆反。父母培育孩子一如农民种庄稼，只有遵循庄稼生长的规律，适时浇水施肥，才能获得丰收。爱孩子的家長，只有掌握了孩子成长发育的一般规律，了解孩子独特的个性特点，读懂孩子，才能使洒在孩子身上的爱得到相应的回报。