



好妈妈要懂 读心术

MIND READING FOR A GOOD MOTHER 李玲玲◎著

不懂读心术就不懂孩子的心，不懂孩子的心，不懂孩子的心，不懂孩子的心——
读心术是妈妈与孩子沟通的桥梁，是妈妈与孩子心灵的桥梁——

每个妈妈都可以是心理学家
每个妈妈都要懂读心术

从心开始，读懂孩子成长的每一步
给孩子最舒心、最贴心、最安心的成长空间



前言

每一个女孩也许都曾经幻想过，在将来的某一天，你的身体里将会孕育出一个可爱的小生命。他带着哭声来到这个世界上，却将用笑脸陪伴你走过数十年的时光。

我初为人母时，是在一个炎热的夏天里。熬过了十月怀胎和产台上的生死考验，医生把宝宝抱到了我面前。我忍着剧烈的疼痛，仔仔细细地端详着这个可爱的小生命。他连眼睛都没有睁开，微微张着的嘴里，正发出嘹亮的哭声。我知道他在向世界宣告：初次见面，请多关照。

一天一天，孩子慢慢地长大。开始学会走路，学会说话，学会思考。

爸爸希望他能够独立，有责任感。我希望他能够健康，正直善良。但爸爸是家里的顶梁柱，公司的主心骨，大部分时间都一心扑在了工作上。所以孩子的前期教育，基本就落在了我的肩上。

孩子就像一张干净的白纸，而我，则是他生命中的第一个画家。

你若是想画出美丽的画，你就要先去读懂他。

孩子眼中的一切是什么样子，他的心中有着什么样的想法，父母的行为会给他造成什么样的影响，这都是我必须懂得的功课。

我想扮演的角色不止是一个母亲，也是他的师长、他的朋友、他的知己。

我希望我能尊重我的孩子，理解他，在他需要的时候给予他必要的帮助和引导。

所以我选择去读懂他，聪明的妈妈就应该学会“读心术”。

几岁的小孩子最容易挑食，打也没用，他会更厌恶这种食物，一把鼻涕一把泪地吃下去，也不会有助于吸收营养。不要觉得束手无策，聪明的妈妈会让孩子发自内心地喜欢这种食物。

在成长的某个过程中，孩子会逐渐意识到自己的弱小。这种意识常常会折射出一些不好的行为，比如：撒谎、虚荣、懒惰、自私等。聪明的妈妈会让孩子明白，诚实的人将得到奖励，朴实才能让你安心，勤劳会更加好玩而无私才能真正拥有。

都说青春期是孩子的叛逆期，很多人都不明白孩子们为什么会叛逆，尽管每个人都做过孩子。叛逆是因为孩子已经慢慢形成了一个独立的人格，他需要被认可，甚至采用叛逆的手

段。这是孩子最需要父母引导的时候，不要觉得无能为力，聪明的妈妈会让孩子知道，一个真正成熟独立的人，是什么样子。

孩子成长的过程中还会遇到无数的问题，懂得了妈妈的“读心术”，你就懂得了怎么牵着孩子的手，在正确的道路上行走。

其实，妈妈的“读心术”其实并不神秘，只不过因为我懂得去信任和理解我的孩子。

我曾经听过一句话，因为懂得，所以慈悲。

而我这样理解这句话，因为我愿意去懂得我的孩子，所以孩子，也就理解了他的妈妈。

人物介绍：

家庭成员：

- 宝宝：大名霍飞桐，昵称“汉堡包”，江湖人称霍班长。在妈妈“读心术”的教育下，从小和妈妈关系极好，无话不谈。性格开朗大方，积极向上，缺点是常常会颐指气使，自以为是。但总的来说，还是一个善良又懂事的好孩子。
- 妈妈：“妈妈读心术”门派的创立者兼光棍掌门人，最大的愿望是更多的妈妈能加入到“妈妈读心术”的门派里来。在宝宝7岁前一直在家照顾宝宝，和宝宝感情很深，运用其独门绝技“读心术”，总是能敏锐的察觉宝宝行为背后的深意，从而给予正确的指导。
- 爸爸：宝宝家里的顶梁柱，独自经营着一家公司，因为工作繁忙，很难得有时间能陪伴宝宝。不过还是很关心宝宝的情况，从来不忘记在孩子各个重要阶段闪亮登场一次。最耿耿于怀的就是宝宝喊“爸爸”事件，最开心的事情是收到儿子的第一份礼物。

其他人物：

- 宁之泽：隔壁的小孩，和霍飞桐只相差了1个月，经常被妈妈拉过来找霍飞桐玩，但他总是很尴尬，霍飞桐说宁之泽就算在外面看到他也会躲开。
- 刘姐：宁之泽的妈妈，她常常都在抱怨不知道孩子在想些什么，却又从来不肯从孩子的角度为孩子想想，习惯性武断地否定自己的孩子，后来跟孩子大吵一架以后，稍微有些反省。
- 小芸：幼儿园老师，十分喜欢小朋友，是个耐心又懂得与孩子相处的好老师。

Chapter 1: 决定孩子一生的世界观

1. 培养孩子的独立意识
2. 建立孩子美好的世界认知体系
3. 榜样力量——给孩子好的学习对象
4. 好的品质应该从小培养
5. 解除孩子心灵的枷锁
6. 不要让孩子过分依赖妈妈
7. 控制孩子的占有欲
8. 从小培养起主动学习的好习惯
9. 正确对待孩子的敏感期
10. 孩子该不该打？别让孩子恨你！
11. 培养一个好习惯，成就孩子的一生
12. 教会亲近，也教会独立

Chapter 2: 形成孩子基本的社会观

1. 孩子在幼儿园接触到第一个小社会
2. 如何让孩子习惯新环境
3. 培养孩子的合作能力
4. 警惕孩子的暴力意识
5. 和孩子一起规划一个美好的未来
6. 教育孩子主动承担责任
7. 引导孩子勇敢地说出“我不会”
8. 守护好孩子的自尊心
9. 给孩子制定一个生活时间表
10. 一定！一定要常常鼓励你的孩子
11. 让孩子学会爱干净
12. 不要觉得孩子烦
13. 观察孩子最擅长的事和他最喜欢的事

Chapter 3: 树立孩子正确的人生观

1. 培养孩子的主角意识
2. 让孩子懂得权力和责任的关系

3. 让孩子的内心听到声音
4. 别让孩子孤立无援
5. 谨慎选择特长班
6. 小心孩子的第一个谎言——别让谎言成为习惯
7. 如何让孩子学会坚持
8. 无聊的人才玩游戏？不要剥夺孩子的童心
9. 冬季户外拉练——培养孩子的意志力
10. 告诉孩子什么才是强者
11. 正确引导“早熟”的孩子
12. 当孩子犯懒的时候不要过激教育
13. 教会孩子正确面对失败
14. 父母应该为孩子树立孝顺的道德观
15. 节约是一种很重要的美德
16. 学会体贴——家务并不只是妈妈一个人的事
17. 意志力是成功的关键

Chapter 4: 教育孩子从认识生命开始

1. 主动认识和适应新的环境
2. 生命总会存在失利，学习从困惑中走出来
3. 不要纵容偏执的情绪
4. 随时从根本上纠正孩子错误的想法
5. 谨慎面对孩子的第二个叛逆期
6. 每一个生命都有自尊心
7. 尽量尊重孩子自我独立的空间
8. 成绩不应该是家庭的重心——请关注孩子本身
9. 指导孩子如何和异性正常交往
10. 控制情绪，做一个有气质的人
11. 和孩子的兴趣爱好共同成长
12. 让孩子爱上枯燥的学习

Chapter 5: 是时候让孩子了解生活了

1. 尊重现实的情况下尽量让孩子看到生活的积极面

2. 注意培养起孩子的情感联系
3. 家长要能够将恋爱、早熟区分开
4. 告诉孩子什么是责任？什么是义务？
5. 正确对待孩子的爱好和学习
6. 竞争有时候不见得是好事——防止恶性竞争
7. 是时候教会孩子金钱和物质的问题了
8. 提高孩子的阅读品味从电视开始
9. 给予孩子信任，给予他力量
10. 避免和孩子争吵
11. 引导孩子正确发泄自己多余的精力
12. 孩子和老师沟通真的有那么困难吗？
13. 孩子的世界不是只有学习
14. 人际关系越来越重要
15. 无论哪个年龄段的孩子都渴望被肯定
16. 让孩子接纳完全的自己

Chapter 6: 最后一课：面对人生抉择

1. 稳定的情绪、良好的心态最重要
2. 不要过度关心孩子
3. 和孩子一起制定复习计划，并尊重他自己的计划
4. 让孩子正确评价自己
5. 并不是只要尽力就够了——建立孩子的成就观
6. 身体是革命的本钱
7. 父母应该学会尊重孩子的选择
8. 认真对待孩子每一次考试结果
9. 是否应该让孩子出国？
10. 注意考后关怀

附录：聪明妈妈 80 问

结束语

Chapter 1: 决定孩子一生的世界观

1. 培养孩子的独立意识

根据幼儿心理学研究显示：通常1岁半到3岁半是孩子的第一个叛逆期，也可以说是孩子的第一个独立期。不要以为孩子还小就没有自己的想法，这些刚刚开始在床上爬来爬去的小家伙，正是处在最渴望独立的阶段。

我家宝宝7岁前我一直是全职妈妈，所以有大把的时间守在宝宝的身边，观察他的一举一动。我注意到随着宝宝对自己身体和周围的世界慢慢熟悉，他渴望独立的愿望便开始在心中偷偷萌芽。

他会开始拒绝你的保护，推开挡在他身前的大手，独自爬向床沿，也可能会拍开你帮他扶住奶瓶的手，坚持要自己捧着，这些淘气又幼稚的行为常常会让你哭笑不得。

我曾经听到有人抱着哭得撕心裂肺的孩子埋怨道：这才两岁的孩子怎么这么淘啊，还没学会走路就忙着摔跤了，摔疼了又哇哇大哭。

其实很多家长都会对宝宝的第一叛逆期感到头痛，不知道怎样才能让这个淘气消停下来。在教育孩子这上面，我并不太赞成暴力式教育，适当的惩戒也是可行的，但也许做父母的也发现了，暴力的手段并没有想象中那么有用。如果你爱你的孩子，希望他能成长为一个优秀的人，请把你的希望化为行动，除了暴力，你还可以通过很多渠道去引导孩子。

要知道孩子曾经是妈妈身体里不可分割的一部分，所以每个妈妈天生就有懂得孩子的能力，“读心术”是上天给妈妈的天赋。作为妈妈你应该尝试去了解他，读懂他，用他的思维方式思考他面对的问题。当你懂得体谅和同情你的孩子，你就已经明白了一种温和的、善意的、会让你和孩子更加亲近和信任的教育手段。

在宝宝的第一个叛逆期，虽然他还只是一个宝宝，但他也开始有了自己的想法。如何满足宝宝追求独立的愿望，同时给予他正确地引导呢。

首先我们要知道为什么宝宝不愿意再被过度的照顾，那是因为宝宝越来越强壮，他拥有

越来越多独立行动的本领。当宝宝发现自己能够慢慢地操纵自己的身体时，他就开始渴望父母把行动的权力还给他。不要责怪孩子淘气，这个年龄段的孩子淘气是一个好的征兆。宝宝的淘气其实是展示了它急于独立的心态，父母应该给予他正确的引导和辅助，就可以在宝宝认识世界之初，帮助他形成一个独立自主的人格。

比如我们可以在他第一次要求独自站立的时候，选一个适合他的胖脚站立的地方，比如温暖的大床。时不时给他一只手，然后让开，他快站不住的时候再给他一只手，然后放开。等到宝宝能独自在床上站稳的时候，我们就转换一下客观条件，让宝宝尝试在沙发上，地板上，甚至浴缸里站立。

又比如他表现出对一些玩具的特殊兴趣时，不要急着把那些玩具递给他，你的孩子正在尝试自己伸手去得到自己想要的东西。你可以把玩具放近一点，放在比较安全的地方。这样就能在解决宝宝“淘气”问题的同时，帮助宝宝养成了独立的好性格。

妈妈心得：

◆要有耐心！宝宝是一个只有两尺长的小肉团，是一个刚刚来到新世界的小客人，是一个刚开始牙牙学语的小文盲。这么一个可怜的小家伙，耐心的对待几乎是最基本的要求。这个年龄的宝宝做什么都是没错的，如果妈妈不能给予足够的耐心，宝宝就得不到应有的照顾。看着这个小小的宝贝，就连淘气也那么可爱，妈妈的心一下就柔软了，怎么会不够耐心呢。

TIPS：读心术第一讲

每个孩子来到这个世界的时候都是不安的，他们还不知道自己将要面对的是什么，所以他们异常渴望独立，只有自己才是值得信任的，而做父母明白了这一点心思，就不难有效的引导和照顾孩子。

- ✚ 首先，父母应该尽量配合孩子的想法，你可以觉得他幼稚，但是这些看上去毫无意义的行为和想法，是他走完整个人生的第一步。
- ✚ 其次，尽力让他自己去尝试那些他能做的事，孩子的一切都是未定型的时候，你的放手就是你的信任，孩子感受到你的信任，就会对这个世界更加充满勇气。
- ✚ 最后，一定要注意孩子的安全，在适当的时候伸手拉住他。这也是建立一种潜意识，让孩子知道这个世界还是存在危险。

2. 建立孩子美好的世界认知体系

宝宝的叛逆期也是他的第一个学习期，他就像一块小小的海绵，拼命想吸收这个新鲜的

世界。因为他才刚刚来到这个世界，他对世界和自己都充满了好奇。

慢慢的宝宝会对处在观察的状态感到不满，他尝试控制自己的身体各个器官，他想知道自己能做什么，并对这方面的游戏乐此不疲。宝宝开始渴望确认自己的五感，他会慢慢地对颜色、声音产生兴趣。

在这个阶段妈妈们应该一起来思考一个重要的问题，宝宝正处在对这个世界建立情感的重要阶段，孩子在这个阶段学到了什么，很可能决定了孩子一生的兴趣偏向，所以这个时期孩子的最需要一些正面暗示。

我们家宝宝4个月的时候就开始对颜色产生兴趣，我经常把各种颜色的小球放在他的面前，他特别喜欢蓝色的小球，一看到蓝色就伸出手去，如果我把蓝色藏起来，他就会拿走绿色。如果连绿色也没有，宝宝就会随手抓起一个扔到床下，小家伙，脾气还挺大！

等到宝宝六个月时他就开始依依呀呀的发音了，我们赶紧尝试教宝宝说话。那段时间爸爸回到家第一件事就是教宝宝说爸爸，可惜就算爸爸怎么努力，真正跟宝宝在一起时间最长的还是妈妈。所以宝宝开金口喊的第一声，毫无疑问是“妈妈”，爸爸为此郁闷了很多天。

通常只要孩子第一次开口以后，语言方面的学习能力就会以一种惊人的速度疯长，牙牙学语就是指的这一个时期。语言是孩子在抚摸、观察和聆听之后，切实感受到的第四种能力。要知道语言能力是一种十分有意思的能力，首先它比起别的运动来，花费的功夫最少，几乎常常都会看到这个年龄的宝宝一直在发出各种短促的单音，这是他们的发声练习，他们在学习怎样让自己的舌头更灵活。其次说话是与大人世界交流最有效率的工具，以前饿了，只能哇哇大哭，现在如果饿了，你只用瞪大你那可爱又无邪的大眼睛，含含糊糊地说一个“饭”字，马上就有美味的营养粥出现在你的眼前。

所以我们家宝宝学会的第二句话是“饭”，这让他的老爸很伤怀，那段时间爸爸经常抱着宝宝埋怨，在你的心中爸爸竟然排到了饭的后面。

接下来，宝宝慢慢学会了“花”、“球”、“抱”等等单音，爸爸一直被甩在九霄云外，可怜的父亲。

要知道1~2岁是孩子语言发育的关键时期，所以我除了经常和宝宝说话以外，还尝试给宝宝听各种各样比较温和的音乐，从纯旋律到流行乐，宝宝的最爱居然是周董，听到美妙的旋律，小家伙甚至会笑出声来。

到了两岁的时候，宝宝已经能和妈妈进行一些简单的交流了。这对于妈妈来说是件很重要的事，有效的交流永远是彼此了解的前提，哪怕对方还是一个两岁的孩子。

也许你觉得孩子还听不懂你说话的内容，但他能感受到你说话的对象，你说话的语气和

你一字一句中的爱意。孩子会知道自己正在被重视，被认可，他不会不安，不会失落，他相信在这个温暖的家庭里面，他能得到很好的照顾。

妈妈心得：

◆要有爱！一个被爱的孩子才可能学会爱。温馨、幸福的家庭环境，对宝宝的身心健康起着至关重要的作用。要给宝宝一个有爱的环境，让他感受到家的安全，感受到家人的重要作用。这在宝宝的成长过程会起到潜移默化的作用，在这颗小小的心房里种下爱的种子，等到他慢慢长大，这棵爱的大树就会生根发芽。

TIPS：读心术第二讲

这个阶段的孩子对世界还是一片模糊的认识，但是这个阶段的孩子对世界的映像却会决定他的终身，所以父母应该尽量给孩子创造一个安全的世界，让孩子信任这个世界，也就进一步去信任父母。

这个时候的孩子还不需要伤痛记忆，父母应该多花一些时间去看护孩子，不要让孩子受到比较大的伤害，尤其是要小心开水、刀器、电器等。

这个时候的孩子还不会知道对他造成伤害的原因是什么，他们仅仅只会发现这个世界很危险，而这种危险意识会在早期造成孩子精神紧张、过度敏感等问题，作为父母一定要给孩子足够的安全感，这样才能够保证孩子将来的心灵健康。

3. 榜样力量——给孩子好的学习对象

宝宝一岁以后，他的注意力就开始逐渐向外转移，他对这个充满了新鲜感的世界，表现出了越来越多的好奇心。这个阶段的家庭教育是尤为关键的，所谓三岁看大，七岁看老，孩子在这个阶段养成什么样的品质，基本决定了孩子将来的人格基础。外界给了孩子什么样的信息，家长给了孩子什么样的暗示，都将成为孩子的营养，慢慢在孩子身上反映出来。

我们家宝宝三岁的时候，十分喜欢自言自语，当你靠近他想听听他在说些什么的时候，他往往就不会说话了，这是为什么呢？

相信很多妈妈都遇到过同样的情况吧，别担心，这是因为宝宝会自己思考了，他已经开始慢慢向这个世界学习，慢慢学着用自己的眼睛去观察这个世界，用自己的心灵去体会这个世界的法则。他不但开始自言自语，也会简单地和爸爸妈妈说话，交流自己的想法。那个时候初为人母的我每天最开心的事就是和宝宝进行简单的交流，知道他心里的那些小想法。

在孩子慢慢接触了解这个世界的过程中，家长是一个至关重要的角色。因为家庭是孩子

从出生开始遇到的第一个社会环境。家长在孩子的世界中扮演的是什么角色，对孩子潜移默化的影响可以说是非常大的。

我们做家长的一言一行都对子女的成长与学习有着不可忽视的影响，好的家庭能为孩子塑造一个好的个性，我们现在不一定都能做到像“孟母三迁”那样严苛，但至少在家庭内部我们要为孩子创造一个良好洁净的环境。

我和爸爸早在宝宝还没生下来的时候就约法三章：不在宝宝面前吵架，不在宝宝面前说脏话，不在宝宝面前说别人的是非。

为宝宝创造一个良好的环境是我们最大的心愿，但我们最大的担心也是如何不要对孩子过度的溺爱，如何能在适当的时候给予孩子适当的暗示，表示我们的确是爱他，但有些东西并不是他想要就能马上得到的呢？

首先我们要知道对于孩子的关心不要仅限于生活环境方面的，更重要的是孩子的心灵和生活。

妈妈们在千方百计给孩子创造良好的物质条件的同时，一定要注意关注孩子的精神生活。这个时候的孩子是幼小也是脆弱的，同时也是极其单纯的，很多时候妈妈们过于关心孩子，孩子想要什么就给什么，也不去管这样做对孩子来说是好还是坏，让孩子毫不费力气地就得到他想要的东西。

两到四岁的孩子情绪比较不稳定，很多时候稍微不顺他的意了，他就会发脾气，乱扔东西。作为父母我们首先要做的是控制和管理好自己的情绪，充分尊重和理解孩子对表达情绪的需要。切忌不要一走了之，任凭孩子自己一个人哭闹，那样即使孩子后来不哭了，心里也会留下个伤疤，时间长了就会有自闭的危险。

我们应该允许孩子发泄自己的情绪，但我们不能娇惯孩子用伤害性的动作来表达愤怒。你也可以去忙自己的事情，但一定要让孩子感受到你绝对不是不管他。

在宝宝逐渐开始懂事的时候，我就会适当地在睡前给他讲一些有益的小故事，特别是那些提倡良好美德的小故事，在每天的潜移默化中教给他正确的做人道理。

妈妈心得：

◆要相信孩子！人之初，性本善。刚刚来到这个世界的孩子都是一张白纸，如果孩子做了错事，并不是他的错，他还不懂事。不要觉得自己的孩子天生就是个不服教的家伙，站在他的角度上想想，他单纯的思考会让你捧腹大笑。如果你开心了，就原谅他，帮助他纠正这些错误。如果妈妈都不相信自己的宝宝，谁还能相信他呢。

TIPS：读心术第三讲：

慢慢地孩子会开始学习模仿大人，这种模仿力是孩子想要跟这个世界更加融合的一种愿望。他们希望像看上去自信有力的父母一样，而父母此时的行为将会给孩子带来一生的影响，可以说你的一言一行都是孩子心中的榜样教程，如果孩子出现了一些偏差的行为，很多可能正是父母没有起到良好的带头作用。所以这个阶段的父母应该更重视孩子的行为根源，一个好妈妈就应该去认真思考，为什么孩子会出现这样的行为。

- 如果孩子是因为从父母那里得到了错误的示范，那么首先你应该主动向孩子承认错误，并告诉他这样做的危害。
- 如果孩子只是用他自己的方式模仿你，但是却做出了错误的模仿，父母应该马上告诉他正确的做法，及时修正这些偏差，但一定不能伤害到孩子幼小的心灵。
- 如果孩子确实是因为自私或者为了自我保护而犯错，父母应该首先考虑他这样做是否符合他的需求，不能马上全盘否定，而应该正确的引导他，让他明白怎么去控制一个度。

父母应该尽力去给他营造一个美好的、温馨的、安全的世界，孩子的模仿行为会决定他的性格基石，父母一定要有正面的影响力，要让孩子能够有好的学习氛围。一个在早期就模仿父母正面行为的孩子，一生都很难出现思想偏差。比较具体而言就是父母**不要在孩子面前发火啊、说话语气太傲慢、表现得神经质等**，而是**应该多笑、让家里气氛保持欢快、语调温柔**。让宝宝在前期教育中记住那些幸福的氛围，这在孩子的人格形成之初将起到极大的益处。

4. 好的品质应该从小培养

宝宝一般从两、三个月开始，就会尝试去握紧自己的小拳头，乃至握住所有放在它手里的东西。一开始握的时间并不长，那是因为他手部肌肉不够健全，对于抓握物体还没有很好的掌握。但到了1岁的左右，他基本上已经能牢牢地握住手里的东西了，还不让你抢。我们家宝宝就是一握着东西不撒手的主，如果你想试着拿走他手里的东西，他马上就瞪着一双大眼睛可怜兮兮地望着你，然后默默地把手往身后藏。

这种时候，我一般会狠心地把宝宝手里的东西拿走。孩子在人格的形成期，如果所有的愿望都得到满足，很容易形成骄纵、自我的性格。父母在适当的时候，让孩子明白“失去”的常性是十分重要的。

不过每次看到宝宝被抢了东西以后那憨乖憨乖的模样，我心里又忍不住涌上浓浓的怜爱

之情，我给我们家宝宝取了个外号——憨宝宝。

经常听到我“憨宝宝”、“憨宝宝”地叫，有一次爸爸终于忍不住了，为什么叫宝宝“汉堡包”呢？我听了笑了出来，哪是叫汉堡包啊，是叫憨宝宝，我们家宝宝憨憨的模样可比汉堡包可爱多了呢。

孩子习惯了我们的给予，习惯了他要什么爸爸妈妈都会给，一旦等不到想要的，他就会出現心理偏差。所以在孩子成长过程中，我们要适当让孩子明白，你所得到的并不都是伸出双手就能得到的，很多是需要经过自己的努力和一定的付出才能得到的。

我们家的糖果罐子里有各式各样的糖果，我规定宝宝每天只能拿两颗，不能多拿。起初的时候宝宝很听话，每天都乖乖地拿两颗。我表面上不说，但每天都会悄悄地去数糖果罐里的糖果看宝宝有没有多拿，让我很开心的是宝宝一直都很听话。

有一天，宝宝忍不住了问我，妈妈，我可以拿三颗吗？

我回答说，可以啊，但是如果你今天拿了三颗，明天就只能拿一颗了哦。

宝宝兴高采烈地正准备去罐子里拿，听到后面这句话就犹豫了。小家伙正在计算着明天若是没了糖果怎么办吧。我假装看报纸，没去看他，看他会有什么反应。宝宝小心翼翼从罐子里拿出一颗糖果，就跑一边玩去了。接下来一整天都没再从罐子里拿糖果。

晚上的时候，他跑到我面前说，妈妈，今天我只拿了一颗，是不是明天就可以拿三颗了？

我十分惊喜，憨宝宝懂得把东西存起来，而且非常诚实，没有趁我不注意偷偷拿糖果。但我还是平静地告诉他，今天妈妈允许你再去拿一颗糖果，明天还是可以拿三颗。

宝宝十分开心，睁着大眼睛问我为什么呀。

我告诉他，因为你已经懂得为明天操心，而且十分诚实，没有趁妈妈不注意悄悄去拿糖果，如果你悄悄去拿了糖果，那么不仅今天只能拿一颗，以后每天都只能拿一颗了，诚实就会受到嘉奖，不诚实就会受到惩罚。

不仅要让孩子明白，有所付出才能有所回报，而且要让孩子知道诚实美好的品德是可以受到奖励的。

妈妈心得：

◆要严厉与温柔兼具！不要认为一味地满足孩子就是爱他，可也不要认为对孩子严苛就是对他好。严厉的同时让孩子充分感觉到自己是爱他的，温柔的同时让他能很好地分辨什么事应该做的，什么事不应该做的。

◆不要怕麻烦！这个阶段的孩子可能比较多奇怪的想法，母亲不要轻易地去否定或者训斥他，粗暴教育会对孩子的一生造成阴影。作为母亲应该认真思考孩子那些“无理要求”背

后的意义，然后主动引导，帮助孩子树立好的品质。

TIPS: 读心术第四讲

这个阶段的孩子已经在渐渐地接触和了解这个世界，他开始有自己的想法和独特的思考方式。孩子可能已经脱离了模仿而更多地倾向自己的主动尝试，这个时候父母就可以考虑适当的加以引导了，要让孩子有个最基本的善恶感念。

第一：要让孩子知道什么样的行为是值得鼓励的，孩子的主动性一开始并没有价值观的取向，他只是在想做做的事情。这个时候最忌讳粗暴的态度，比如他走路姿势不对，你可以让他摔倒后再纠正他，但绝对不能在他刚迈出脚的时候就责骂他。

第二：要让孩子生活在一个良好的氛围中，如果环境因素没有不利的问题，孩子通常并不会轻易做出出格的事情，一旦做出，父母就必须从根源上找出原因，不要轻易冤枉了孩子。

第三：进行一些基本的观念培养，比如可以给孩子讲一些英雄的故事，告诉孩子一些好人有好报的传说，然后适当的诱导孩子对这些行为下定义，促使孩子成为一个品格健全却能独立思考的人，这当然也是每个父母的愿望。

5. 解除孩子心灵的枷锁

宝宝四到八个月大的时候，大部分时间都花在翻身、探索以及坐和爬的练习上，当和周围人和事物互动越来越多，他开始喜欢玩一些小游戏，在这个过程中，他逐渐和周围的人熟悉起来。

家庭是孩子的第一个社会环境，可要成长为一个人格健全的人，孩子就必须面对外界社会，这对于刚刚咿呀学语还只会爬的小宝宝来说是一件很困难的事，所以家长在宝宝八到九个月的认人关键期一定要充满耐心，很可能孩子会不习惯，看见陌生人会露出害怕、恐惧的神情，有的宝宝可能会大哭不止，有的宝宝见到陌生人会试图回避、躲藏；有的宝宝甚至表现出严重的恐惧，尖声哭叫，挣扎着要离开现场等。

许多母亲和传统的观念认为，婴儿认生是天生的，自然的，不可避免的现象，因而听之任之，或故意让孩子避开陌生人；有的父母则为此着急，认为一回生，两回熟，强制婴儿接触陌生人。有的母亲看到宝宝认生现象比较严重，就认为是宝宝生病了，只能和自己家的人相处，看见陌生人就害怕，难道孩子是得了自闭症？或者在宝宝面前说一些重话，比如“连陌生人都怕，真没出息”之类的。

这些对孩子来说都是非常不好的方式，孩子认生的表现不能斥责，那样只会加重他的紧

张和恐惧。如果我们能从前期就打好基础，提前做好准备，对于宝宝来说，从家里边儿走出去并不是一件困难的事情。

憨宝宝三四个月的时候，我就常抱着他到外面散步，不要觉得孩子还小，或者担心孩子小身体弱，只要呆在家里就够了。带宝宝出去时为了让宝宝接触到更广阔的生活天地，接受到更多丰富多彩的刺激，特别是要让宝宝接触更多的人，外面能看到男女老少、成人、儿童等多种多样的人群，尽量让孩子多和他们进行交流，不去躲避他们的引逗，只要宝宝没有不喜欢的反应，我都尽量让宝宝更多地和陌生人接触。但看到宝宝有些许的皱眉或是开始表现得有些不耐烦，我就会抱着他散步到另一处地方去，不能强制宝宝和陌生人交往，应该让他有个循序渐进的过程，慢慢的接受和陌生人相处。

过年过节总免不了走亲戚或是别的亲戚要来串门，若是有人多的家庭聚会或是在外面聚餐，我都会提前带他熟悉亲戚和熟悉陌生的环境，让他先单独对这些本来陌生的人或事物有一个熟悉的过程，这样就可以避免众多陌生面孔突然出现，让孩子惊吓的状况了。

为了避免众多陌生人七嘴八舌地让他受惊，可以先主动地带宝宝去和亲戚们接触，也可以适当地教育孩子，看到长辈应该主动打招呼。这样既可以很好地避免孩子认生，又可以培养起孩子对礼仪的基本理念。

很多父母都说自己最最幸福和难忘的时刻，是感觉到怀里的小宝贝对自己充满了依恋和爱的那一刻。但宝宝如果只是这样是无法成长的，总有一天，我们会离开他们，他们必须独自去面对这个世界，那么从小的时候，我们就要让他逐渐拥有一个人面对世界的能力。

同样的，小宝宝也需要了解父母对他的情感，这是他认识他人，认识世界的开始。所以我们要时时刻刻运用“读心术”去了解宝宝内心那些想法，时时刻刻站在他的角度为他想想。

妈妈心得：

◆要学会安抚宝宝的情绪！当宝宝见到我们很高兴的表情时，我们也要用开心的表情来回应他。如果宝宝一见到我们就大哭，千万不要露出紧张或是厌恶的表情来。这个时候宝宝的哭泣也许只是向我们撒娇，要我们安抚他一下，爸爸妈妈可以适当地给予安抚，让宝宝时刻处于一个充满爱的环境中，这对于增加他的安全感也是很关键的。

◆分散注意力也不时为一个好办法！如果宝宝在接触陌生人的时候出现哭闹的现象，怎么哄也哄不过来，这个时候转移宝宝的注意力也是一个很好的方法。给他一个平时他喜欢吃的小零食，或是拿给他一个小玩具，或是唱一首平时他喜欢的歌曲，让他看到他熟悉的东

这些对安抚宝宝的情绪都是很好的办法。

TIPS: 读心术第五讲

孩子在这个阶段的时候情感认知已经趋向成熟了,这种情感最容易表达出来的一种方式就是依赖,孩子开始对亲近的人产生眷恋的情绪。要知道认人一般情况下并不是一种疾病,所以妈妈们大可不用担心,但也绝不能任由这种情况自生自灭。

孩子认人一方面是记忆力好的表现,一方面也有可能是性格的原因,要找到孩子认人的根源对症下药。

- ✚ 如果孩子对所有见过面的人都有依赖情绪,这是一件非常好的事情,说明这个孩子没有畏惧心,而且记性非常好,能够记住所有见过的人。父母应该注意培养这类孩子的交流天赋,通常在幼儿时期就能对着大部分人微笑的儿童,在成年后都能够获得良好的人际交往能力。
- ✚ 如果孩子只是依赖最长接触的那个人,比如妈妈,这就说明孩子的父亲不够称职,而母亲太宠溺孩子了。这种情况下,当然更好的办法就是在孩子的成长过程中,多让孩子接触更多的人,但不要让孩子在这些交往中遭遇伤害。
- ✚ 如果孩子不喜欢见陌生人,对这个世界表现出畏难情绪。父母就应该好好的反省一下,看看是不是做错了什么,同时逐步从亲近的人做起,比如多去同一个朋友家坐坐,给孩子找一个同龄玩伴,从根本上消除孩子这种不安。

6. 不要让孩子过分依赖妈妈

宝宝七岁以前我一直是全职妈妈,他每天和我接触的时间是最多的,当他到7、8月大开始认人的时候,对我已经非常熟悉。有时睡得迷迷糊糊,我去抱他,对我身上的味道他都能分辨。一方面我很开心自己的辛苦换来的是宝宝的无比信任和喜爱,可另一方面我也开始担心,当他开始渐渐长大的时候,他会不会过于依赖我呢?

所以尽管爸爸每天都很忙,但我还是尽量让他每天都和宝宝做一些交流和互动,例如晚上给宝宝洗洗澡或是给宝宝讲讲故事。有的时候爸爸会说好忙好累,回来就想逗逗宝宝就去睡觉,但想到我跟他说的宝宝渐渐开始认人,再过段时间有可能就和他不亲了的时候。爸爸就很担心,每次晚上回来都会自告奋勇坚持给宝宝洗澡。

宝宝两三岁的时候爸爸说让宝宝一个人出去玩,我开始显得有些担心,虽然宝宝一直以来都比较外向和大方,但他几乎都是牵着我的手长大的,没有我的陪伴很多地方他不会去,