



舒童 / 著

让孩子听话 的心理学

- ★孩子为什么总把你的话当“耳旁风”？
- ★你知道孩子心里在想什么吗？
- ★怎样才能让孩子理解你的“苦口婆心”？
- ★如何改变孩子“倔得足以气死你的”行为？



让孩子听话 的 心理学



舒童 / 著

图书在版编目(CIP)数据

让孩子听话的心理学 / 舒童著. -- 北京: 新世界出版社, 2014.3

ISBN 978-7-5104-4927-7

I. ①让… II. ①舒… III. ①儿童心理学 IV.
①B844.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第025138号

让孩子听话的心理学

作 者: 舒 童

责任编辑: 王正斌

责任印制: 李一鸣 郑珊珊

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街24号(100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京中印联印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16

字 数: 229千字 印张: 16

版 次: 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-4927-7

定 价: 35.00元

版权所有 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

THE BOOK FOR CHILD
PSYCHOLOGY

前言



人们常用“孩子的脸，六月的天”来形容孩子情绪的多变和难测。实际上，孩子的情绪难测，是因为他们的心理变化规律常常无法被大人所掌握——孩子的心不仅隔着他们的小肚皮，还隔着他们往往言不由衷、词不达意的言语，纯真无邪、与成人迥异的稚嫩思想，以及他们相对狭窄的生活范围。这一切，使得孩子的心仿佛被蒙上了一层面纱一般，让人难懂又难猜。

然而，孩子的心理又是父母不得不了解的。很多教育界名人都呼吁：“教育者应当深刻了解正在成长的人的心灵。”了解孩子的心理，一方面能让父母知晓孩子当下的需求；另一方面，则能洞察孩子的心理是否朝着健康、健全的方向发展。对于一个人来说，童年的经历对其一生都会具有“蝴蝶效应”，也就是说，童年时期的每一种心理感受，都有可能影响人一生的心理、品质、性格，等等。在这期间，如果孩子的优秀品质得到强化，可能他的一生都会拥有这种宝贵的品质；如果孩子的劣势心理和负面情绪不能得到化解和改善，就有可能根深蒂固，成为孩子性情中不可改变的一部分。可见，人在儿童时期的心理状态，就已经在一定程度上决定了他一生的命运。因此，在家庭教育中，父母不可不重视儿童的心理活动。

我们都知道，人的心理会通过一系列外在活动表现出来，思想单纯的孩子往往表现得更为直接一些，但也更加混乱一些。他们的行为经常让大人摸不清门道，不知是哪种心理在起作用。比如，原本听话的乖宝宝，突然变成了专门跟妈妈对着干的“拧巴人儿”；总是和妈妈亲密无间的女儿，突然有了自己的“小秘密”；纯真无邪的孩子，不知从什么时候开始学会了撒谎；活泼爱笑的他，发起脾气来毫不收敛，如一头横冲直撞的小牛；上了学之后，孩子那股聪明劲儿不知哪去了，怎么都学不好……孩子在成长过程中，会出现无数的大人无法理解的行为，似乎每一种都很奇特，但又好像都与孩子的年龄，以及最近的心情、想法有些许联系……

为了不让父母在猜测孩子心理的路上迷茫、困惑、无助，我们编撰了这本介绍儿童心理的书，旨在为希望了解孩子心理的父母提供一些解答和指导。这本书从生活的方方面面取材，介绍了孩子在成长过程中常见的一些心理特征及其行为表现，让父母能够从孩子的话中听出他的心理、从孩子的行为中看出他的心理；同时教会父母如何在掌握孩子心理之后，引导其向更健康、更优秀的方向发展。

书中介绍了大量儿童心理学的理论知识，寓深刻于浅显，让所有的父母都能够一看即懂，一读就会用。另外，本书精选了大量的名人逸事、真实生活事例，以给父母提供更具体的方法参考。汇聚种种，本书的目的只有一个——让所有的父母更了解自己的孩子，更轻松地培养出一个优秀的孩子；让所有的亲子关系更加融洽，家庭氛围更加美满。

目 录



◎ 第一章

宝贝心思知多少——爱他要先了解他

1. 了解孩子性格类型，量身打造教育方案 / 002
2. 童年时期必经的那些心理体验 / 005
3. 父母不可不知的 3 ~ 12 岁“水泥期” / 009
4. “反抗期”到了，需要“压迫”吗 / 012
5. 你了解孩子的心理需要吗 / 015

◎ 第二章

打造优质环境，培养一个优秀小孩

1. 家庭环境是塑造孩子心理的大魔术师 / 020
2. 父母的今天，就是孩子的明天 / 023
3. 强势父母背后的“无个性”孩子 / 026
4. “三高家庭”阻碍孩子心理发育 / 029
5. 家庭战火，“劫后余生”的孩子不好过 / 032
6. 抚平“单飞”给孩子带来的伤痛 / 035
7. 让孩子学会适应，轻松搞定各种处境 / 039

◎ 第三章

雕塑品格，给孩子打好心理底子

1. 一定要培养出受益一生的自信 / 044
2. 让孩子有主宰自我的能力 / 047
3. 给孩子一副勇于承担的肩膀 / 050
4. 给孩子一支“避雷针”，教他疏导坏情绪 / 053
5. 培育一个专心做事的小孩 / 056
6. 乐观是孩子必须掌握的能力 / 059
7. 谦虚是孩子必须具备的良好品质 / 062
8. 教孩子拥有好人缘，让他快乐一生 / 065
9. 诚信——孩子一生受用的品质 / 068

◎ 第四章

拨开怪异行为的迷雾，认清孩子的心理本质

1. 撕书、拆玩具——破坏并非孩子本意 / 074
2. 虐待小动物的孩子心里有一颗定时炸弹 / 077
3. “匹诺曹” 附身——孩子为什么要说谎 / 080
4. 老和妈妈对着干——孩子陷入了“禁果效应” / 083
5. 有恋物情结——孩子需要情感寄托 / 086
6. 沉默不是金——孩子或有社交恐惧症 / 089
7. 小小“人来疯”——背后心思知多少 / 092
8. 戒不掉撒娇——孩子的真实目的何在 / 095



◎ 第五章

言为心声，聪明父母这样听孩子说话

1. “只能我自己吃”——孩子的占有欲在作祟 / 100
2. “妈妈，我给你讲故事”——孩子有沟通的渴望 / 103
3. “我就不原谅他”——孩子心胸过于狭窄 / 106
4. “山区的小朋友真可怜”——激发孩子的同理心 / 109
5. “爸爸我不让你走”——警惕儿童分离性焦虑 / 112
6. “你只能夸我一个人”——极具破坏力的嫉妒心理 / 115
7. “我的功劳最大”——缺乏团队意识的孩子不受欢迎 / 118
8. “他长得太丑了”——以貌取人是必须改变的价值观 / 121
9. “我不好意思说不”——不会拒绝的人生最累 / 125

◎ 第六章

踢开心灵绊脚石，排除孩子成长的心理障碍

1. 孩子请走出来，角落不是你的天堂 / 130
2. 缺乏热情，孩子难有美好的未来 / 133
3. 爱哭的孩子，眼泪不是你的武器 / 136
4. 有礼貌才能成为有素养的人 / 139
5. 优柔寡断让孩子远离成功 / 142
6. 让怕黑的孩子爱上夜晚 / 145
7. 强化定律让孩子形成勤奋的好习惯 / 149
8. 没有规矩，不成方圆 / 152

◎ 第七章

坚守尊重原则，给孩子一碗温暖的心灵鸡汤

1. 温和的话语似春风，吹开孩子的心房 / 158
2. 蹲下来跟孩子交流，做孩子的“自己人” / 161
3. 对孩子放手，给他百分百的信任 / 164
4. 父母统一言行，给孩子明晰的概念 / 167
5. 孩子的人生，交给他自己做选择 / 171
6. 转个弯，让孩子接受自己的看法 / 174
7. 孩子也有隐私，需用心呵护 / 177
8. “南风法则”，惩罚他不如宽容他 / 180

◎ 第八章

因势利导，让孩子打心眼儿里爱上学习

1. 用“椰壳效应”克服孩子厌学心理 / 186
2. 培养孩子主动埋头学习的动机 / 189
3. 用积极的心理暗示给孩子的学习助力 / 192
4. 爱孩子应该胜过爱分数 / 196
5. “感官协同效应”助力孩子提高学习效率 / 199
6. 掌握遗忘曲线规律，让孩子“记忆犹新” / 202
7. “ 7 ± 2 效应”，巧妙的学习模式 / 206
8. 孩子学习出现“高原现象”，妈妈别赶鸭子上架 / 209
9. 倒 U 形假说，轻松将孩子的压力变动力 / 213



◎ 第九章

子不教，父母之过——不可不避的心理教育误区

1. 剥夺孩子独立权的爱是最盲目的爱 / 218
2. “零”挫折，孩子的人生可能“零”作为 / 221
3. 父母态度不一，孩子左右为难 / 224
4. 贬低孩子，当心他品尝“习得性无助”的恶果 / 227
5. 言语打击，当心扼杀孩子的小小梦想 / 230
6. 与“丑陋”隔绝，孩子只能生活在童话中 / 233
7. 不正当奖励，孩子的路会越来越歪 / 236
8. 超限效应，你的孩子听了太多相同的话语 / 240



第一章

宝贝心思知多少—— 爱他要先了解他

什么样的父母才能称为最称职的父母？答案是最了解孩子的父母。孩子心里在想什么、需要什么、为什么喜欢和大人对着干，父母只有清楚地了解孩子这些心理，才能在教育孩子的道路上“畅行无阻”。哀叹“我的孩子一点儿都不听话”“我和孩子之间有代沟”的父母，其实对孩子的心理一无所知。所以，学习一点儿童心理学，对于父母教出好孩子、搞好和孩子的关系至关重要。

1. 了解孩子性格类型，量身打造教育方案

世界上尚无两片相同的叶子，当然也不会有两个完全相同的孩子。父母对孩子的教育，必须建立在对孩子心理的充分了解之上。就如中国近代教育家陈鹤琴所说：“家庭教育必须根据儿童的心理始能行之有效，若不明儿童的心理而要施以教育，那教育必定没有成效可言。”

每个孩子都有与生俱来的气质、个性，这些特性组合起来就是孩子的性格。性格不能简单地以好坏来区分，每种性格类型都有好的一面，也有不好的一面。对于父母来说，成功的教育就是强化孩子性格类型中好的一面，压制或者消除其中不好的一面。在这种“扬长避短”的努力之后，孩子的性格就会越来越完美。而性格在某种程度上又是决定命运的，因此，性格好的孩子，其人生际运也不会差到哪里去。

那么，父母怎样了解孩子的性格呢？从宝贝呱呱坠地的那天开始，他的性格就开始从睡姿、哭声等各种行为中表现出来；孩子稍稍长大，他的语言、爱好、活跃程度，也都在表现着他的内在特质。父母只要耐心解读孩子的行为、语言，就能了解孩子的性格，知道应该如何引导他健康成长。

在儿童心理学领域，划分性格类型的标准有很多种。下面这介绍一种浅显易懂、能给父母更多指导的划分方法。

第一，好动型。好动型的孩子恰恰应了“动如脱兔”那句话，而几乎没有“静若处子”的时候。对于这样的孩子来说，“静止”是一种煎



熬，是对生命的浪费，只有动起来才能体现自己的价值。尽管他每天会累得筋疲力尽，但却乐此不疲。

好动型的孩子在小时候常常会让父母发狂，但长大后往往能给父母带来惊喜。这类孩子虽然顽皮，却也十分顽强，不管遇到多大的困难，都会勇往直前。在当今社会，很多优秀的领导者都是这种“精力充沛型”的人才。换句话说，一个人如果有似火的热情、永不放弃的精神，将来获得成功的可能性就会大很多。因此，无论这类孩子怎样让人“头痛”，父母都要保护他的这份热情，不要轻易打击、批评孩子，这会让他们感觉自己很差劲。并且，一味要求他们像别的孩子一样听话或乖巧，对孩子也是不公平的。对于这种孩子，父母要做的，就是尽量给他们一片“疯狂”的天地，让他们可以尽情释放自己；但也要给他们制定一套规则，一旦离了自己的小天地，就要适当收敛“疯狂”本性，乖乖听话。

第二，安静型。这类孩子习惯站在人群的后面，喜欢安静，主动和人交际的意识弱一些。不过，这并不代表这类孩子一定是不自信的，他们只是适应陌生环境的速度慢一些，也就是俗称的“慢热型”。其实，对于这类孩子来说，他们往往能做个冷静的旁观者，可以发现常被外向性格的人所忽视的细节。很多专家都认为，容易害羞的孩子通常是个很好的倾听者，加上他们有更多的时间来思考，因此他们常常能听到别人“没有说出口的话”。如果需要训练这类孩子的交际能力，让他们走出封闭的“壳”，父母需要记住，不能强迫孩子与人交际，否则只会让他变得更加封闭。应多给他安排一些“一对一”形式的游戏，这能够让他们在心理上感受到安全和自在，不会有害怕的感觉。

第三，敏感型。如果说安静型的孩子“喜欢”安静，那么这一类型的孩子就是“依赖”安静。热闹的环境会让他们觉得不自在，他们胆小、不爱讲话，不太喜欢出头露面。他们的情感十分细腻，很容易受到外界的影响，比如受到表扬，他们会立刻变得很开心；一遇到不开心的事情，脸色也会立即黯淡下来。他们普遍的优点是安静、遵守秩序、想象力丰富、善于观察细微的变化。但他们也有一个很明显的缺点：过于在意外

界对自己的评价，做事情极易受到外界暗示的干扰。下面举例说明这种性格给孩子带来的坏处。

破窗效应是美国心理学家菲利普·津巴多通过实验得出的结论。他将同样的汽车分别停放在不同的社区，一个是富人区、一个是贫民区。结果显示，前者在一个星期内都安然无事，后者却不到一天就被人偷走了。接着，津巴多将停在富人区的汽车的一块车窗玻璃敲碎了。结果，仅过了几个小时车就被偷走了。显然，那个偷车的人是受到了“破窗”的暗示，认为这里既然有人做了坏事，那么自己做一点也无妨，于是就将车偷走了。

出于对敏感型孩子心理的保护，父母要多对他们进行鼓励，否则他们会被父母的“坏评价”所引导，最终成为一个“坏孩子”。如果父母能够经常鼓励他们，他们就会产生积极的动力，努力朝着好的方向前进。另外，良好的家庭氛围对于这类孩子来说至关重要，父母要尽量创造一种轻松、欢乐的家庭氛围，帮孩子克服过于敏感的情绪反应。

第四、散漫型。这类孩子与敏感型孩子的表现截然相反，他们很少在意外界对自己的评价，对自我的要求很低，对于诸如比赛、考试之类的事情也不怎么放在心上，更多时候是“临时应付”。但这类孩子却有一个明显的优势：由于他们不在意外界对自己的评价，因此很少为别人的看法所累，往往活得更加自我和快活，在面对生活压力时也不会表现出过多的消极和紧张情绪。正是因为这种自由洒脱的态度，这类孩子往往能够轻松适应公关和市场营销等。

这类孩子的缺点其实并不明显，他们遇事时虽不那么“积极”，却能显示出临危不乱的良好心理素质。不过，有的父母觉得孩子过于散漫，可能会缺少上进心。这时，父母可以有意识地给孩子规划一些有建设性的事情，比如让他参加班长竞选，或者学校运动队的队长选举。这些都能发挥孩子的优势，弥补孩子在竞争力方面的不足。

从实际来看，没有哪个孩子会完全属于一种性格类型，其性格往往是由几种类型组合而成的，只不过某种类型在孩子身上表现得比较明显。



另外，父母应该明白，不管孩子属于哪种性格类型，都要顺其自然，要在接受孩子原本性格的基础上，加以良性引导，发掘孩子身上的特质和潜能。要知道，强势地改变是弊大于利的。人生的成功没有固定模式，只要有正确的教育态度和教育方法，哪种性格类型的孩子都可以获得很好的人生经历。

父母小贴士

.....

世上的花朵各式各样，我们不能说哪朵最好看，只要能够艳丽地绽放，就都是美丽的一景。对于孩子来说，没有哪一种性格是最好的，要注意的是：不管哪种类型都可能会转往更健康或更恶化的方面。父母只要准确判断孩子的性格类型，并且接受、善待不同的性格类型，适当地调节管教方法，便能将孩子性格中的优势潜能充分发挥出来。

2. 童年时期必经的那些心理体验

高尔基曾经说过：“爱护子女，这是老母鸡都会做的事情。然而，会教育子女就是一件伟大的国家事业了，它需要才能和广泛的生活知识。”这句话明确指出，成功的教育建立在科学知识之上。这里的科学知识，当然一方面指的是对孩子心理的了解，另一方面是指正确的教育方法。

身为父母的你，如果回首童年往事，一定会有很多挥之不去的内心感觉，这些感觉很微妙，有朦胧的害羞，有无法克制的胆怯，有莫名其妙的嫉妒……这些是每个人在童年阶段都会经历的心理体验，在今日自己

的孩子心中同样存在，或者即将产生。父母在不了解孩子心理的情况下，对孩子进行的教育大部分是盲目的。一方面，孩子原有的心理需求得不到理解和重视；另一方面，父母不正确的纠正和引导，也可能导致孩子的心理问题加重，妨碍孩子的健康成长。

孩子的心理体验，分为积极和消极两种。积极的包括：简单快乐的心理、好奇心理等。但对于心理发展还很不健全的孩子来说，需要引起父母更多重视的是孩子心中那些消极的心理体验。

第一，依赖心理。相信每个孩子心中都会产生而且最早产生依赖心理。正常的依赖性是不够的，因为孩子还缺少完全独立的能力。但如果孩子到了一定年龄之后仍然过于依赖父母，连基本的自主能力都没有，那就是一种不健康的依赖了。心理学家认为，孩子一旦有了过分的依赖心理，就会形成一个**性格的漩涡**，吞噬其他积极的性格，如勇敢、勤劳等。所以，父母不要做事无巨细的保姆，要学会放手，让孩子在每一个年龄段都有足够的能力承担相应的责任。

第二，自私心理。孩子在刚出生的时候是没有自我意识的，到一定年龄之后，才能慢慢将自己与周围的事物分开，把自己当成主体。这时，孩子的自我意识就形成了。而自私心理，则是孩子的自我意识无限扩大的结果。

心理学家经过研究指出，孩子一般到了1岁左右，就会出现分享的倾向和同情心理；到了2岁左右，就会自然地赠送他人零食、玩具，懂得对家人、同伴进行某种方式的安慰。但如果父母不知道在这些阶段培养孩子的“利他性”，而一味顺着孩子、溺爱孩子的话，那么孩子的自私心理就会出现，并且可能越来越严重。

当然，每个人都有一定的自私心理，但假如孩子的自私心理无限扩大，除了会影响孩子形成积极、健康的个性外，还会导致一系列不良习惯的产生，如说谎、排外、嫉妒等。所以，自私心理虽然不用消除，但一定要遏制。

第三，叛逆心理。叛逆是会出现在每个孩子心理和行为上的一种特



征。叛逆是个人意识显现的必然结果，是一个人从幼稚走向成熟，开始主动承担责任、逐渐建立自己个性的过程。因此，孩子的叛逆表现在父母眼中应该得到理解。但父母也应该认识到，叛逆并不是值得鼓励的，过度叛逆，对孩子形成正确的**心理认知**有很大阻碍。

叛逆除了是孩子成长过程中的必然“产物”，也与家庭环境有很大关系。家庭氛围不融洽、父母教育不合理，也会导致孩子出现不同程度的叛逆。比如，父母觉得孩子不顺从自己、没有达到自己的要求，而采用强制式、命令式的口吻对孩子发出指令；或者用无休止的唠叨、对孩子的不断否定，来表达自己对孩子的期望。这些都会导致孩子产生抵触心理，进而产生叛逆心理。

某对父母趁着午休时间，对孩子喋喋不休地讲了一堆“你要好好学习”之类的大道理，孩子几次想表达自己的想法，都被他们生气地“堵”了回去：“告诉你，我们说的话你必须听，不要找借口！任何借口都不能成为你学习不努力的理由！”孩子只好把话咽了回去。父母又苦口婆心地说了一大堆，孩子都没作声。两人觉得孩子这次总算听进去了。于是妈妈给孩子装了一瓶水，让他带着上学去了。谁知孩子不动声色地走出家门，刚到楼下，就用尽全身的力气将玻璃瓶子砸在墙上，瓶子“咣当”一声碎了，水洒了一地——水洒落的同时还有孩子瞬间滋生的叛逆情绪。

父母要想缓解、消除孩子的叛逆心理，改善自己和孩子的**沟通方式**很重要。父母要改变“孩子必须顺从我”的心态，多倾听孩子的内心想法，在理解孩子的基础上和他保持良好的沟通、交流，而不是一味地将自己的态度强加给孩子。

第四，嫉妒心理。嫉妒是一种心灵毒药，会让人的心思停留在狭隘的层面，让人陷入不快中难以自拔。斯宾诺莎就曾说：“嫉妒是一种恨，此种恨使人对他人的幸福感到痛苦，对他人的灾殃感到快乐。”但不得不承认，从孩提时期开始，嫉妒心理就会在每个人心中产生，只不过是程度深浅而已。当父母发现孩子已经出现嫉妒心理时，要尽量通过良性的引导，让孩子心中嫉妒的火苗逐渐熄灭。