

你懂吗 孩子的心事

中国教育学会会员
青少年心理咨询师
谢英娜◎编著



透过孩子言行 洞悉孩子心理 提升家教方法

作者历时2年 走访200所学校

调查4000余名家长与孩子，提炼60多个典型案例
聚焦孩子极为困惑的问题，浓缩父母极其焦虑的问题

外语教学与研究出版社

孩子的心事 你懂吗

王 璐 著



读懂孩子的心 读懂孩子的心 读懂孩子的心

你懂孩子的心 你懂孩子的心 你懂孩子的心

你懂孩子的心 你懂孩子的心 你懂孩子的心

你懂孩子的心 你懂孩子的心



孩子的心事 你懂吗

中国教育学会会员
青少年心理咨询师

谢英娜◎编著

外语教学与研究出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子的心事你懂吗 / 谢英娜编著. — 北京: 外语教学与研究出版社, 2014.7
ISBN 978-7-5135-4981-3

I. ①孩… II. ①谢… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 184331 号

出版人 蔡剑峰
策划编辑 陈辉
责任编辑 王霖霖 蓝澜
封面设计 艾博堂书装
版式设计 平原
出版发行 外语教学与研究出版社
社址 北京市西三环北路 19 号 (100089)
网址 <http://www.fltrp.com>
印刷 三河市北燕印装有限公司
开本 730×980 1/16
印张 14
版次 2014 年 9 月第 1 版 2014 年 9 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978-7-5135-4981-3
定价 29.80 元

外研社教辅出版社:

咨询电话: 010-88819610 (编辑部) 010-88819436 / 9050 (市场部)

传真: 010-68469248

新浪 / 腾讯官方微博: @外研社教辅 (更多信息, 更多交流)

电子信箱: jiaofu@fltrp.com

购书电话: 010-88819928 / 9929 / 9930 (邮购部)

购书咨询: (010) 88819929 电子邮箱: club@fltrp.com

外研书店: <http://www.fltrpstore.com>

凡印刷、装订质量问题, 请联系我社印制部

联系电话: (010) 61207896 电子邮箱: zhijian@fltrp.com

凡侵权、盗版书籍线索, 请联系我社法律事务部

举报电话: (010) 88817519 电子邮箱: banquan@fltrp.com

法律顾问: 立方律师事务所 刘旭东律师

中咨律师事务所 殷斌律师

物料号: 249810001



做真正教育的卫道士

第一次拜读到谢英娜老师的作品，是在她的新浪博客里。那天，我刚刚给广东省的名师做完报告，休息之余，打开新浪博客，无意中读到谢老师的书《教育专家私手记——妈妈做对了孩子才会听》。其中有几篇博文让我感受颇深。谢老师的文章深入浅出，大都通过典型的事例将深奥的教育理念展开，从社会学、心理学的角度去分析孩子的行为，从而得出教育孩子的方法。每一个温馨的小故事都闪烁着家庭教育的智慧，蕴含着一种全新的教育理念，这对于年轻的家长来说，无疑受益匪浅。

为了孩子，她不仅仅倾力于对孩子的知识传授，还关注孩子的家庭教育，靠自己的勤奋，在家庭教育这块土地上耕耘、探索，挥洒着自己的青春与激情……

这些年来，我一直负责全省教师的专业素质发展。从大教育的角度上讲，我认为：作为一名人民教师，不要仅仅只是停留在一名好教师的位置上，而是应该拓宽自己的专业潜能，从学校教育延伸到家庭教育，让自己成为一名好家长，一名正确教育的传播者，唯有这样，我们的教育才能成为家长的向往、孩子的憧憬、民族崛起的希望。

学校教育与家庭教育密不可分，它们是两股交织的力量，相辅相成，共同促进了孩子的成长。由于家长与孩子的特殊血缘关系，家庭对孩子的教育有着学校教育所无法取代的作用。它既是学校教育的基础与铺垫，更是学校教育的保障与延伸。对于培育孩子，它同样承载着举足轻重的历史使命。唯有家庭教育与学校教育合力，方能更好地发挥学校教育的强大威力。

星星之火可以燎原。我想，如果每一位教师都能如谢老师一样，在善

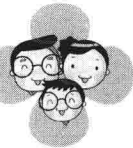
于捕捉孩子的心灵轨迹的基础上，发挥自己的专业所长，将自己对家庭教育的研究和实践相结合，归纳出一套行之有效的家庭教育理念，并形成教育著作，以一个正确教育传播使者的身份，在大教育这个舞台上播撒正确家庭教育的种子，那我们的教育才能“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”，才能迎来更大的辉煌。

特别是在当下，各种似是而非的家庭教育观如雨后春笋般层出不穷，冲击并捆绑着家长的教育理念，作为一名洞悉孩子心理的人民教师，更应该责无旁贷地站出来，肩负起这个历史重任，潜心于家庭教育的研究，做一个真正教育的卫道士。

我们呼吁家长要从应试教育的樊篱中走出来，回归到人的培育。在多关注孩子内心需求的基础上，用爱心融入孩子的成长轨迹，怀着一颗童心，与孩子一同成长，做孩子成长路上的启蒙导师与生活的引路人，这样才能配合学校教育，为我们伟大的民族输送更多的高素质栋梁之才。

教育者必须因材施教，遵循孩子的身心发展规律，家庭教育也理应如此。人与人的相处，需要沟通。孩子的身心发展规律，家长真的了解吗？孩子的心里，很多家长真正走进去了吗？毕竟我们有些家长还没来得及接受家庭教育的培训，领取资格证书就匆匆上岗，成为父母。他们每天奔波于柴米油盐之中，哪有更多的时间与精力去接受更为专业的教育培训。于是，他们凭着感觉，习惯性地按照自己的思维去丈量孩子的各种行为，在错误的教育中，无形地扼杀孩子个性的发挥，阻碍了孩子各种潜能的发掘与智力的发展。这种错误的家庭教育同时也制约着学校教育，影响了学校各种教育工作的有力开展，阻碍了孩子的身心健康发展。难怪，我们的老师常常听到孩子大声呼吁：“爸爸妈妈！你们怎么一点儿也不理解我呀！”孩子的心声靠谁去传播？孩子的心灵呼唤有谁能明了？

去年，谢老师就告诉过我，基于这样一个普遍性的社会问题，她决定替孩子写一本书，一本关注孩子的心理，关注孩子身心健康发展，能真正反映



孩子心声的书籍，让家长能在遵循孩子身心发展规律的前提下教育我们的孩子。让家长明白——原来孩子的错误行为都可以追根溯源。孩子那么多令人费解的行为，其实都是“事出有因”，只是大人不了解孩子而已。

两年后的今天，当谢老师将她手中那沉甸甸的书稿递与我，并邀请我为她作序的那一刻，我被她那种强烈的责任心、社会的使命感以及孜孜不倦的执著追求深深地打动了。一本好书是一扇窗户。希望谢老师这本用心血“烹饪”的书籍，能成为家长朋友们精神盛宴。希望书中的家教方法和理念能与教育的时代脉搏紧密交融，为家庭教育打开另一扇窗户。

同时，我更希望这本书如一缕春风，吹开我们广大教育工作者的心扉，吹来家庭教育研究的新思维。希望更多的教育工作者能投身于大教育，做真正教育的卫道士。在关注我们孩子身心发展健康的同时，也对每位孩子的家庭教育给予热切的关注与指导，将对孩子浓浓的关爱化为满腔热血，化为燃烧的火炬，去照亮家庭教育的新征程，去照亮每一位孩子的人生之路。

让我们做一缕阳光，穿透云层，拨开迷雾，用爱撑起一片晴天。让我们携手共进，一起聆听孩子的心灵呼唤，一起为孩子保驾护航，一起传播家庭教育的正能量，一起让我们的孩子在阳光普照的天空下，更加健康快乐地成长。

黄 忠
广东省教育厅



带着梦想上路

梦想是我不断前行的动力。一路有她，我历经磨难依旧痴心不改。继《教育专家私手记》这本书面世后，我突然萌生了一个念头，能否站在孩子的角度，为他们写一本书，一本承载孩子心声的书籍？而这一切基于我对孩子的爱。我希望，我，我们的孩子，都能在同一片蓝天下健康快乐地成长……

我是个妈妈。女儿格格自然成为我生活中不可替代的一部分。在教育孩子的道路上，我也曾倾注了大量的心血。但有时候付出的心血与教育的结果未必能成正比，因为在教育孩子的过程中，我跟所有的妈妈一样，也曾几度彷徨，不知所措，在摸索中前行。

也许，每个孩子的身上，都存在太多父母眼中难以理解的“错误”。而不被自己深爱的父母所理解，则恰是孩子最大的痛苦。现实中，睡梦里，每每耳边响起孩子的呼声——爸爸妈妈，你们怎么一点儿也不理解我呀！——一种揪心的疼痛便开始折磨着我，使我平静的心湖泛起阵阵涟漪，触到了我灵魂深处的那根弦。每每至此，一股强大的责任感就会油然而生。无论身为妈妈，还是教育工作者，我都有责任去帮助他们——这些在不解中挣扎的孩子。

我常常想：要是我们重新做回孩子，拥有孩子的生理与心理，或者能够走进孩子的心中，那么孩子身上的很多问题或许都将迎刃而解。

父母是孩子心灵的一盏明灯。我们只有把灯点亮，孩子的世界才能一片光明。

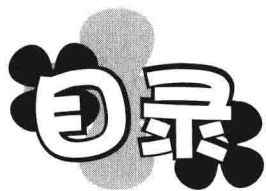
我之所以要带着梦想上路，是因为我希望能够从心理学、社会学的角度，去解读孩子的言行，去追寻孩子言行背后的密码。我想告诉所有像我一

样深爱着孩子的父母：教育要遵循孩子的身心发展规律。不可凭借自己的认知去教育那些毫无社会经验的孩子，孩子的大多数“错误”都是我们的错误。因为我们总是习惯用自己的认知去揣摩或替代孩子的认知，以成人的思维去臆断孩子的行为意图……

注视着用真情构筑的这些文字，心中竟有一种前所未有的释然。我希望这本书如强有力的吸尘器，能清除家长们内心世界的浮尘，让他们变得心明眼亮，让他们多一些反思。希望孩子一声动情的呼唤，能唤醒人性中最纯粹的本真。

谢英娜

2014年初春



第一章

读懂孩子言行背后的心理密码

错不在孩子的倔强，错在父母的认知.....	2
非要不可的“礼物”	5
改不掉的“口无遮拦”	9
总喜欢插嘴的“讨厌小孩”	12
“惹是生非” 是天性使然？	16

第二章

学习的兴趣哪能说来说来就来

拖拉不是一种病	22
谁都没有学习的兴趣	26
莫让“良苦用心” 变成“压迫症”	29
不愿背负的课外负担	33
每个孩子都有“厌学症”	36
课堂上的“闷葫芦”	39
所有孩子都有“记仇” 的本领	42

第三章

好动贪玩是孩子的天性

每一个孩子都会“选择性专注”	48
----------------------	----

了解孩子内心的“动画世界”	51
游戏不是成长的天敌	54
孩子丢掉了自己的“时间表”	59
永远管不住自己的孩子	62

第四章

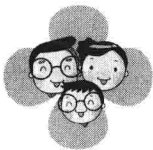
别让成绩成为孩子的绊脚石

考试焦虑症是家长的“杰作”	68
条件优越“买”不了分数	72
作文成为孩子心头的难事	76
“升学转折期”的困惑	80
课外阅读为何让孩子痛苦	83
理解能力没有“长大”	87

第五章

“受人欢迎”的孩子更有出息

用金钱换取友情的孩子	92
年纪不大，脾气不小	96
“小心眼”的孩子不招人喜欢	100
小小年纪喜欢动用武力	103
“怕生”与“无礼貌”无关	105
懦弱的性格常吃“眼前亏”	107



第六章

优秀品格让孩子受益一生

孩子没有主见，谁种下的祸根？	114
别给孩子扣“顽固派”的大帽子	117
“男子汉”却是个“胆小鬼”	120
没有不懂得感恩的孩子	124
给家长的“承诺”vs伙伴的“拉钩”	126
天生胆小的孩子	130
承受不了失败的心灵	133

第七章

和孩子一起应对青春期的焦虑

“隐私”，没有未成年的标签	138
儿子疯狂迷恋课外书	141
孩子把父母当成“敌人”对抗	145
女儿的“爱美之心”失去控制	148
孩子奇怪的青春期烦恼	151
早恋可以美好，也可以毁灭	153

第八章

孩子的成长环境需要净化

变成早熟的“蜡笔小新”	160
哪儿来的爱攀比的虚荣心	162

偶像从哪儿来的魔力	165
我很爱孩子，孩子不爱我	168
父母让孩子不“敢”犯错	170
让优秀的孩子更优秀	173

第九章

赏罚分明才能立住规矩

总把父母的话当“耳边风”	178
半途而废都有原因	181
学校和家里，孩子在“变脸”	184
孩子的心灵保护伞	188
采取各种手段“威胁”父母	190
反向激励是给孩子“挖坑”	192

第十章

别给孩子留下终生的遗憾

“挑食”“偏食”与健康为敌	198
儿子成了父母的“情绪垃圾桶”	200
用“孤僻”对抗世界的“冷漠”	203
干涉母亲“私生活”的女孩	206
有一种伤，是孩子一生抹不去的痛	210

第一章

读懂孩子言行背后的心理密码

孩子游戏时的呢喃自语，撒娇时的温言软语，淘气时的豪言壮语，都蕴藏着密码，需要大人去解读。父母为什么就不能俯下身来，静静地听听来自孩子心灵深处的声音呢？

错不在孩子的倔强，错在父母的认知

一次，我外出游玩，偶遇一对年轻夫妇，牵着一个一两岁左右的小女孩，孩子看见空中飞舞的蝴蝶，立刻挣脱妈妈的手，指着蝴蝶大声喊道：“妈妈，小鸟——”

孩子的喊声被旁边的孩子和家长听到了，好几个家长都善意地笑笑。也许是那笑容让孩子的妈妈自尊受损，她一下子感觉到颜面尽失！然后急忙拉扯孩子的衣角，大眼瞪小眼：“胡说什么呀！那不是鸟！是蝴蝶啊！”

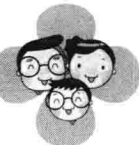
也许是想早点结束这尴尬的场面，她说完拉起孩子就走，全然不顾孩子扭头往后张望，还想看“鸟”的愿望。

当我说到这里，也许你马上就会蹦出一句：对啊！作为家长，就要责无旁贷地及时纠正孩子的错误，否则愧对自己头上那顶美其名曰“父母”的桂冠，唯有以正视听，孩子才不会误入歧途。

我们先来看看那被强行拉走的小女孩，妈妈突如其来的训斥让她一句话也不敢说，尽管眼里还流露着对“小鸟”无比的眷恋。可妈妈的唠叨声一直在耳边回响：“那不是小鸟，是蝴蝶，记住了吗？”孩子诚惶诚恐地点点头，不知是否真记住了，但还是习惯性地点头敷衍大人。

如果你穿越时光隧道，回到三岁的时候，你敢不敢大声地发誓：蝴蝶与鸟，我分得清清楚楚？事实上，在一两岁孩子的心中，鸟儿与蝴蝶没什么两样，都是会飞的动物，如果孩子从没有见过“蝴蝶”，那肯定搞不清蝴蝶与鸟的区别，以为会飞的都叫鸟。

而上面那位家长，她就喜欢用自己的认知去代替孩子的认知。一旦孩子的认知与自己的格格不入，就急于去指责和批评教育孩子。她并不知道俯下身，用心灵去感受孩子的认知是多么重要。所幸的是，这个孩子还有一个



善解人意的爸爸。

只见爸爸走上前，抱起女儿指着飞舞的蝴蝶说：“宝贝，你说得对！它们跟鸟儿一样都会飞，对不对？”

垂头丧气的女儿犹如哥伦布发现新大陆，兴奋不已。她望着爸爸，使劲地点点头，脸上流露出一种无法言说的惊喜，仿佛这个世界上只有爸爸才能明了她的心思。

爸爸用温柔的语气开导孩子：“这种昆虫有一个好听的名字，叫蝴蝶。因为它们特别特别漂亮，所以给它们取了这个名字。”

小女孩点点头，“哦”了一声。爸爸教孩子反复念“蝴蝶”这个词，孩子的兴趣被激发出来，一遍又一遍地跟着念。

不知你发现了没有？这位父亲的做法非常高明。实际上，他也不知道孩子的确错了。但他却不像孩子的妈妈，直截了当地帮助孩子纠正错误：你错啦！你就是错啦！相反，他懂得尊重自己的孩子，先与孩子一同承认一个事实：鸟与蝴蝶这两种动物的共同点是都会飞，然后再委婉地纠正孩子的说法，引导孩子认识一种新昆虫——蝴蝶。爸爸的高明就在于他在尊重孩子认知的基础上，愿意花点心思琢磨如何保护孩子那种善于观察、自主发言的积极性。

有句话叫做：高度决定视野。就像有的孩子不喜欢逛商城是因为孩子太矮，看到的不是琳琅满目的商品，而是货柜和大人们的腿。每个人都有自己的高度，这里的“高度”显然不仅仅是指身高，它是指知识、阅历等认知因素。上面提到的孩子就属于这种情况。孩子把蝴蝶说成了鸟，只是因为他们还没有具备足够的智慧和判断力，当你将自己放在孩子的位置上时，你就会发现很多错误都是可以原谅的，对不对？

实际上，无视孩子认知是父母最大的失策。你想想，当孩子的幼稚可笑让你感到特别尴尬时，你就拽着孩子结束尴尬，或厉声训斥孩子：“不对不

对！你错啦！你错啦！别说啦！”此时顽皮一点的小孩也许会反驳：“爸爸妈妈，我没错，我没错呀！”而胆小的孩子会立刻收起先前的自然流露，在拘束中沉默起来。久而久之，胆小的孩子就容易形成自卑的性格，或者产生强烈的逆反心理，就会跟父母对着干，你叫我向东，我偏向西，反其道而行之。甚至明知自己错了也不思悔改。这远比孩子说错一两句话更可怕。

不止小孩，大人也会犯那样的错误。请看下面的例子：

有两个邻居，就因为认知不同而吵得面红耳赤。起因是几个人一起聊天，谈及太空，一个人说，太空是真空，没有重力。另外一个人立即反驳：谁说真空没有重力呀？太空中重力只不过很小而已。被否定的那个人明显感到很尴尬，一阵沉默后，他感觉应该跟对方顶几句，不然太没面子。于是揪着第二个问题不放：你去过太空啊？你感受过重力呀？第二个人无言以对，自觉没趣，然后白了对方一眼，转身离去。自此两人不再有任何来往。

有时候，大人会理所当然地以为小孩怎么指责都没关系。实际上，几个月大的婴儿就能从父母说话的语气中分辨出他们是高兴还是生气，更不要说三四岁或更大的孩子了。只不过小孩无法准确表达自己的情感罢了。实际上，孩子的内心比我们想象得更加敏感。他虽然嘴上不说，但心里还是很委屈的。几次打击过后，他能做的就是，要么从此三缄其口，要么一错到底死不悔改。

从心理学的角度来讲，人一般只会坚持“对”，而不会坚持“错”。而“错”是基于别人对此的判断，在坚持者看来，他所坚持的都是“掌握在少数人手中的真理”。这个原理无论对谁都适用。我们眼中那些“错误”，在孩子那里可能就是“正确”的，原因就在于成年人和孩子的认知有所不同，他们的信息和知识极度不对称。就像你不可能要求一个孩子的阅历与一个三十岁的大人的一样多吧！

孩子认识新生事物，肯定需要一个循序渐进的过程，而在这个过程中，