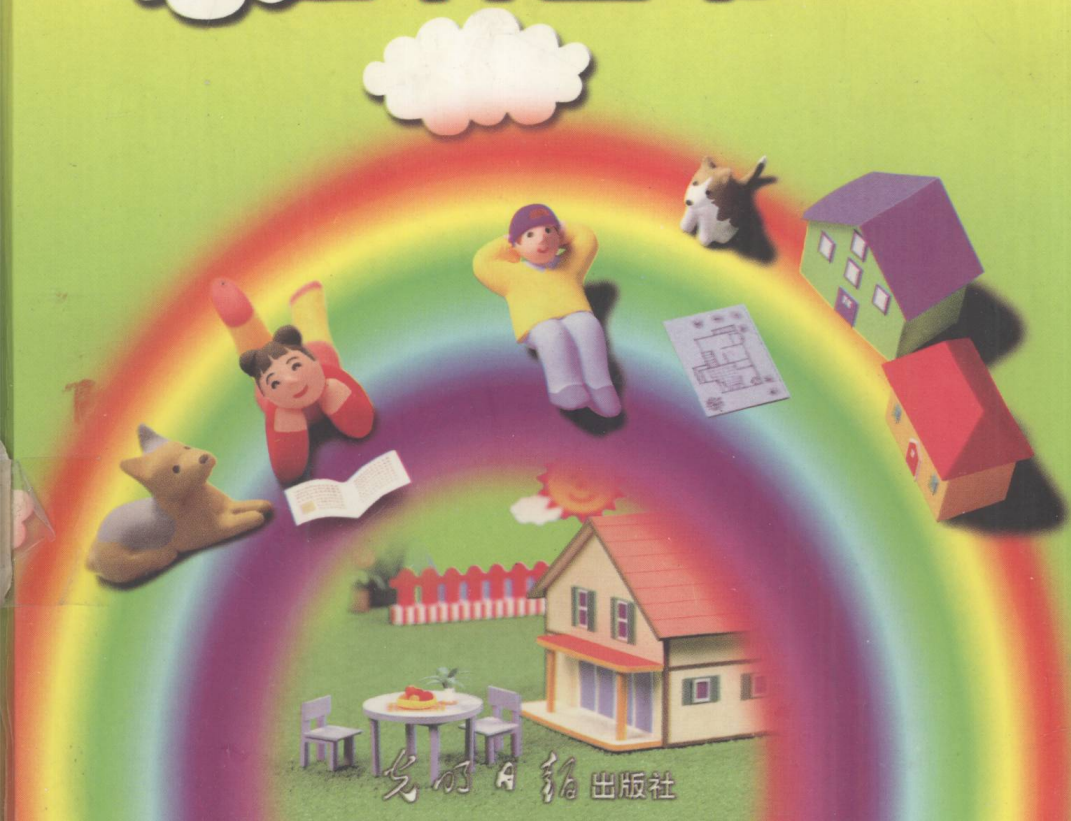


21世纪 少儿创新素质教育 百科全书



光明日报出版社

?



?

学着自己读（6-7岁）

该吃谁呢

许萍萍 著
雨青工作室 图



少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

21 世纪少儿创新素质教育百科全书. 心理辅导/苏凯达
主编. - 北京: 光明日报出版社, 2000.5

ISBN 7 - 80145 - 267 - 4

I . 2... II . 苏... III . 儿童 - 心理卫生 IV . G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 09502 号



光明日报出版社出版发行

(北京永安路 106 号)

邮政编码: 100050

电话: 63082437

新华书店北京发行所经销

北京市通州区华龙印刷厂印刷



850 × 1168 1/32 印张: 150 字数: 4000 千字

2000 年 5 月第 1 版 2001 年 5 月第 2 次印刷

印数: 1 - 3000 册

ISBN 7 - 80145 - 267 - 4/G · 152

定价: 1280.00 元



一、儿童的心理特点和心理需要	(3)
(一) 不同阶段儿童的心理特点	(3)
(二) 儿童的心理需要	(13)
二、儿童的心理误区	(16)
(一) 儿童多动症	(16)
(二) 口 吃	(18)
(三) 吮吸手指	(20)
(四) 遗尿症	(21)
(五) 睡眠不安	(23)
(六) 儿童焦虑症	(24)
(七) 学校恐怖症	(25)
(八) 儿童品行问题	(26)
(九) 攻击性行为	(27)
(十) 说谎	(28)
(十一) 外 逃	(28)
(十二) 偷 窃	(29)
三、儿童的恐惧心理	(31)
(一) 了解儿童的恐惧心理	(31)





(二) 正确对待儿童的恐惧·····	(38)
(三) 帮助孩子克服恐惧·····	(41)
(四) 如何克服对打针及血液的恐惧·····	(56)
(五) 如何克服对医生与医院的恐惧·····	(65)
(六) 如何克服对动物与昆虫的恐惧·····	(70)
(七) 如何克服对陌生人的恐惧·····	(94)
(八) 如何克服对幼儿园及托儿所的恐惧·····	(102)
四、儿童的说谎心理·····	(108)
孩子为什么要说谎·····	(108)
其实没有天生说谎的孩子·····	(109)
是父母在逼迫孩子说谎·····	(110)
偷窃始于说谎吗·····	(111)
孩子说谎的三种模式·····	(113)
渴求关怀的孩子会说谎·····	(114)
缺乏自信的孩子会说谎·····	(115)
不被信赖的孩子会说谎·····	(117)
失去自信的孩子会说谎·····	(118)
不受欢迎的孩子会说谎·····	(119)
不被尊重的孩子会说谎·····	(121)
渴望认同的孩子会说谎·····	(122)
反抗父母的孩子会说谎·····	(123)
被过度干涉的孩子会撒谎·····	(125)
不被接受的孩子会说谎·····	(126)
纵容自己的孩子会说谎·····	(128)
为满足期待的孩子会说谎·····	(129)
与老师沟通不良的孩子会说谎·····	(130)
说谎是孩子智慧的表征·····	(132)





孩子互相竞争会说谎·····	(133)
不会困扰别人的谎算不算说谎·····	(135)
“无可奈何”的谎言·····	(136)
看穿孩子谎言的三个要点·····	(137)
孩子的谎言有否造成困扰·····	(139)
骗别人、骗自己·····	(140)
出自保护自己的谎言·····	(141)
因不能说真话而说谎·····	(143)
亲子关系有问题的讯号·····	(144)
表达孩子意志的情绪掩饰·····	(145)
好人家的孩子不会说谎·····	(147)
不负责任的孩子会说谎·····	(148)
注意孩子的习惯用语·····	(150)
遏止好奇心促使孩子说谎·····	(151)
伤害自己的谎言·····	(152)
最大的伤害是欺骗自己·····	(154)
虚荣与自尊是孩子说谎的原因·····	(155)
不要使孩子的谎言得到满足·····	(156)
以对等立场和孩子沟通·····	(157)
信任孩子·····	(159)
关注青春期孩子的谎言·····	(161)
孩子说谎应留意的三件事·····	(162)
孩子承认说谎时的三个应注意事项·····	(163)
被孩子欺骗不要觉得不甘心·····	(165)
父母不是检查官·····	(166)
培养孩子不说谎的勇气·····	(168)
“积极的说谎”与“消极的说谎”·····	(169)





父母不确定的态度使孩子说谎·····	(171)
不可一味指责·····	(172)
“不守约定”与说谎·····	(173)
视孩子说谎为偶然·····	(175)
对自己坦诚的孩子不会说谎·····	(176)
接纳自己缺点的孩子不说谎·····	(177)
暴力无法矫正孩子说谎·····	(179)
“妈妈也说谎”怎么办·····	(180)
如何肯定孩子·····	(181)
把感受告诉孩子·····	(182)
用得意的话题减少孩子说谎·····	(184)
绘画与音乐减少孩子说谎·····	(185)
包容孩子说谎·····	(187)
亲子“共育”优于“教育”·····	(188)

五、儿童的自卑心理····· (190)

(一) 一次的成功可维系日后多次的成功·····	(190)
使孩子相信自己的能力·····	(190)
创造机会使孩子体验“成功的滋味”·····	(191)
在解答难题时最好多谈论孩子正确的部分·····	(192)
要让孩子产生“有志竟成”的自信·····	(192)
在责骂前最好先夸赞几句·····	(193)
“优点主义”比“缺点主义”更能培养孩子的自信·····	(194)
对缺乏自信的孩子，不妨将要求提高两级·····	(194)
父母一句“真是没用的孩子”的后果·····	(195)
在孩子面前注意连带反应·····	(196)
不要在第三者面前批评孩子·····	(196)
反复让孩子觉得自己“运气好”·····	(197)





当孩子逐渐失去自信时	(198)
(二) 让缺点不知不觉地变成优点	(198)
必要时在孩子面前指出其他孩子的缺点	(199)
应该以温柔的话语激励缺点多的孩子	(200)
尽量对孩子与生俱来的个性给予正面的评价	(201)
怎样矫正孩子的缺点	(202)
孩子经常失败的话, 应给他勉励的暗示	(203)
掌握切实执行赏与罚的尺度	(203)
不妨以自言自语的方式来指正孩子的缺点	(204)
不要用父母的权威来压抑孩子的反抗	(205)
(三) 让孩子消除自卑感的方法	(206)
重复肯定的话语, 能使孩子的自卑感逐渐消失	(207)
怎样让孩子去争取另外的 50 分	(208)
在说“不行”时, 必须说明不行的理由	(209)
尽量让孩子注意“自己做得到的部分”	(209)
怎样快速地减轻孩子的自卑感	(210)
让孩子多读一些克服自卑感的“伟人”传记	(211)
怎样帮助自卑的孩子产生自信	(211)
培养小专长对于孩子拥有自信非常重要	(212)
六、儿童的逆反心理	(214)
(一) 不会引起孩子排斥的表达方式	(214)
通过第三者传达母亲所担心的事	(215)
与孩子对立时怎样来传达自己的心意	(216)
在即将争吵时一种较好的处理方法	(217)
适当提出建议, 反而会使孩子更能接受	(217)
对“诱惑”孩子的事物, 父母应装作漠不关心	(218)
一定要使孩子觉得是自己在做决定	(219)





- 当有许多事想提醒孩子时怎么办…………… (219)
- 反复强调对孩子的信赖感有奇效…………… (220)
- 对孩子较为理想的叮咛方式…………… (221)
- 失败时,最好的方法是叫孩子再试一次…………… (221)
- 小错误要当场纠正,大的问题则要多花一些时间…………… (222)
- 用“比较式”教导孩子便会高兴地接受挑战…………… (223)
- 过重责骂孩子,往往会造成负面的暗示…………… (224)
- (二) 消除孩子不平、不满情绪的方法…………… (225)
- 让孩子选择,孩子便会产生参与感…………… (226)
- 必要时应让孩子的情绪得以发泄…………… (227)
- 对孩子微不足道的不满情绪不妨装作极为重视…………… (228)
- 正确对待孩子毫无意义的话…………… (228)
- 对于一些不合理的要求父母应如何处理…………… (229)
- 让孩子自己去思考“不可以”的理由…………… (230)
- 孩子任性时必须刺激孩子的得失感而非善恶感…………… (231)
- 对孩子的不平不要急于全面否定…………… (231)
- 必要时可回答“有的小孩子也没有”…………… (232)
- 制造能使孩子抒发情感的管道…………… (232)
- (三) 让孩子默默地顺从父母的威严…………… (233)
- 对孩子的要求不要立刻满足他…………… (235)
- 怎样夸奖、责骂孩子…………… (235)
- 不要动不动就随便向孩子道歉…………… (236)
- 必要时不妨煞有其事地故作慎重…………… (237)
- 母亲有时可以扮扮唠叨的角色…………… (237)
- 虽很想责骂孩子,但却不妨刻意地保持沉默…………… (238)
- 多为孩子制造“自己的时间”…………… (239)
- 要面对面地对孩子说教…………… (239)





应该站在和孩子视线的同一高处	(240)
责骂孩子的第二天怎么办	(241)
经常提醒孩子注意自己的小错误，使他的紧张感持续	(241)
七、儿童的进取心理	(243)
孩子用“朋友都这么做”当借口，不妨回答他“也有不这样做的”	(243)
训练孩子从小一个人睡	(244)
既使游戏也不准孩子喊“暂停”	(246)
与孩子同乘交通工具，父母不要太在意“座位”	(247)
孩子若撒娇说“我走不动了”，可原地休息	(248)
应该询问孩子“不痛对不对？”而非“会痛吗？”	(249)
让孩子面对遗失、下雨等小困难	(251)
训练孩子帮忙做家事，可培养忍耐力	(252)
孩子失败时，与其责骂不如叫他重新再来，以培养责任感	(253)
让孩子自己做些煮饭之类的事，可培养挑战与开拓的性格	(255)
没恒心的小孩，可示以小目标	(256)
每日做一固定工作可培养持续力	(257)
八、儿童的创造心理	(260)
（一）幼儿创造心理的培养	(260)
婴儿期创造力的自发表现	(260)
幼儿创造力发展的条件	(262)
幼儿好奇心、创造性想象的发展	(266)
学前儿童艺术创造力的发展	(268)
游戏与学前儿童创造力	(274)





(二) 少儿创造性心理的培养	(280)
小学期——儿童创造力发展的新阶段	(280)
小学儿童创造力发展的动态过程	(283)
各科学习中小儿创造力发展的发展	(285)
小学儿童的创造性活动与创造发明	(291)
九、如何培养孩子良好的心理素质	(294)
如何使孩子更加坚强	(294)
怎样对待孩子的挫折	(295)
如何培养孩子的自我控制能力	(296)
如何培养孩子的恒心	(298)
如何培养孩子的拼搏精神	(299)
怎样才能使孩子具有探索精神	(300)
为什么说孩子是父母的镜子	(302)
如何从小培养孩子勤奋好学的品质	(304)
如何培养孩子的自立性	(305)
如何培养孩子认真细致的性格	(307)
如何培养孩子的自信心	(308)
如何培养孩子的胆识	(310)
如何培养孩子勤劳的性格	(311)
您的孩子的性格适合从事哪个行业	(313)
如何改变孩子的霸道作风	(314)
如何防治孩子性格暴躁	(316)
为什么过分保护孩子会养成孤僻的性格	(318)
如何克服儿童的懦弱性格	(319)
如何防治孩子任性	(321)
如何使孩子在避免任性之时又不失个性	(323)
如何培养孩子的参与意识	(325)

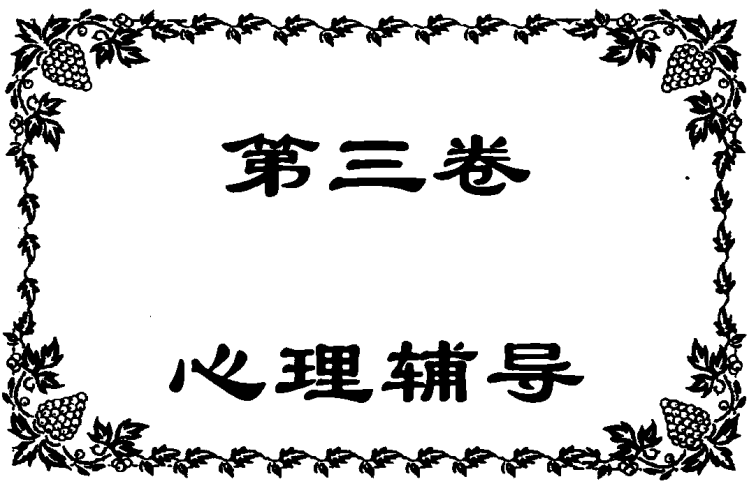


目 录



如何培养孩子的合作意识	(326)
怎样培养孩子的竞争意识	(327)
怎样培养孩子的创造意识	(329)
儿童的自我意识是如何发展起来的	(330)
如何帮助儿童建立良好的自我意识	(332)
如何培养孩子的法制观念	(333)
怎样培养孩子的时效观	(335)
怎样帮助孩子树立安全意识	(336)
怎样的儿童是心理健康的儿童	(337)
影响儿童心理健康的因素有哪些	(339)
怎样防治儿童的睡眠障碍	(340)
孩子经常暴怒发作怎么办	(342)
什么是“儿童焦虑症”	(343)
什么是“儿童选择性缄默症”	(345)
如何帮助有自卑感的儿童	(346)
如何使孩子懂得珍惜生命	(347)
怎样消除儿童的攻击性	(349)
如何防治孩子的“心理幼年症”	(350)
如何防治离婚家庭儿童的心理疾病	(352)





第三卷

心理辅导



一、儿童的心理特点和心理需要

(一) 不同阶段儿童的心理特点

不同年龄的孩子，除身体成长有差异以外，心理方面也有不同进展。

每一个年龄，代表一个生理与心理成长的阶段；了解这些发展阶段，有助你对孩子的行为及各个方面都有新的理解，并能预先准备好如何去面对和解决各种已经发生或将要发生的情况。这样对父母与孩子都有好处，因为当中可以避免许多不必要的误解，除了减低妨碍孩子成长的阻力外，也提高了父母处理问题的能力。

孩子从婴儿到 12 岁的成长过程，一般分成以下几个阶段：从出生至 6 个月、6 个月至 1 周岁、1 周岁至 3 岁、3 岁至 6 岁、6 岁至 12 岁。

在这个过程中的每一个时期，都会出现一些特殊情况，这些表面上的特征，代表了孩子内在的发展情况，如果能将两者适当地连接起来，对孩子的心理状况会有更透澈的了解，并知道恰当的处理方法。

针对其特征而使用特定的辅导，是最有效的教育；不但如此，清楚孩子的特征还能消除亲子之间的隔膜。

刚出生的婴儿，只有一个要求，就是“满足”。在母体中，





胎儿不必提出任何要求，都可以从母亲那里得到满足；出生以后，脱离母体便成了一个独立的个体，就必须有某些行为表示，别人才知道他有没有需要。这个行为，就是大声叫喊哭泣。这是婴儿唯一藉此引起人注意的方法，不论是饿了、尿湿了、感到痛苦或其他不适，都会发出哭叫声，使父母可以发现他的问题。

可是这唯一的一种表达方式，往往令没有经验的父母不知所措，找不到孩子哭喊的真正原因，唯一的办法就是逐一检查，看看孩子是否尿湿了，上一次吃奶时间过了多久；还是穿衣服太多热得他不舒服等等。

对婴儿来说，食物与父母的爱是最重要的，他们需要得到充分的满足，幸好，母亲的“母性本能”使她能处处显示出对孩子的关怀，尽力满足孩子的需要。父母本能的爱抚、搂抱和亲吻，让孩子感到满足和有安全感。总的来说，在这个阶段，得到充分的满足与安全感，是赋予孩子茁壮成长，和有愉快情感的要素。

6个月的婴儿，开始发展辨认事物的能力，对四周的环境、人与事都产生好奇，想要探测。在这个过程中，孩子开始认识身边的每一个人，所以见到陌生人会感到害怕；也想认识身边每一种事物，所以见到什么都要抓过来，使得母亲筋疲力倦。不过，为了确保孩子的健康发展，最好不要约束或阻止他的行为。除了把危险物品远离孩子以外，应该给予孩子充分的发展空间，让他接触各种外在事物。因为这种“好奇”，可以引发孩子的探险欲，通过这种行为，可以令孩子快乐地发展其自发性和创造性，更能奠定他将来学习和创作力的基础。所以父母不要为了方便照顾而把孩子限制在一个固定范围，例如用围栏把孩子围住，这会令孩子长大以后，学习欲和求知欲变得薄弱。因为当他对事物感到好奇的时候，父母没有给他充分发展的机会，造成他对事物不再有兴趣，更提不起想去学习、求知的欲念了。





另一方面，孩子在这个时期，开始认识身边的人，能够意识到母亲是最亲密的人，自己的生存完全依赖母亲，因此亦开始产生对“母亲不再理他”的恐惧，一旦母亲不在身边就感到害怕，大声哭喊；这种恐惧在八至十个月的时期最为厉害。为了确保孩子不受这种恐惧威胁，母亲要时常让孩子知道自己就在他的身边，给他充足的安全感；即使要走开，也在孩子视线范围内，以免孩子产生太多的恐惧。形成日后缺乏安全感，胆小怯弱的性格。

不必担心孩子会因此养成依赖性，他们长到快满一岁，就会有另一种自我调节，帮助自己脱离这种恐惧。例如他们自然会学会与母亲玩“捉迷藏”，假装看不到妈妈，然后又见到妈妈出现，那一种失而复得的快乐，渐渐使孩子忘记了恐惧。孩子在这个游戏中自我训练如何适应母亲不在身边的情况。母亲如果能在不厌其烦，陪孩子玩这个游戏，可以帮助孩子消除对失去母亲的恐惧。

这是孩子的“革命时期”，是他们迈向独立的开端。他们开始学习自己行走和说话，所以这是孩子成长过程中最重要的阶段，也是开始发展“服从”和“抑制力”的时候。这时候，如果父母时常对他们说“不许”这两个字，很容易在孩子的潜意识形成一种抑制的观念，对孩子产生一生一世的抑制作用。因为这是孩子最敏感的时期，父母的每一句话，都会在孩子心中扎根。

一至两岁的幼儿，体能发展迅速，他们有能力到处跑，所以很喜欢充分利用这种能力；加上对事物充满好奇，除了到处走动外，还喜欢碰碰这个，摸摸那个。为了孩子的安全，父母多会禁止孩子这些行动。可是愈是制止愈引起他的好奇，于是父母会不自觉地使用粗鲁的制止行为，例如用力把孩子抱走、大声尖叫等等。可是孩子的理解是有限的，他只感觉到这是一个制止自己的

