



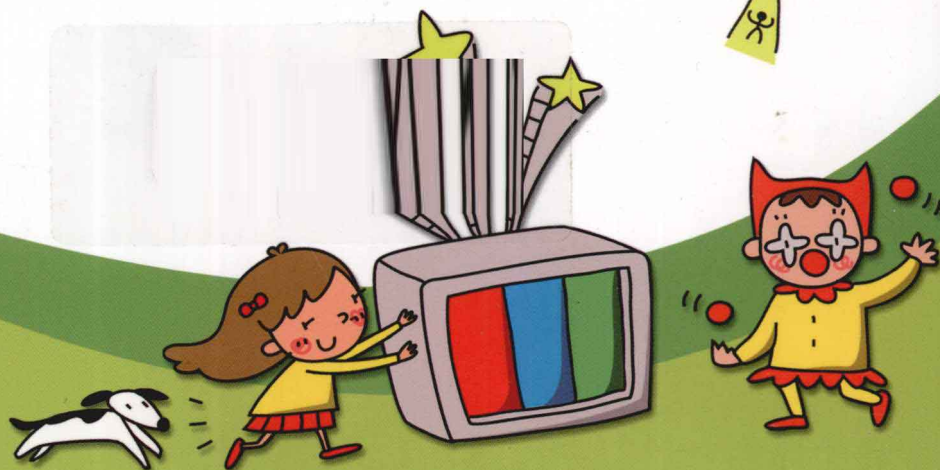
好妈妈要懂 读心术

MIND READING FOR A GOOD MOTHER 李玲玲◎著

不懂读心术就不懂孩子的心理，不懂孩子的行为，不懂孩子的生活……
读心术是妈妈通往孩子内心的桥梁，是妈妈开启孩子心门的钥匙……

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

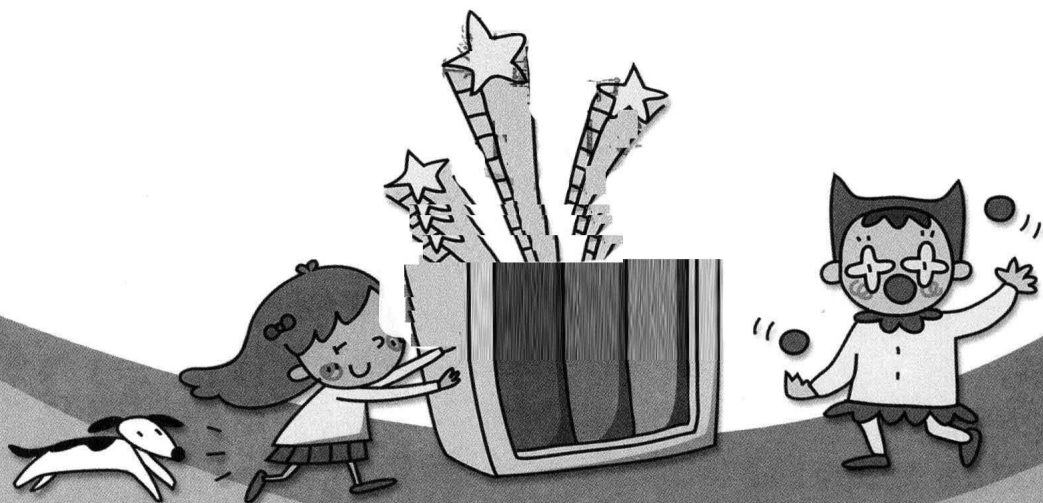


天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

好妈妈要懂 读心术

MIND READING FOR A GOOD MOTHER

李玲玲◎著



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

好妈妈要懂读心术 / 李玲玲著. —天津: 天津教育出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5309-6460-6

I. ①好… II. ①李… III. ①家庭教育—教育心理学 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第089870号

好妈妈要懂读心术

出 版 人 胡振泰

作 者 李玲玲

特约监制 马志明

选题策划 马志明 毕方芳

责任编辑 常 浩

特约编辑 王立刚

封面设计 弘文馆·柴华

版式设计 北京中中华唯文化发展有限公司

出版发行 天津教育出版社

天津市和平区西康路35号 邮政编码 300051

<http://www.tjeph.com.cn>

经 销 全国新华书店

印 刷 北京兆成印刷有限责任公司

版 次 2011年6月第1版

印 次 2011年6月第1次印刷

规 格 16开 (720×1000毫米)

字 数 150千字

印 张 17.5

书 号 ISBN 978-7-5309-6460-6

定 价 28.00元

自序

也许每一个女孩都曾经幻想过，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，所以孩子的教育问题，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。

我希望自己能尊重他、理解他，在他需要时给予必要的帮助和引导。

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，如果他不喜欢某种食物，那么说没有用，打也没有用，他会更厌恶这种食物，即使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。



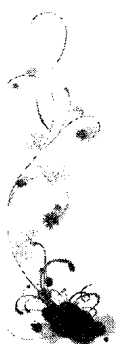
都说青春期是孩子的叛逆期，很多人都不明白孩子们为什么会叛逆，尽管每个人都做过孩子。叛逆是因为孩子已经慢慢形成了独立的人格，他需要被认可，为此甚至采用叛逆的手段。这是孩子最需要父母引导的阶段，不要觉得无能为力，聪明的妈妈会让孩子知道，一个真正成熟独立的人是什么样子。

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，妈妈读心术并不神秘，只是因为我懂得去信任和理解我的孩子。

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。



目 录

CONTENTS

自 序

第一章 决定孩子一生的世界观

- 1 独立意识要从娃娃抓起 / 002
- 2 宝宝最爱周杰伦的歌 / 005
- 3 学习“雷锋”好榜样 / 008
- 4 好孩子要有好品质 / 011
- 5 和陌生人有个约会 / 015
- 6 有一种爱叫做放手 / 019
- 7 先抢抢，再分享 / 022
- 8 学习是个基础活儿 / 025
- 9 敏感期的不敏感 / 028
- 10 别看拳脚，看“聊”效 / 032
- 11 好习惯要熟能生巧 / 036
- 12 若即若离，若远若近 / 039



第二章 形成孩子基本的社会观

- 1 向着幼儿园，前进，前进进 / 044
- 2 新环境，新生活，新起点 / 047
- 3 合作——大家好才是真的好 / 050
- 4 拳脚小动作，读心大道理 / 053
- 5 美好人生，规划先行 / 056
- 6 懂责任更要懂承担责任 / 059
- 7 说不会就不会，会也不会 / 062
- 8 尊重孩子就是尊重自己 / 065
- 9 生活时间表，量身定做 / 068
- 10 拍屁屁不如“拍马屁” / 071
- 11 健康从讲卫生开始 / 075
- 12 问问惹人烦，烦烦更聪明 / 078
- 13 左手特长，右手兴趣 / 081





第三章 树立孩子正确的人生观

- 1 每个孩子都有一颗五道杠的心 / 086
- 2 权力和责任两手抓，两手都要硬 / 090
- 3 问你爸去？问你妈去？自己想去 / 094
- 4 大人的事儿，小孩儿靠边站 / 097
- 5 选择需谨慎，别让特长成特短 / 101
- 6 说谎话的孩子你伤不起 / 104
- 7 爸坚持，妈坚持，坚持带坚持 / 107
- 8 游戏本无错，父母自扰之 / 111
- 9 身冻，所以更要动身 / 115
- 10 谦虚惹人爱，骄傲遭人烦 / 118
- 11 早恋很纯洁，千万别伤害 / 122
- 12 犯懒很容易，治懒有妙招 / 126
- 13 一切失败都是纸老虎 / 130
- 14 以身作则教育孩子要孝顺 / 134
- 15 狠抓节约政策，落实积累方案 / 137
- 16 咱做的不是家务，是体贴 / 140
- 17 锻炼意志，相信自己 / 143





第四章 教育孩子从认识生命开始

- 1 初中，新的挑战，新的开始 / 148
- 2 打破困惑，更进一步 / 151
- 3 合理引导偏执情绪 / 155
- 4 把错误想法斩草除根 / 158
- 5 正视叛逆，做孩子的知心朋友 / 161
- 6 抹平代沟，互相尊重 / 164
- 7 让孩子自由飞翔 / 168
- 8 爱成绩更要爱孩子 / 171
- 9 和孩子一起处理感情问题 / 174
- 10 控制情绪，修炼气质 / 177
- 11 同一个爱好，同一个世界 / 180
- 12 快乐学习，别信苦读那一套 / 183



第五章 是时候让孩子了解生活了

- 1 好好生活，天天向上 / 188
- 2 青春期，和孩子一起青春 / 192
- 3 早恋、早熟，傻傻分不清楚 / 195
- 4 不想承担责任的孩子不会懂义务 / 198
- 5 对于爱好，不抛弃、不放弃 / 201
- 6 爱竞争，爱合作，爱进步 / 204
- 7 爱钱有道，用钱也有道 / 207
- 8 不是看电视，是看品质 / 210
- 9 信任孩子，孩子就信任你 / 213
- 10 你吵，或者不吵，交流就在那里 / 216
- 11 得饶人处且饶人，少折腾人吧 / 219
- 12 老师错吧不是错，学会体谅别人 / 222
- 13 给学习加点料，让学习更有味儿 / 225
- 14 用真心诚心换朋友的心 / 228
- 15 高调地表扬，低调地批评 / 231
- 16 不完美的自己才是真实的自己 / 234





第六章 正确面对人生抉择

- 1 淡定，谨防皇帝不急太监急 / 238
- 2 一起战斗，但别替他参战 / 241
- 3 监督他的复习计划，不要放水 / 244
- 4 自我评价，我的地盘听我的 / 247
- 5 少壮太努力，不如巧学习 / 250
- 6 身体是革命的本钱，不要亏本 / 253
- 7 报志愿，不要越俎代庖 / 256
- 8 大考小考，考好考坏，淡定对待 / 259
- 9 手放开，让孩子飞向国外 / 262
- 10 马后炮——考后关怀至关重要 / 265



第一章

决定孩子一生的世界观

要正确对待孩子每一阶段的行为！不能总是用成人的思维去看待孩子所做的事情，比如抢小朋友的玩具，或是把玩具据为己有，在三岁孩子的眼里，他根本就不知道什么叫“自私”。

我们要理解宝宝表达情绪的方式，适当地进行引导，让他体会到分享的乐趣，自愿和别人分享自己的东西。





1. 独立意识要从娃娃抓起

根据幼儿心理学研究显示：通常一岁半到三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。这些刚刚开始在床上爬来爬去的小家伙，正处在最渴望独立的阶段。

宝宝七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世界的慢慢熟悉，他渴望独立的愿望便开始在心中偷偷萌发。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。

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鬼消停下来。在教育孩子这件事上面，我并不太赞成暴力式教育，适当的惩戒是可行的，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。

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，读心术是上天赐给妈妈的天赋。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，你就已经掌握了一种温和的、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，同时给予他正确的引导呢？

首先，我们要知道为什么宝宝不愿意再被过度地照顾，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他急于独立的心态，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。

我们可以在他第一次要求独自站立的时候，选一个适合他的小胖脚站立的地方，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，然后再放开。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。当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，对他耐心的对待几乎是最基本的要求。这个年龄段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？





第01堂课

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，他们觉得只有自己才是值得信任的，而父母明白了这一点心思，就不难有效地引导和照顾孩子。

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，是他走向整个人生的第一步。

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。这也是帮孩子建立一种防范意识，让他知道这个世界还是存在危险的。



2. 宝宝最爱周杰伦的歌

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。

慢慢地宝宝会对处在观察的状态感到不满，他尝试控制自己身体的各个器官，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官，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，他在这个阶段学到了什么，很可能决定了孩子一生的兴趣取向，所以这个时期的孩子最需要一些正面暗示。

我们家宝宝四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面前，他特别喜欢蓝色的小球，一看到蓝色的就伸出手去，如果我把蓝色的藏起来，他就会拿走绿色的。如果连绿色的也没有了，宝宝就会随手抓起一个扔到床下，小家伙，脾气还挺大！

六个月时，他就开始咿咿呀呀地发音了，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”，可惜就算爸爸再怎么努力，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。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，它比起其他运动来，花费的工夫最少，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，只要含含糊糊地说一个“饭”字，马上就有美味的营养粥。

所以我们家宝宝学会的第二句话是“饭”，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，可怜的爸爸！

一到二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。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，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中会起到潜移默化的作用，在这颗小小的心里种下爱的种子，等到他慢慢长大，这颗爱的种子就会生根发芽。

