



婦幼館

12

國際中文版獨家授權

如何 瞭解孩子的心理

父母必備的親子寶典

你是否曾爲了
孩子莫名的行爲
而感到頭痛傷腦筋
甚至不曉得
他到底在想些什麼
本書作者以其專業領域
實際個案的範例
爲父母一一解析
如何以心理諮詢的方式
瞭解孩子的心理
進而建立良好的親子關係



教育心理學 伊藤友宣 / 著
親子諮詢專家

陳蒼杰 / 譯

如何瞭解孩子的心理

著者／伊藤友宣

譯者／陳蒼杰

編輯／黃敏華、羅煥耿、賴如雅
美編／陳麗真

出版者／世茂出版社

發行人／林正中

負責人／簡泰雄

地址／台北縣新店市民生路十九號五樓

電話／(〇二)二一八三二七七(代表)

傳真／(〇二)二一八三二三九

劃撥／〇七五〇三〇〇一七

登記證／新聞局登記版台業字第三二〇八號

電腦排版／龍虎電腦排版公司

製版／國信印製公司

印刷／三華彩色印刷公司

初版一刷／一九九五年六月

四刷／一九九六年七月

定價／一八〇元

※版權所有・翻印必究

・本書如有破損、缺頁，敬請寄回本社更換

PRINTED IN TAIWAN

港台書室

B78
9717

國際中文版獨家授權

如何 瞭解孩子的心理



教育心理學 伊藤友宣 / 著 陳蒼杰 / 譯
親子諮商專家

KODOMO NO KOKORO GA MIERU HON-OKASAN KAUNSERINGU NO SUSUME

written by Tomonori Ito

Copyright (c)1993 by Tomonori Ito

Original Japanese edition published by PHP Institute, Inc.

Chinese translation rights arranged with Tomonori Ito

through Japan Foreign-Rights Centre/Hongzu Enterprise Co., Ltd.

序

希望目前正在養育幼兒的母親們能閱讀這本書，是筆者寫作的最大目的。

可能的話，在一旁支援媽媽的爸爸們，也能稍微看一看，這樣，更能增進夫妻、親子間的親密關係。

所謂的幼兒究竟是幾歲呢？大約是從已經不能再稱呼他為嬰兒的時候開始，一直到差不多是兒童或學童左右的年紀。

換句話說，大致是從二、三歲，一直到六、七歲左右。也就是從托兒所、幼稚園至小學一、二年級左右。

這個時期，也是孩子們最可愛的時候。

也是稍有差池，便成了壞孩子的時候。

照理講應該是很可愛的孩子，卻在不知不覺中，成了惹人厭的壞小孩，為什麼會有這種令人焦慮的情況呢？父母們幾乎完全不知道孩子的心究竟在想些什麼。

年輕的媽媽每每想到這裏，總是忍不住的加速心跳，直冒冷汗。

於是，更看不透孩子的心，究竟是怎樣的。

當孩子還天真的吮吮著乳房的時候，怎麼樣也想像不到會有這麼一天。

許多媽媽焦慮得開始病急亂投醫，卻在經過多種嘗試之後，陷於反效果之中。

在經歷過種種痛苦的經驗之後，決心要好好的利用這些經驗，可是，現在又不過去，每個人都生了一堆的孩子，於是，根本不可能將期望寄託在接下來的孩子身上。我想提供這些不安得直冒冷汗的母親一句關鍵話，這句關鍵話，正是足以左右一切的「一句話」。這句話是：

媽媽心理治療師

一定會有不少人覺得奇怪，「那到底是什麼呢？」也會有人認為「聽起來好像很難，這麼難的事我可沒有自信。」不過，還是請你試著讀一讀本書吧！

為什麼要把諮商這種工具，讓心理治療師們視為自己所獨佔的呢！

所謂的心理諮商，是讓孩子在不自覺中，產生樂觀而前瞻的情緒，建立一個支持他的基礎。現在，這件事，要由身為媽媽的妳親自去完成它。

媽媽心理治療師！

只要讀過本書，可以看見過去所看不見的孩子的心。這也是筆者最大的心願。

目錄

序 3

基礎篇——心理諮商的基本簡介 11

何謂諮商？ 13

和過去大異其趣的夫妻、親子關係 13

被誤解的心理諮商 15

「聽」與「聽取」的不同 17

「YES」之後，「NO」之後 18

雙贏與雙輸 21

責任在於父母 23

干涉的萌芽 23

放任的萌芽 24

最重要的是接納 26

貫徹大人的責任 30

如何讓孩子聽你說話 33

高明責罵的三大要點 33

高明稱讚的三大要點 36

諮商的條件 40

實踐篇——以個案的形式瞭解對應的方式 43

第一章 擔心孩子的能力 45

發育遲頓——如何挽回孩子的遲頓 46

不聰明——丈夫對孩子的期望 50

妹妹男人婆，哥哥娘娘腔——反過來該有多好 54

讀跟寫——因為討厭功課而逃避 58

才藝班、補習班——不用功，只是貪玩 62

第二章 孩子在托兒所、幼稚園、小學的情形 67

拒絕上學——連托兒所的門都不願意進去 68

大欺小——老是去欺負比他更小的孩子 72

不合羣——討厭和其他小朋友一起玩 76

被欺負——好像在外面受到了欺負 80

賴床——重新檢討賴床這件事 84

淘氣——連老師都奈何不了的孩子 89

第三章 孩子內外的態度不同 93

出門一條蟲——在家裏老是對父母大吼大叫 94

非第一不可——不論做什麼都非要第一不可 98

狠來了——可以毫不在乎的說謊 102

出門一條龍——回家老是黏著媽媽不放 107

偷竊——偷拿錢去買些不三不四的東西 112

全部自己動手——連伸手幫他一下都不肯 117

不怕生——擔心他會被拐走 121

認床——不是自己的床不肯睡 125

第四章 管教孩子的上限 129

動作慢——不管是吃飯或是穿衣服都慢 130

潔癖——不論任何時候，都要洗手、擦乾才吃飯 134

收拾——黃昏時的親子戰爭 138

不聽話——老是不看燈號亂闖 142

順手牽羊——分不清楚自己的東西、別人的東西 146

左撇子——需要特別矯正嗎 150

奶奶的孩子——老是向奶奶撒嬌 154

尿床——可是身體並沒有任何異常 158

偏食——討厭煮物和蔬菜 162

第五章 孩子人際關係的處理 167

經常待在家裏——因為在外面不可能一個人玩 168

和父親疏遠——父子之間非常的疏遠 172

欺負弟弟——情緒非常不穩定、就像雙重人格一樣 176

兄弟吵架——每天都吵個不完 180

愛告狀——難道是正義感太强了 184

不能回答「是」——以後上學怎麼辦 188

不回家——老是逗留在馬路上玩 192

第六章 情緒不安的孩子 197

說話能力差——會不會是緘默症 198

說髒話——連上廁所也要跟 202

表情肌痙攣症——經常有一些奇怪的表情 206

貪得無厭——買給他的東西從來不珍惜 210

不可愛——老是和媽媽唱反調 214

膽怯——畏畏縮縮的男孩子 218

吃醋——不許母親跟別的小朋友說話 222

殘忍——扭斷昆蟲的頭又欺負小狗 227

基 礎 篇

心理諮商的基本簡介



何謂諮商

♠和過去大異其趣的夫妻、親子關係

如果你的孩子還十分年幼，那麼，身為父母的你們應該只有二十來歲，或許已經超過了三十歲，但是，超過四十歲的，那已是少之又少。

在這百餘年之間，時代在變、世界在變，人類的思考方式也在變。

筆者現在是五十四歲。而且，我又是雙親晚年時所生的孩子。我的父母，分別出生於一八八七年及一八九四年，所以，他們以你們完全無法想像的嚴厲方式來教導自己的孩子（不過日本戰敗之後，這種嚴厲變得十分曖昧不清……）。

日本明治之前，是江戶時代。出沒於街道之間的，不是腰掛武士刀，留著武士頭的武士，就是把棉衣塞進腰帶裡，挑著扁擔的市井小民。我父親出生的時候，距離這樣的時代，才不過二十年而已，因此，思想的陳舊，根本是理所當然的。

從明治到現在這個時代的轉捩點，應該要算是昭和二十年（西元一九四五年）。

也就是五十年前，日本在二次世界大戰中成為戰敗國的那一年。我的父親，親眼目睹了時代的轉變。

以戰敗為分界點，世界究竟出現了什麼樣的變化呢？一言以蔽之，從一個注重尊卑貴賤的社會，轉變成重視人權要求平等的社會，再也沒有任何人是生而尊貴的，這是思想基礎的徹底轉變。

雖然如此，人類內心根深蒂固的觀念還是不可能有所改變。我父親也只是被時代的變化嚇昏了頭而已。

大約五十年前，日本憲法修改了，政治與經濟進行體制上的重整，更採行了新的教育制度，日本，在美蘇對立的緊張夾縫中，拜人民的刻苦勤勉之賜，成為意想不到的經濟大國，日本的形像，從寅糧卯食的困苦，轉變成了世界知名的富裕之國。

不過，雖然表面獲得了改善，但過去蔑視人格的風潮卻一直不曾斷絕，再加上對自由、平等的曲解，引發了人們互不信任的弊害，終於成為一個非常嚴重的問題。事實上，這一點從子女的教育情況中即可見一斑，傳統重視人性的優點被捨去了，而新的人格尊重又尚未成形。於是，父母開始為子女的教育方式傷透腦筋。

在過去，永遠是父母獨斷的說：「你就是這樣做才對」，只要不服從，立即給

予孩子嚴厲的處罰。並且認為這種嚴厲的方式，才是親子間應有的相處型態。

到了現代社會，「建立親子共識」，反而成了基本型態。現在，蠻橫而不講理的父親已是少之又少。但是，也正因為如此……。

和完全料想不到會有兒子反抗父親的過去最大的不同是，現在已經不只是對父親出言不遜，連對父親的暴力相向，也已經不是稀罕的事。

家長制度消失之後，夫妻的權利相等，兩性經由同意，即可自由結婚。當然，也可以經由同意而自由離婚。如此一來，現在反倒成爲一個精神無法安定的時代。

那麼在未來，關於子女養育的問題，又該如何解決呢？

首先，要尊重傳統人類的歷史所建立的智慧，然後培養合於新時代的技術。並且，要精力充沛的向新時代邁進。

♠ 被誤解的心理諮商

父母對孩子的嚴格規定，若不遵從，便施以重罰的方式。根本完全無法教育孩子，這是傳統的思考方式。

取而代之的，是「多了解」、「多聽意見」，以培育孩子自發性的生活方式，也