

汪道之 编著

关爱你的孩子

孩子心理实例分析与父母对策

做心理专家型父母

父母对子女，
应该健全的生产，
尽力的教育，
完全的解放。

——鲁迅

中国商业出版社

汪道之 编著

关爱你的孩子

孩子心理实例分析与父母对策



中国商业出版社

关爱你的孩子

——孩子心理实例分析与父母对策

汪道之 编著

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

关爱你的孩子:孩子心理实例分析与父母对策/汪道之
编著. - 北京:中国商业出版社,2001.11

ISBN 7-5044-4375-1

I.关… II.汪… III.儿童心理学 IV.B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 069794 号

责任编辑 常 勇

*

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺1号)
新华书店总店北京发行所经销
北京星月印刷厂印刷

*

2001 年 11 月第 1 版 2001 年 11 月第 1 次印刷
880×1230 毫米 32 开 14 印张 340 千字
定价:26.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)



前 言

每位父母都爱自己的孩子，希望他们健康、幸福、快乐、成材，往往在孩子身上寄予很大的期望，并使之成为生活中最重要的目标之一。

但在生活中，孩子们有时有可人的笑脸，清脆的歌声，明白事理的表现，邻人和老师的赞赏，让我们无比自豪和欣慰。有时又闷闷不乐，发脾气，不合作，不讲道理，又让我们感到抚之不易，甚至困惑、气恼和失望。常常无计可施，只有拿出家长的威风，实行“独裁统治”，使自己变得简单粗暴，而事后又懊恼不已。

其实，每个孩子的成长都不是一帆风顺的，需要我们帮助他们解除心理上的压抑，恢复他们正常的思维能力。给他们建议，分享他们的快乐。但每当孩子需要父母帮助时，我们常会感到没时间或精力不足，有时甚至根本不去在意、理会他们。更多的时候只能在物质上给予尽可能的满足，并以为这就是父母惟一可以做的。以物质上的需求来弥补精神上的一切，其实，我们父母应当通过倾听给孩子以最好的关注。学会很好地倾听孩子，使他们在童年和少年时期有健全的人格和健康的心理。

健康的心理能使孩子有积极的上进的生活态度，能将自己的聪明才智充分地施展和发挥出来。那么，在日常生活中如何让孩子拥有健康的心理呢？

一、创造和谐愉快的环境，使孩子生活在快乐中

轻松愉悦的心情能使孩子顺利地进行各种活动，因此家长应

尽量让孩子心情愉悦，感到快乐。

1. 家长应保持乐观向上的情绪。有些家长因工作不顺或其他原因而表现出来的悲观丧气、怨天尤人、伤心失望，都会给孩子幼小的心灵蒙上阴影，所以家长要避免这类情况发生，时时处处以积极乐观、向上的情绪去感染孩子。

2. 父母间要建立和谐、默契的关系，给孩子创造一个轻松、愉快的生活环境。

3. 要对孩子宽严并济。有的家长对孩子的缺点、错误不加理睬，不合理的要求也给以满足，谁知日子一久，一个愿望要求达不到就嚎啕大哭、地下打滚，甚至离家出走；相反，有的家长过于苛求孩子，总拿自己的孩子去与别人相比，总觉其不如人。这些做法都是错误的，我们对待孩子要严中显爱、爱中有严，要严之有理、爱之有度。

4. 要经常和孩子进行情感交流，要一心一意地关心孩子，关注孩子的成长过程。如我们可把孩子的照片按日期、内容进行排列，装订成册，建立成长档案，使孩子能经常翻阅，从中也体会到父母对自己的爱。

二、做民主型的家长，让孩子感到父母可亲可敬

1. 尊重孩子。孩子再小也是一个独立的人，有自己认识事物的方式、方法，有自己的情感需要，做家长的不妨放下架子，蹲下身与孩子讲话，使孩子觉得自己和父母是平等的，是无话不谈的好朋友。

2. 礼待孩子。在孩子犯错之后，不要只是打骂孩子，应及时给其讲明道理，在自己讲错话、做错事之后，也要勇于向孩子承认错误，这不但不会降低自己在孩子心中的威信，反而会使孩子感到父母可亲可敬。

3. 赞赏孩子。当孩子取得成绩或有点滴进步时，父母要表示



祝贺或给予表扬鼓励。

三、做个心理专家型家长，培养孩子良好的个性心理品质

孩子的成长道路不可能是一帆风顺的，而孩子个性心理品质的优劣，将直接影响到他们未来的生活、学习和工作，因此我们要注意培养孩子良好的个性品质。

1. 培养独立性。在日常生活中，尽可能地让孩子自己动手，做到自己的事情自己做，万不得已时，家长也应只是协助千万不要包办代替。

2. 磨练顽强意志，培养战胜失败的技能。家长可利用各种挫折情境来磨练他们的意志，同时也教给他们一些积极的战胜失败挫折的策略，如继续努力、适时调整目标等。

3. 培养孩子与人合作的意识。通过生活中的小事，使他们学会交往、合作，懂得尊重、理解和宽容别人。

4. 体验成功。最初的成功对孩子以后的学习、生活有着极大的影响，所以家长要创造条件让孩子体验成功，这有利于培养孩子的自信心。



目 录

◇ 心 理 篇 ◇

1. 孩子吮手指、咬指甲怎么办 (3)
2. 孩子口吃怎么办 (5)
3. 孩子遗尿怎么办 (7)
4. 孩子“自闭”怎么办 (11)
5. 孩子患有“共生症”怎么办 (13)
6. 孩子患有“神经质”怎么办 (16)
7. 孩子患有神经衰弱症怎么办 (18)
8. 孩子患有习惯性抽动症怎么办 (20)
9. 孩子患有多动症怎么办 (22)
10. 孩子患有孤独症怎么办 (26)
11. 孩子患有强迫症怎么办 (29)
12. 孩子患有退缩症怎么办 (31)
13. 孩子患有焦虑症怎么办 (33)
14. 孩子患有抑郁症怎么办 (35)
15. 孩子患有恐怖症怎么办 (37)
16. 孩子患有学校恐怖症怎么办 (40)
17. 孩子患有社交恐怖症怎么办 (43)
18. 孩子患有癔症怎么办 (45)

◇ 行 为 篇 ◇

19. 孩子啼哭怎么办	(49)
20. 孩子认生怎么办	(51)
21. 孩子做“鬼脸”怎么办	(53)
22. 孩子不睡觉怎么办	(55)
23. 孩子喜欢玩剪刀怎么办	(57)
24. 孩子喜欢带玩具睡觉怎么办	(59)
25. 孩子喜欢“拣破烂”怎么办	(61)
26. 孩子饲养小动物好不好	(63)
27. 怎样带孩子去医院	(65)
28. 怎样对付孩子的任性	(67)
29. 怎样让孩子听话	(69)
30. 如何对待孩子的“牛脾气”	(71)
31. 如何处理孩子的哭闹	(73)
32. 如何对待孩子的好奇	(75)
33. 孩子不停问问题怎么办	(77)
34. 如何教育胆小怯懦的孩子	(79)
35. 孩子是个“人来疯”怎么办	(81)
36. 孩子是个“马大哈”怎么办	(83)
37. 如何去掉孩子的依赖心	(85)
38. 如何对待占有欲很强的孩子	(87)
39. 孩子说谎怎么办	(89)
40. 孩子好逸恶劳怎么办	(93)
41. 孩子调皮捣蛋怎么办	(95)
42. 孩子骂人说脏话怎么办	(97)



43. 如何让孩子按时起床上学	(99)
44. 如何对待孩子的打架	(101)
45. 孩子为何“窝里斗”	(103)
46. 孩子为何“爱告状”	(105)
47. 怎样处理孩子之间的争吵	(107)
48. 孩子厌学怎么办	(109)
49. 孩子逃学怎么办	(111)
50. 孩子离家出走怎么办	(113)
51. 孩子为何不愿回家	(115)
52. 孩子不收拾东西怎么办	(117)
53. 孩子对抗顶嘴怎么办	(118)
54. 孩子过分害羞怎么办	(120)
55. 孩子为何要跟大人“对着干”	(124)
56. 如何看待孩子的嫉妒行为	(127)
57. 怎样对待孩子的攻击行为	(129)
58. 如何对待孩子的破坏行为	(131)
59. 如何看待孩子的暴力行为	(133)
60. 孩子为何这般残忍	(136)
61. 怎样对待孩子的偷窃行为	(138)
62. 如何对待青少年吸烟	(140)
63. 孩子赌博怎么办	(143)
64. 青少年何以会自杀	(146)
65. 如何看待青少年的逆反行为	(148)
66. 如何看待青少年的挥霍性消费	(150)
67. 如何对待孩子的不健康迷恋行为	(153)
68. 如何看待青少年的“追星”行为	(156)

◇ 性教育篇 ◇

- 69. 怎样培养孩子的健康性意识 (163)
- 70. 孩子玩弄生殖器怎么办 (166)
- 71. 男孩为何掀女孩的裙子 (168)
- 72. 如何看待孩子的“恋母情结” (170)
- 73. 如何看待孩子的“恋父情结” (172)
- 74. 如何对待孩子的“性早熟” (174)
- 75. 怎样对待孩子性行为障碍 (176)
- 76. 如何看待孩子的“性敏感” (178)
- 77. 女儿初潮怎么办 (180)
- 78. 儿子怎么突然自己洗内裤了 (182)
- 79. 怎样看待孩子的手淫 (185)
- 80. 怎样对待孩子的“早恋” (187)
- 81. 性成熟前的道德教育 (190)
- 82. 怎样看待少女怀孕 (192)
- 83. 怎样看待青少年“同性恋” (194)
- 84. 如何看待中学生的异性交往 (196)

◇ 素质篇 ◇

- 85. 怎样培养孩子的个性意识 (201)
- 86. 如何培养孩子的文明意识 (203)
- 87. 怎样培养孩子的责任心 (205)
- 88. 怎样培养孩子的自信心 (207)
- 89. 怎样培养有生理缺陷的孩子的健康心理 (209)



90. 怎样培养孩子的团结意识	(211)
91. 如何发现和培养孩子的气质	(213)
92. 怎样训练孩子的观察力	(217)
93. 如何训练孩子的注意力	(219)
94. 如何培养孩子的记忆力	(221)
95. 如何培养孩子的创造性思维	(224)
96. 如何培养孩子的想像力	(226)
97. 怎样培养孩子的良好情感	(228)
98. 怎样锻炼孩子的意志	(230)
99. 怎样培养孩子的良好性格	(232)
100. 怎样培养孩子良好的同情心	(234)
101. 如何培养孩子解决问题的能力	(236)
102. 让孩子学会忍耐孤独和寂寞	(238)
103. 如何培养孩子的学习兴趣	(240)
104. 如何训练孩子战胜恐惧的压力	(243)
105. 如何培养孩子的危险意识	(245)
106. 如何训练孩子的心理平衡	(247)
107. 如何培养孩子的生死意识	(249)

◇ 学 习 篇 ◇

108. 如何使孩子长期保持学习积极性	(253)
109. 如何提高孩子的学习兴趣	(255)
110. 孩子的学习有什么好方法	(257)
111. 如何提高孩子的计算水平	(259)
112. 怎样指导孩子做家庭作业	(261)
113. 怎样让孩子自己做功课	(263)

114. 如何安排孩子复习功课的时间	(265)
115. 如何巧妙地给孩子规定学习时间	(267)
116. “先苦后乐”的“目标倾斜”法	(269)
117. 如何防备孩子学习疲劳	(271)
118. 如何回答孩子的作业疑难	(273)
119. 孩子作业做错了怎么办	(275)
120. 孩子在课堂提问时发懵怎么办	(277)
121. 如何稳定孩子的急躁情绪	(279)
122. 让孩子了解自己的爱好	(281)
123. 不必禁止孩子看课外书	(283)
124. 如何帮助孩子进入更高层次的学习	(285)
125. 如何帮助孩子解答学习上的疑难问题	(287)
126. 如何制定适合孩子的学习计划	(289)
127. 怎样帮助孩子克服“失败综合症”	(291)
128. 孩子的“偏科”与智力潜能	(295)
129. 怎样为孩子找到最适合的学习方式	(299)
130. 孩子考试作弊怎么办	(303)
131. 孩子考出好成绩之后怎么办	(305)
132. 孩子考“砸”之后怎么办	(307)

◇ 家教篇 ◇

133. 家教经纬——德才兼备	(311)
134. 培养孩子须因材施教	(313)
135. 培养孩子的独立性	(315)
136. 不可溺爱孩子	(317)
137. 不要对孩子过分照顾	(319)



138. 不可对孩子过度保护	(321)
139. 对孩子不可管教过严	(323)
140. 管教孩子最好用低缓的声调	(325)
141. 孩子在家中的压力	(327)
142. 如何赢得孩子的信任	(329)
143. 不要纵容饭桌上的孩子	(331)
144. 如何对待孩子的偏食	(333)
145. 如何改变孩子的自私	(336)
146. 如何安慰受到伤害的孩子	(338)
147. 让孩子有规律的生活	(341)
148. 培养孩子的自主能力	(343)
149. 如何正确处理与孩子的冲突	(345)
150. 如何教育男孩	(347)
151. 如何教育女孩	(349)
152. 如何教育独生子女	(351)
153. 如何让孩子成为受欢迎的人	(353)
154. 不要漠视孩子的权利和职责	(357)
155. 如何对待犯了错的孩子	(360)
156. 如何表扬孩子	(363)
157. 如何批评孩子	(365)
158. 如何鼓励孩子	(367)
159. 如何奖励孩子	(369)
160. 如何惩罚孩子	(371)
161. 对孩子不可贿赂	(373)
162. 怎样给孩子零花钱	(375)
163. 如何正确引导孩子使用压岁钱	(377)
164. 千万不可给孩子以消极标定	(379)

165. 你经常对孩子下命令吗	(381)
166. 孩子被同伴欺负怎么办	(384)
167. 如何引导孩子做家务活	(386)
168. 孩子性格内向怎么办	(388)
169. 孩子考试不及格怎么办	(391)
170. 不要强迫孩子做天才	(393)
171. 孩子逃避责任怎么办	(395)
172. 如何对待孩子的失败	(397)
173. 孩子不按时完成家庭作业怎么办	(399)
174. 孩子沉迷于电视怎么办	(402)
175. 如何对待高智商的孩子	(405)
176. 单亲家庭如何对待孩子	(409)
177. 如何看待“隔代亲”	(412)
178. 孩子抱团成伙怎么办	(415)
179. 该不该偷看孩子的日记	(417)
180. 怎样平息父子间的对抗冲突	(419)
181. 怎样化解母女“怨仇”	(421)
182. 孩子滥交朋友怎么办	(423)
183. 孩子为自己的体貌烦恼怎么办	(426)
184. 如何看待孩子“穿名牌”	(429)
185. 父母如何对待孩子落榜	(431)

心 理 篇

世界卫生组织(WHO)给“健康”下的定义:“所谓健康,不仅在于没有疾病,而且在于肉体、精神、社会各方面的正常状态。”

如果“肉体、精神、社会各方面出现异常状态”,“心理障碍”或“行为障碍”,通常包括如下几种情况:

一是不良习惯动作,如吮手指、咬指甲、咬衣襟、习惯性抽动、习惯性痉挛等。

二是心理生理行为偏离,如遗尿、功能性大便失控、偏食、厌食、夜惊、噩梦、睡行(梦游)、口吃等。

三是习惯性品行不端行为,如经常性说谎、逃学、偷窃、打架、破坏公物等。

专家们认为,少年儿童心理障碍,或称行为障碍形成的原因有:一是母亲孕期出现并发症或难产;二是家庭环境不好和教育的不当,如家庭不和睦、父母离异,长辈教育方法欠妥、不协调等。

根据少年儿童心理活动的规律,有意识地采取各种措施,维护和增进心理健康,提高对社会生活的适应能力,以预防和矫治身心疾病发生的综合性学问和实践技术,就叫“心理卫生”。

少年儿童期是心理发展的一个极为重要的时期。少年儿童的心理健康问题,早已引起社会各方面的重视,当然也就成了心理咨询与诊疗的一个重要方面。

本篇就少年儿童心理具有代表性的障碍,以防止精神偏离和建立健全人格为轴,逐一从理论到实践进行剖析,希望能帮助父母们做一点切实有效的工作。

