

中学生心理健康咨询手册

邓先丽 李琳 陈武英◎编著

家教门诊

JiaJiaoMenZhen

您是否在孩子不好吃饭而苦恼？
您是否在孩子不肯跟您说心里话而着急？
您是否在为忙于工作没空和孩子交流而无奈？
您是否在为孩子的学习成绩不理想而担忧？
.....

ZhongXueSheng
XinLiJianKangZiXunShouCe



中国经济出版社
www.economyph.com

家 教 门 诊

邓先丽

李 琳 著

陈武英

(按姓氏笔划顺序排名)

中国经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

家教门诊/邓先丽, 李琳, 陈武英编著. —北京: 中国经济出版社,
2004. 5

ISBN 7 - 5017 - 2971 - 9

I. 家... II. ①邓... ②李... ③陈... III. 家庭教育
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 032045 号

出版发行: 中国经济出版社(100037·北京市西城区百万庄北街3号)

网 址: WWW.economyph.com

责任编辑: 陈 瑞(email: rachel8511@sina.com.cn)

责任印制: 常 毅

封面设计: 九点工作室

经 销: 各地新华书店

承 印: 北京市地矿印刷厂

开 本: 880mm × 1230mm 印 张: 9.5 字 数: 243 千字

版 次: 2004 年 5 月第 1 版 印 次: 2004 年 5 月 1 次印刷

印 数: 1 - 5000 册

书 号: ISBN7 - 5017 - 2971 - 9/Z · 414 定 价: 23.00 元

版权所有 盗版必究 举报电话: 68359418 68319282

服务热线: 68344225 68353507 68341876 68341879 68353624

目 录

第一篇 家教误区	(1)
误区之一:管束过多	(2)
案例 1 子已教,父还有过	(2)
案例 2 孩子体会不到自己的苦心	(4)
案例 3 我不想上大学,我想工作	(6)
案例 4 爱说脏话的好孩子	(8)
案例 5 逆反心理	(10)
误区之二:教育观念的分歧	(11)
案例 6 妈妈,再见!	(12)
案例 7 孩子,你听我的	(13)
案例 8 坏习惯的避风港	(15)
案例 9 他怎么如此任性	(16)
案例 10 儿子不听我的	(18)
案例 11 小小“两面派”	(19)
误区之三:不尊重孩子	(21)
案例 12 妈妈,这次真的是你错了	(22)
案例 13 孩子不听话的时候	(23)
误区之四:期望过高	(25)
案例 14 “不就是 100 分吗!”	(25)
案例 15 不会表扬	(27)
案例 16 一场感冒的后遗症——他不会骑自行车了	(29)

误区之五：家长包办代替	(30)
案例 17 我家的小蜗牛	(31)
案例 18 不讲卫生的姑娘	(33)
案例 19 她真的内向吗	(34)
案例 20 这是你的错	(36)
误区之六：乱下评语	(38)
案例 21 “你怎么跟你爸一个德性？真的是遗传的吗？” ...	(38)
案例 22 把孩子的优点当成了缺点	(40)
案例 23 习得性无助	(41)
案例 24 自卑	(43)
误区之七：不良的家庭环境	(45)
案例 25 奇怪的头痛	(45)
案例 26 抑郁	(46)
案例 27 放学后独自流浪的小孩	(48)
误区之八：言传身教不一致	(50)
案例 28 小烟民	(50)
案例 29 他的眼里只有成绩	(52)
案例 30 虎头蛇尾谁之过	(53)
误区之九：心理惩罚	(55)
案例 31 心灵惩罚	(55)
案例 32 妈妈，请你不要不理我	(57)
误区之十：朝令夕改	(58)
案例 33 这个聪明的孩子怎么就是学习不好呢	(59)

第二篇 家教盲区	(61)
----------------	------

盲区之一:缺乏对孩子良好性格的塑造	(62)
案例 34 “该死的门!”	(62)
案例 35 可怕的愿望	(63)
案例 36 孩子太好强	(65)
案例 37 教会孩子如何宣泄不良情绪	(67)
案例 38 孩子不会说“不”	(68)
案例 39 顺手牵“车”	(70)
案例 40 孩子太依赖自己	(72)
案例 41 让人哭笑不得的“真话”	(73)
盲区之二:缺乏必要的青春期教育	(75)
案例 42 我到底是大孩子,还是小孩子	(76)
案例 43 后面的男生好“讨厌”	(77)
案例 44 无知的后果	(79)
案例 45 做贼心虚	(80)
案例 46 小学的时光多美好	(81)
案例 47 细腰女孩的苦恼	(83)
案例 48 当两小无猜变成了青梅竹马	(84)
案例 49 身体怎么起了变化呢	(86)
案例 50 轻率的苦果	(88)
案例 51 为什么别人都长大了	(90)
案例 52 暗恋家庭教师	(91)
案例 53 被谣言困扰的孩子	(93)
案例 54 和异性一起睡觉会怀孕吗	(94)
盲区之三:缺乏对孩子的积极反馈和关注	(96)
案例 55 不肯乖乖睡觉的丁丁	(96)

案例 56 对孩子缺乏积极反馈	(98)
案例 57 喜欢恶作剧的儿子	(99)
盲区之四:家长缺乏必要的心理学知识	(101)
案例 58 爸、妈,你们出去吧	(102)
案例 59 杯弓蛇影	(103)
案例 60 她怎么像个小炸弹	(105)
案例 61 孩子真的有强迫症吗	(107)
案例 62 假小子	(109)
案例 63 儿子怎么这么幼稚	(110)
案例 64 我嫌自己太丑了	(111)
案例 65 想嫁有钱人	(113)
案例 66 儿子变得有些可怕	(114)
案例 67 磨蹭的小女孩	(115)
案例 68 过分关注自己在他人心目中的形象	(117)
案例 69 我发现了儿子床下藏的黄色刊物	(118)
案例 70 孩子真的是笨吗	(120)
案例 71 没完没了的电话:	(121)
案例 72 被同学误会的烦恼	(123)
案例 73 不敢惹的儿子	(125)
案例 74 什么都没劲	(126)
案例 75 我想染头发	(128)
案例 76 孩子太关心好朋友	(129)
案例 77 我心爱的小棉袄	(131)
案例 78 她为什么如此恨父母	(132)
案例 79 孩子爱好奇装异服	(134)

案例 80 社会太黑暗	(136)
案例 81 慢,还是不慢	(138)
案例 82 他给自己“整容”	(139)

第三篇 方法不当

(141)

案例 83 我破坏,我无奈	(142)
案例 84 我喜欢听你的歌	(143)
案例 85 说谎	(145)
案例 86 我家有一个懒闺女	(146)
案例 87 教师的子女反而教育的不好	(148)
案例 88 请家教后	(150)
案例 89 为什么奖赏会失灵	(151)
案例 90 女儿有了男朋友	(153)
案例 91 “好哭佬”	(155)
案例 92 交笔友	(157)
案例 93 阳奉阴违	(159)
案例 94 有没有男生	(160)
案例 95 考试难以承受之重	(162)
案例 96 女儿失败了	(164)
案例 97 你怎么老也学不会	(165)
案例 98 女儿,到底我该怎样爱你	(166)
案例 99 太爱看电视	(168)
案例 100 外出晚归的女儿	(169)
案例 101 孩子不好好吃饭怎么办	(171)

案例 102	儿子有点女性化	(172)
案例 103	离家出走	(174)
案例 104	女孩子不能臭美	(176)
案例 105	我不喜欢这个老师	(178)
案例 106	爸爸难断家务事	(179)
案例 107	女儿要高考了	(181)
案例 108	“爱美的校花”	(183)
案例 109	我想让孩子多一些兴趣	(184)
案例 110	不准看小说	(186)
案例 111	不会有效地与孩子沟通	(188)
案例 112	管不了的孩子	(189)
案例 113	我的经验孩子为什么不愿意接受	(191)

第四篇 疑难杂症

(194)

案例 114	讨厌的同桌	(195)
案例 115	莽撞	(196)
案例 116	儿子不善交际	(198)
案例 117	我要转学	(200)
案例 118	猜疑心重	(201)
案例 119	我不想告诉她	(203)
案例 120	丑小鸭与白天鹅	(204)
案例 121	默默无闻的女儿	(206)
案例 122	偏激	(207)
案例 123	思将仇报	(209)
案例 124	你怎么就那么粗心	(210)

案例 125 充分利用好接送孩子上学、放学的时间	
——创造性的谈话	(212)
案例 126 我爱音乐	(214)
案例 127 怕生的姑娘	(215)
案例 128 爱着急的孩子	(217)
案例 129 偷盗的嫌疑	(218)
案例 130 妈,别找了。以后咱俩过	(220)
案例 131 我要是那个杀人犯	(221)
案例 132 女儿收到了男生的小纸条	(223)
案例 133 这个,简单	(224)
案例 134 我就要考个坏成绩	(225)
案例 135 我害怕上语文课	(227)
案例 136 孩子太认真	(230)
案例 137 儿子学习不专心	(231)
案例 138 儿子迷上了电脑游戏	(233)
案例 139 急脾气的女孩	(234)
案例 140 理想和现实的冲突	(236)
案例 141 与班主任吵架了,怎么办	(237)
案例 142 我想帮女儿找到好的学习方法	(239)
案例 143 孩子为什么总是坚持不下去	(242)
案例 144 家里出了个破坏专家	(243)
案例 145 上课不听下课补	(244)
案例 146 学习无用,所以 he 不想学	(246)
案例 147 无法改变小学的学习习惯	(247)
案例 148 该不该原谅朋友	(249)

案例 149 迷上了网聊	(251)
案例 150 爱管闲事的女孩	(252)
案例 151 今天是黄道吉日吗	(254)
案例 152 遭到同学嘲笑怎么办	(255)
案例 153 古龙的小 fans	(257)
案例 154 爱吹牛的女孩	(258)
案例 155 当孩子和老师发生冲突时	(259)
案例 156 喜欢抽奖	(262)
案例 157 孩子粗心大意	(263)
案例 158 我爱全智贤	(265)
案例 159 孩子花钱大手大脚	(266)
案例 160 她想独占好朋友	(268)
案例 161 爱逃课的孩子	(270)
案例 162 孩子周围的朋友太可怕	(271)
案例 163 她在内疚什么	(273)
案例 164 老师总是打击自己的学生	(275)
案例 165 为什么总是说了不做	(277)
案例 166 女儿愿意和“坏女孩”玩	(278)
案例 167 江山易打不易守	(280)

第五篇 孩子的心声	(283)
-----------------	-------

第一篇

家教误区

不管您是否意识到了，事实上在每一个家长的心目中或多或少都有关于教育孩子的一些想法和观念，这些观念会直接影响家长的实际教育行为。但是，我们在家教门诊时发现不少家长存在一些普遍性的错误理念，经过总结，我们归纳出以下十余种家教误区。

误区之一：管束过多

家长总是习惯于以一贯的、静止的方式，而不是发展的方式来对待成长中的孩子；总是把他们想象得如此娇嫩，经不得风雨。家长决定孩子的穿衣，决定孩子交什么样的朋友，决定孩子的人生道路……所有孩子自己的事情，家长都要“钦定”。可是结果呢，往往事与家长愿违，有的坚决不从，和父母对抗到底；有的以惹家长生气为目标，具有强烈的逆反心理，家长越禁止的行为越要做；有的孩子倒是接受了父母的关爱，可是家长又发现他们听话过了头，成了更大的问题。症结在哪里呢？家教误区之一：对孩子的管束过多，孩子没有自己的空间。

案例 1 子已教，父还有过

张远现在读初二，他的父母都是商人，家境非常殷实。害怕张远在优越的条件下成为纨绔子弟，更害怕别的孩子和大人带坏或伤害张远，父母对他的教育非常严格，限制他交往的范围和对象，以为这样就可以让他免受一些坏的影响。就这样，张远从多次的批评责骂中变得越来越斯文，不爱说话。但是到了张远上初中的时候，父母从一些小事中发现张远已经慢慢的变了。张远的斯文、不爱说话的表面下其实隐藏着很大的问题。以下是父母发现张远的一些不正常的表现：

①不许父母和任何人进入自己的房间，而且也不愿意和父母说话、在一起。

②不愿意出去活动，如果父母要求他出去活动的话，他就会借口自己有可能会受伤而逃避。

③不和现实生活中的人交往，只愿意和网上的人交朋友，有很多的网友，但是在现实生活中从不与人交谈，一个朋友也没有。父母曾经想

通过禁止他上网来促进他与现实生活中的人交往，最后却以张远无声的抗议而失败。

④看电影也只愿意在电脑上看碟，不愿意去电影院。

张远的父母意识到这些表现都是不正常的，长此以往，孩子一定会朝着不正常的方向发展下去，可是该怎么做呢？

<诊断>

张远的父母非常明白一句古话：“子不教，父之过”，因而期望通过自己的严格教育让孩子避免沾染一些坏毛病。但是这个“教”字却是一门非常高深的学问，张远的父母可能是充分认识到了对孩子娇惯的坏处，因而走到了另一个极端：严格控制孩子的饮食起居，控制孩子与别人的交往。却没有想到这样也给孩子带来了非常不良的影响，让张远变得如此孤僻，不愿意与人交往。

从这个案例中，我们至少可以得到以下的信息：

①张远的孤僻不是天生的，他的这些行为是上初中之后父母发现的。

②张远有和别人进行交流的需要。否则他就不会在网上交大量的朋友。

③张远的孤僻行为和小时候家长严格限制其交往是分不开的。

<处方>

根据以上的信息，家长应该尽快采取措施来解决，否则等这种行为根深蒂固下去，则悔之晚矣。

1. 父母带他出去参加户外活动。户外活动最能够让一个人放松心情，开阔心胸。在一个封闭的空间呆的越久，就越惧怕参加外界的活动，丧失参加活动的主动性。所以，张远的父母不能只是说：“你出去参加活动的吧”，而应该亲自带他出去，和他一起参加活动。而且对于张远害怕受

伤的推辞理由予以拒绝。从案例中可以看出,“害怕受伤”是张远的杀手锏,这是父母内心里的担心,只要说出父母就放弃对自己的劝说。所以,父母首先要把这种担心压下,当张远再次说出的时候,要表达自己另一种观点:“我不担心你受伤,所以你还是应该出去。”

2. 引导孩子说说自己。张远不愿意和父母交流,甚至不愿意和父母在一起,很大原因是由于父母对他的任何事情都要干预,如果无意中说出了让父母不满的话,肯定会招至严厉的批评和干预,在这种情形下,谁都会采取不说话的方式,这样对于自己是最安全的。所以父母应该让孩子说说自己,即使孩子说出的事情父母也许难以接受,父母也要耐心倾听,如果发表意见最好也是说正面意见,让交流有一个良好的开端。

3. 以网络作为契机。像张远这样在现实生活中没有朋友的,父母可以用请教网络有关的问题来与他沟通,甚至可以匿名与张远做一个网上朋友,以一个朋友的角度了解他心里想什么,然后来思考孩子需要什么,该怎么做。

案例2 孩子体会不到自己的苦心

孔瑞在一个非重点中学上初二,她平时的学习成绩不是特别好,但是却有美术特长。妈妈就想让她发展这种特长,考上重点中学的特长班,高考后能上一所比较好的艺术类院校。于是,妈妈就替她报了各种美术辅导班,让她学习考试所需要的绘画技能:素描,水彩等。但是孔瑞最喜欢的却是画漫画,对妈妈报的这些学习班里学习的绘画技能就没那么热爱,但是也愿意学,因为毕竟考试要用。

但是自从报了辅导班之后,妈妈就不留出时间让孔瑞画漫画了。因此练习的时候,孔瑞都会偷偷的画漫画。妈妈经常会突然进去检查,发现之后,就会责骂她不应该画漫画,应该练习素描、水彩,而且将孔瑞画的漫画都没收,并且说:“我要不是心疼这些纸,我早给你撕掉了!”孔瑞

因为漫画的好，别的同学来找孔瑞要；或者别的大人表扬孔瑞的时候，妈妈就会说：“就知道画漫画，画漫画能够考上重点高中，能够上大学呀！”妈妈越是这样管的严，孔瑞去上辅导班就越没劲，回来也不想练习，总想描几笔漫画。

发展到最后孔瑞不在家画漫画了，却在老师的课堂上画，为此耽误了学习也在所不惜，教师打电话到家里说后，孔瑞的妈妈异常气愤：“我到底要怎么做，孩子才能体会到我的苦心？”

<诊断>

从孔瑞的案例中，我们可以看出，孔瑞的妈妈实际上是对孔瑞管束的太严，希望自己的孩子能够完全地按照自己的心意学习、生活，根本没有考虑到孩子自己的需要，给孩子一个发展自己兴趣的空间。孔瑞无从发挥自己对漫画的爱好，只好采取阳奉阴违的方法，背着妈妈画漫画。其实很多时候，如果父母对孩子某些问题管束过严，比如本案例中的画漫画，孩子就有可能把它从地上转为地下，让父母无法及时地了解孩子的情况，出了问题还不知道从何而来。

<处方>

孔瑞妈妈的心情可以理解，但是如果让自己的“苦心”有结果，孔妈妈还得给孩子一点自由空间。孔瑞妈妈实际上希望自己孩子只要在每天规定练习的时间里练习水彩、素描，认为画漫画则纯属浪费时间的事情。却没有想过如果孩子因为想画漫画而开小差，浪费的时间可能更多。所以，不妨和孔瑞签订一个小合约：每天给出半个小时或者一个小时画漫画，但是其余的练习任务一定要完成，而且质量一定不能比往常差。如果练习任务完成的好，或者绘画技术有了进步，画漫画的时间还可以延长，甚至父母还可以买一些漫画技巧方面的书作为奖励。但是如果练习的任务完成的不好，那么画漫画的时间就要缩短。但是奖励或

者惩罚不要以某一次的发挥失常为准,尽量不要给孩子带来压力。

案例3 我不想上大学,我想工作

女儿没有考上高中,父亲没有经过她的同意给她选了一所中专。她外向、独立、人缘好,还是同学推选出的班长,但偏偏在学习上,她的那种聪明劲就没了,虽然好像也挺用功,但总是没有多大的效果。爸爸妈妈一直想让女儿和其他人一样,上了高中进大学顺理成章地走下去。因为听说这所学校可以让孩子参加高考,才为她选择了这里。父母平常也以参加高考的标准要求女儿,非常严格。但是,一天女儿对爸妈说“我想工作,不想再考了。”父母一听惊慌失色“不上大学?那你以后能干什么?你不知道现在的社会越来越需要高文凭吗?你这个没出息的丫头!”女儿却坚持说,“我不是没有试过好好学习,但总也不行。这次学校推荐工作,我报名了。我想工作。”不管女儿如何陈述理由,父母仍然坚持她必须参加高考,而且认为只有这样走下去才是正确的道路,让女儿非常的苦恼。

<诊断>

美国的教育学教授霍华德·加德纳认为智力是多元的,至少有7种不同的智力:语言的智力、逻辑——数学智力、视觉空间的智力、躯体运动的智力、音乐的智力、人际交往的智力、内省的智力。案例中的女儿,好交际,有领导力、号召力,说明有较高的人际交往智力,所以不大适应强调逻辑——数学智力和语言智力的高考制度。其实不愿意学习和不适合学习的孩子不升入高中,可能倒是一种幸福。到一个能体现其自身价值的工作环境比选择屡受挫折的学校环境对她来说更有意义。否则,单调的学校生活只能抹杀了她的优势,伤害孩子的自信心。其实,任何人都会有一个潜在的想法,如果自己做的和他人相同,就感到放心,