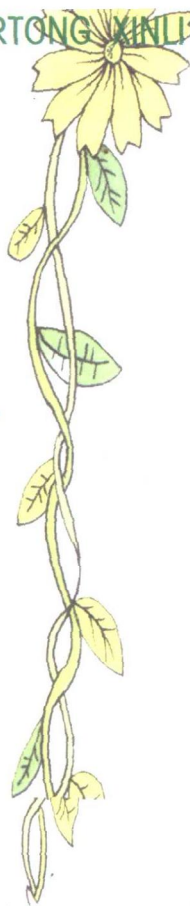


ERTONG XINLI ZHICHUANG ERTONG XINLI ZHICHUANG



“新父母、心阅读”书系

儿童心理之窗

林芳著



福建人民出版社

“新父母、心阅读”书系

儿童心理之窗

林 芳 著



福建人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童心理之窗/林芳著. —福州: 福建人民出版社, 2002.10

(“新父母、心阅读”书系)

ISBN 7-211-04162-5

I. 儿… II. 林… III. 儿童心理学 IV. B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 021227 号

“新父母、心阅读”书系

儿童心理之窗

策 划 丁 翔

作 者 林 芳

责任编辑 丁 翔

装帧设计 黄 勤

内文插图 李晓方

出版发行 福建人民出版社(福州市东水路 76 号)

邮 编 350001

电 话 0591-7533169(发行部) 7521386(编辑部)

电子邮件 fjrm@fjbook.com

印 刷 福州屏山印刷厂

(福州市铜盘路 278 号 邮编: 350003)

版 次 2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

开 本 850×1168 毫米 1/32 7 印张 2 插页

字 数 122 千字

书 号 ISBN 7-211-04162-5/G·2693

定 价 11.90 元

写给父母的话 (序)

用心阅读孩子

——丁翔

斯宾塞(英)说：如果说能够生儿育女是身体上成熟标志的话，那么能够教育子女就是心智上成熟的标志。

也许您希望在不久的将来为人父或为人母，也许您已经是一个准爸爸或准妈妈了，也许您的孩子正在幼儿园里嬉戏，也许您的孩子已经在学堂里聆听老师的教诲了，也许您的孩子正在穿越青春之林……不管您是何种身份，当您打开“新父母、心阅读”书系时，您就步入了一个您必须面对的、让您欢喜让您忧的天地——家庭教育。当一个稚嫩的声音称您为“爸爸”或“妈妈”时，您人生的角色增添了新的内容，您开始了人生的“第二课堂”——教育下一代。

每一个孩子从嗷嗷待哺、牙牙学语直到长成青春少年的过程中，身心发生巨大的变化。他们缺乏人生经验，体验到的不仅仅是成长的喜悦，更有成

长的烦恼。哭闹、忧郁、迷惘、暴躁、难以启齿的生理烦恼、青春的秘密……许许多多看似“不正常”的心理问题，就像一块块石头重重地压在孩子的心上。这些心结长期积郁而得不到释放，就可能出现疑惑、焦虑、惶恐、无奈、挫折等内心体验，甚至出现各种精神性疾病，以及逃学、离家出走、自杀等现象，严重地影响了孩子们的健康成长，令父母们担忧万分。

为人父或为人母的您该怎样做呢？孩子是需要引导的，但问题在于您使用什么方式去引导。怎样做您才能成为孩子的知心人和引路人呢？

本丛书以“案例——分析——建议”的形式，将婴幼儿——小学——中学三个年龄段的孩子在成长中由于生理变化、心理的迅速发展所带来的各种问题，其中包括一些异常的生理、心理现象，一一加以剖析，给您提供科学的养育观念。丛书作者是职业医学心理咨询专家，从心理咨询的角度给您提供了操作性很强的文字分析。医生与您一起说悄悄话，一起分析解决孩子成长的烦恼，勾画孩子心灵的地图；和您一起帮助孩子树立自信，坦然面对生活，拥有人生智慧，迈向成功。

在风和日丽的假日，在细雨如歌的夜里……请翻开此书，它能给您前所未有的，许许多多育儿方面的新理念、新感受、新启发——

您要善于倾听孩子的感受，更多地理解孩子真实的心理需求。孩子每一次远离了一个“心理问

题”，便是一次真正的成长。

给孩子丰富的物质保障，更要给孩子精神的自由和活动的空间。生命需要清新的空气、激情的运动、阳光的爱抚、风雨的涤荡。孩子的生命不是用来填补空白的习题册，更不是任人摆布的活的机械，而是来享受生活的乐趣，感受生命的灵动，欣赏自然的绮丽……这样才能给孩子源源不断的灵感和旺盛、热情的创造力。

家庭甜蜜、民主、亲密无间，有助于孩子体验对社会生活和人际关系美好的感受，养成良好的性格、积极的心态……这些非智力因素是孩子终生取之不尽、用之不竭的财富。您要尽量与孩子多交流，不要以工作忙、没空为借口。其实在我们生活中不乏热衷于打牌、自我寻乐而对孩子敷衍了事的父母，等到发现孩子的“心”渐渐离您远去，却还不明白问题出在哪里。

不要总是习惯用成人的思维方式去判别他们的行为，由此可能产生许多的矛盾、许多的隔阂、许多的误解。当您用尽心机、煞费苦心地希望孩子们照着某种规范和某种模式去生活、去发展的时候，效果竟然是那么微弱，孩子竟然是那么抵触，而您的话语竟然是那么的苍白。因此您要摒弃一些传统观念，才容易走进孩子的内心世界，并发现那里的天地别有一番灿烂和纯净。孩子们的眼睛里都有亮晶晶的东西在闪动，内心都有一个色彩缤纷的世界。

不要动辄打骂孩子，孩子在心灵上产生的不被理解的痛苦和缺少关怀的伤害，可能会延续一生，令明天的您追悔莫及。俗话说：孰能无过？更何况是一个孩子呢。许多孩子犯错，是因为他们还小，不能正确判断自己行为引发的后果；只要您愿意告诉他们怎样做得更好，相信他们一定愿意学习。记住轻轻地、柔柔地告诉他，他能做得很棒。

您必须学会欣赏孩子的每一个闪光点，并不断地给予表扬和鼓励。心理学研究表明：人的生理需要满足以后，心中最本质的需求，就是渴望得到赏识。赏识孩子，是孩子充满自信、走向成功之路的驱动力。教育家陶行知有一句名言：“教育孩子的全部秘密在于相信孩子和解放孩子。”“你真棒”、“我为你骄傲”……这些话对父母来说是举鼎之劳，而对孩子来说却是一件能让孩子兴奋许久的乐事，甚至是影响孩子一生的大事。

请把您的大拇指翘起来吧！赏识孩子、夸奖孩子，不要吝啬您的表扬和鼓励，哪怕只是一个欣赏的目光。

您要经常告诉孩子您很爱他，真的很爱他，让您爱的暖流在孩子的身上流淌，孩子的心会舒展得像一只飞翔的鸟儿。

让孩子在成长中快乐，在快乐中成长。

.....

本丛书图文并茂，形式新鲜。您可以把它放在枕边细细品味，可以作为亲子读物，和孩子一同共

享。那流畅、简洁的文字所表达出的睿智的意味，将带您用心去阅读孩子的心灵，走进孩子的内心世界，做现代社会的新型父母。

2002 年 4 月

目录



用心阅读孩子 (序)	1
作业, 我的债券	1
◇不爱做家庭作业的孩子	
我是“小太阳”	8
◇以自我为中心的孩子	
我才是最棒的	16
◇爱嫉妒的孩子	
我姓“马”, 叫“小哈”	22
◇粗心的孩子	
我真想当“大力水手”	29
◇怯懦的孩子	
“牛皮大王”就是我	36
◇爱吹牛的孩子	
切莫出口成“脏”	43

◇爱说脏话的孩子	
信不信由你	49
◇爱说谎的孩子	
我是一个“电视迷”	55
◇爱看电视的孩子	
糟糕，我又忘了	60
◇丢三落四的孩子	
我不是故意的	66
◇作弊的孩子	
你伤心我快乐	73
◇爱破坏的孩子	
指甲的克星	80
◇爱咬指甲的孩子	
放纵的心灵	86
◇离家出走的孩子	
病中取乐	94
◇爱装病的孩子	
胜利大逃亡	101
◇爱逃学的孩子	
“顺手”岂能“牵羊”	108
◇会偷窃的孩子	
拳头论英雄	119
◇有攻击性行为的孩子	
我真的好累	127
◇学习困难的孩子	

不是我的错	134
◇儿童特殊学习技能发育障碍	
我真的憋不住了	140
◇儿童功能性遗尿症	
不是我喜欢“挤眉弄眼”	150
◇儿童抽动症及抽动—秽语综合症	
“发狠”的秘密	156
◇儿童癫痫症	
痛你没商量	162
◇儿童复发性非器质性腹痛	
我不要上学	168
◇儿童学校恐怖症	
身不由己终有时	177
◇儿童强迫症	
月朦胧，鸟朦胧	184
◇儿童精神分裂症	
说不出的痛	191
◇儿童血管性头痛及非器质性头痛	
“体胖”就能“心宽”吗	198
◇儿童肥胖症	
你真的孤枕难眠吗	205
◇儿童失眠症	
后记	211



作业，我的债券

◇不爱做家庭作业的孩子

小明是某重点小学三年级的学生，个子挺高，是个帅气的小男孩。小明的妈妈十分不快地说：“这孩子自打出世以来，就让人操心不已。”说着，瞪了小明一眼。小明好像听惯了，一副满不在乎的样子。从妈妈的叙述中，我了解到，小明是个独立性很强的孩子，学习不错、足球踢得相当好，是一个挺优秀的孩子。美中不足的是，小明的叛逆性太强，经常做出一些让老师和父母瞠目结舌的事情。“最近这孩子居然不做家庭作业，老师隔三岔五打电话来交代父母，说我们父母不重视孩子的学习。其实，每天我都会问小明家庭作业做完了没有，他每次都回答说做完了，还说他都检查

过了，让我先去休息。我还庆幸自己生了个体谅父母的好儿子。后来才发现，原来小明经常没做家庭作业，每次都以‘作业本没带’‘昨天家里来了客人’‘我表妹把我的作业撕了’等等为借口向老师解释。”小明妈妈说，“不知道他上哪学的，我劝也劝了，骂也骂了，打也打了，可他就是不改。我不可能一天到晚跟在他屁股后面啊，我还有自己的一大摊事情啊。”这时，我注意到小明“哼”了一声，挺不服气的样子，脸上的表情极为复杂。于是，我决定单独跟小明聊一会儿。小明告诉我：“语文老师每回都布置抄写作业，我都会了，还抄什么抄，那明显是弱智孩子才干的事情嘛。而且，老师每次都向我妈告状，我妈每回都是三部曲——先劝、后骂、再打。她都不想想，这种弱智的事情她干不干？”我感觉小明是个挺有思想、挺有主见的小孩，在同龄人中极为少见。

专家分析

不爱做作业的孩子现在可真不少，而且为了不做作业，孩子会想出各种各样的花招，例如告诉父母今天没有布置作业，告诉老师作业没带、作业不小心丢了等等。于是，孩子不爱做家庭作业的问题

就成了困扰教师、父母的一件烦心事。究竟是什么原因导致孩子不爱做家庭作业呢？

学习环境不良是孩子不爱做家庭作业的首要原因。有些父母酷爱打牌、打麻将等，且常在家里开牌局，孩子每天都置身于一个嘈杂的环境中，很难静下心来做作业。而且，父母的这种做法也容易使孩子产生一种想法：父母能玩，我也一样能玩。这必然影响了孩子对学习及作业的看法。

父母的教育方式也很关键。有些父母发现孩子没有做作业，不是先问明原因再做处理，而是一味地采取打骂的方式，引起孩子极大的反感，更讨厌做作业，甚至可能对学习产生厌恶感。还有些父母从来不考虑孩子的想法，认为孩子回到家就该做作业，常常把孩子从游戏中、从电视机旁揪回到作业堆中。试想，孩子的心还没有从游戏中出来，如何能够安心做作业？如何不对作业产生厌恶感呢？

如果孩子讨厌某科目或某科教师的话，也会导致孩子对作业的厌恶感。

作业本身的难易程度同样影响孩子对作业的态度。作业太难，会使孩子产生无助感和一些消极的想法——“反正我都不会做，还不如不做”，失去了攻克难题的兴趣；作业太容易，孩子容易产生自满的情绪，认为“反正我都会了，做不做都一样”，于是更不爱做。

另外，还有些孩子会认为老师布置的有些作业（如抄写多篇课文等）是在做无用功，是在浪费自己的时间，从而产生抵触情绪，不做作业。小明就是如此。

专家建议

父母首先要使孩子明确家庭作业不是老师和父母用来惩罚他们的手段。家庭作业的目的是帮助孩子巩固学过的知识，使他们学会独立完成任务，学会安排时间和承担责任。要让孩子对家庭作业有一个全面的认识。



您要注意改变自己的一些口头禅，如“你再不听话，一会儿罚你做更多的作业！”等。这只能增加孩子对作业的恐惧感，而不是增加对做错事的歉疚感。

父母要力图为孩子创造一个较好的学习环境——明亮、安静，他人不要随意打扰。可以在书桌上给孩子摆放些字典和参考书，供孩子解疑时用。如果父母有一些个人爱好，最好也能另选时间或场所。



您可以专门为孩子布置一间漂亮、舒适且充满“书香味”的房间，让孩子在最舒适的环境中去体会作业的“美妙韵律”。如房间里放一些“公仔”“酷狗”等，告诉孩子：“有这么多的好朋友陪着你做作业，你可要好好表现自己哟。”



父母还可以与孩子共同商定做作业的时间，在商定的过程中孩子有权提出自己的看法，父母必须最大限度地予以尊重。课外作业的时间尽量不要与精彩的电视节目或孩子的活动时间冲突。



好看的儿童电视节目，孩子正看到兴头上时，您切不可命令孩子去做作业！更不能用皮鞭逼着孩子坐在书桌前！

父母应该与孩子多交流，了解孩子白天上课的情况以及家庭作业的情况，了解孩子的时间安排是否合理，与孩子共同制定适合他的有关课外作业和学习的计划。这样做也会让孩子明白父母对他的学习很感兴趣，在一定程度上调动了孩子学习的积极性。同时，父母还应定期与教师联系，了解教师布置家庭作业的情况、完成这些作业需要的时间量以及教师对孩子的希望与要求。需要提醒的是，父母要尽力做一个合格的“帮助者”，即当孩子感觉作业太难，寻求帮助时，父母不要包办代替，也不可不理不睬，而要根据具体情况给予适当的帮助。



您要做一个孩子的“帮助者”，而不是个监督孩子的“警察”。

父母还应该掌握一些有效的方法，如对那些特别爱做游戏的孩子，可以用游戏鼓励孩子学习，以游戏作为孩子完成作业的奖励或采取作业和游戏交替进行的方式。对那些不会安排学习时间或学习方