



张永年
华阳◎著

教养 从心开始

做个了解孩子想法的好家长

注意孩子的情绪、观察孩子的举止、了解他们的想法，做一个“儿童心理学家”。

你想知道孩子衣着行为背后隐藏的真相吗？

你知道孩子比成年人更在意面子问题吗？

你知道听孩子说什么比对孩子说什么重要一百倍吗？……

教养从“心”开始 解密好孩子成长的秘密



世界图书出版公司



教养 从心开始

做个了解孩子想法的好家长

张永年 华阳◎著



世界图书出版公司

图书在版编目 (C I P) 数据

教养从“心”开始 / 张永年, 华阳著. — 广州:
广东世界图书出版公司, 2010.6
ISBN 978-7-5100-1826-8

I. ①教… II. ①张… ②华… 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 (2010) 第067630号

教养从“心”开始

责任编辑: 陈名港 钟加萍

责任技编: 刘上锦

出版: 广东世界图书出版公司

(广东省广州市新港西路大江冲25号大院, 邮编510300)

电话: 020-8445 1013

网址: www.gdst.com.cn

邮箱: pub@gdst.com.cn

经销: 各地新华书店

印刷: 深圳市贤俊龙彩印有限公司

版次: 2010年5月第1版

印次: 2010年5月第1次印刷

开本: 710mm × 1000mm 1/16

字数: 185千

印张: 13

书号: ISBN 978-7-5100-1826-8

定价: 26.00元

邮购电话: 0769-2305 8817

凡本社图书出现印装质量问题, 请与承印厂联系。

 EVERIGHT BOOK 永正图书





前言

FOREWORD

有这样生动的比喻——每个人的一生都要经过三次染色：家庭、学校、社会。其中第一次也是最重要的一次染色就是在家庭中完成的。第一次染色将直接影响到孩子一生的发展。作为父母，大都懂得这个道理，也知道对于孩子的教育，自己有着义不容辞的责任。但是，父母们虽知责任重大，却常常为着如何正确地履行责任、怎样给孩子最好的教育、如何让孩子拥有一个快乐健康的身心而苦恼。其实，很多时候是父母自己夸大了“教育”这个任务的难度，把本来简单的问题复杂化，于是便四处抱怨，自己有个“难教”的孩子。可事实上，孩子真的有那么难教吗？想想看，你过的桥要比孩子走过的路多，吃过的盐可能比孩子吃过的饭多，为什么却会在与孩子的没有硝烟的战场上输个彻底呢？归根结底，还是你没有抓住家庭教育的精髓所在。

有句古语说：知己知彼，百战不殆。战场上是这样，教育上也是这样。一个成功的家长，一定能够看透孩子内心，了解孩子心中所想，然后根据孩子的心理需要有的放矢，而不是像

失败的家长那样盲目地操心，眉毛胡子一把抓，到头来做的都是无用功。这也正是我们这本书的主旨——教养要从“心”开始。

“心”在这里的意思是了解孩子的心理，不只注意孩子正在长的身体，同时还要注意孩子的情绪、观察孩子的举止、了解他们的想法，做一个“儿童心理学家”。也许你会觉得不可思议，如果你这样想了，就不要抱怨为什么总是在同孩子的“斗争”中处于下风。要知道，你的孩子可是把你的心理研究得非常透彻了。想想看，你的孩子是不是非常懂得在你高兴的时候，可以撒娇或要挟，还可以要钱，要物？或者孩子偏食，你却无力纠正；而孩子一吵闹，你就毫无办法只能依从？正因为你没有意识到孩子在观察分析你的心理活动，而同时又常常忽视了主动观察孩子的心理活动规律和特点，于是才导致了在同孩子的心理活动争夺战中打了败仗、当了俘虏，最终丧失了教育子女的主动权。

最后，送给家长一句话：请注意，孩子的每个行动背后都隐藏着一颗心，了解这颗心，你就能教好孩子。

第一篇

当心，你可能被孩子“利用”了

- ★为什么孩子在家和在学校判若两人/2
- ★孩子会牢记在你身上得逞过的手段/4
- ★不惩罚孩子的错误未必是好事/7
- ★孩子的依赖心理是这样养成的/9
- ★请弄清楚孩子突然变乖的原因/12
- ★在你得意的时候别让孩子的撒娇冲昏了头/14
- ★不要让孩子的谎言欺骗你/17

第二篇

孩子衣着行为背后隐藏的真相

- ★孩子的奇装异服代表着什么/22
- ★孩子为什么非名牌不穿/25
- ★注意突然变得讲究穿着的男孩/28
- ★区分女孩子的“爱美”和“臭美”/30
- ★喜欢穿肥大衣服的青春女孩/33
- ★穿衣服与孩子的自卑心理/36



CONTENTS

第三篇

孩子比成年人更在意面子问题

- ★大人要面子，孩子也是/40
- ★和孩子讲话，请放下架子/42
- ★每个孩子都有隐私/45
- ★外人面前，孩子更需要面子/48
- ★不要把孩子丢脸的事情当笑话讲/51
- ★对孩子的成绩视而不见很伤人/54
- ★批评也可以很温和/57
- ★别在不冷静的时候教育他/59

第四篇

模仿是每个孩子的天性

- ★孩子是在模仿中一点点长大的/64
- ★电视与网络带给孩子的是什么/67
- ★家长打人，孩子也会对同学暴力相向/69
- ★父母错了，一定要道歉/72
- ★想要个有礼貌的孩子，就要从自己做起/74
- ★让孩子学会感恩/77
- ★孝顺的家长才能养出孝顺的孩子/80
- ★父母会自嘲，孩子更乐观/82
- ★在原则问题上，不要跟任何人妥协/85

第五篇

听孩子说什么比对孩子说什么重要100倍

- ★要相信，孩子是渴望与你交流的/88
- ★别做孩子的代言人/91
- ★没有比“闭嘴！”更没用的话了/94
- ★为什么孩子和你讲话总是很不耐烦/97
- ★碰上一个唠叨孩子/100
- ★犯了再大的错，也要给他辩解的机会/103
- ★孩子的抱怨反映大问题/106
- ★享受和孩子充分交流的快乐/109
- ★从孩子讲故事中的新发现/112
- ★跟孩子聊聊他的偶像/115

第六篇

成功家长都会利用孩子的好胜心

- ★没有不想当第一名的孩子/120
- ★让孩子在竞争中找到自信/122
- ★肯定孩子所有的进步/125
- ★学会利用孩子的好胜心/127
- ★把失败的权利还给孩子/130
- ★信任你的孩子/133
- ★用善意的谎言鼓励他/136



CONTENTS

第七篇

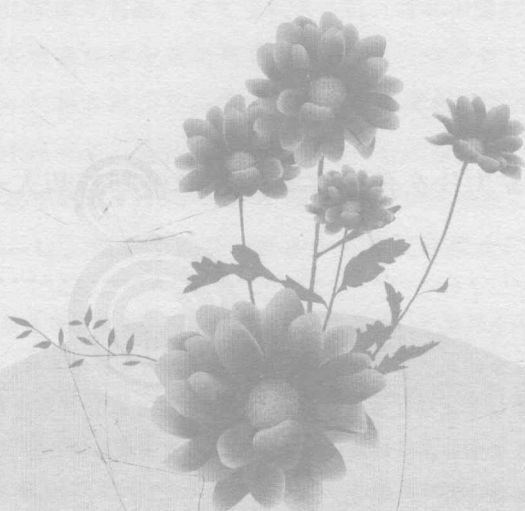
所有的孩子都需要“暗示”魔法

- ★告诉你暗示的神奇力量/140
- ★自信从教育的点滴中来/142
- ★培养孩子坚强的意志/145
- ★让孩子多动手、多尝试/148
- ★站在别人的角度看问题/151
- ★坚持到底，决不放弃/153
- ★物质奖励给了孩子什么/156
- ★相信孩子的能力/159
- ★讽刺、挖苦不是教育/162
- ★做孩子“一诺千金”的榜样/165
- ★欣赏是最好的教育/168

第八篇

优秀孩子必须跨越的心理障碍

- ★孩子叛逆怎么办/172
- ★厌学，不一定是孩子的原因/175
- ★小孩子也会有情绪异常/178
- ★每个孩子都会有恐惧心理/181
- ★不要忽视孩子的哭泣/183
- ★爱发脾气孩子/186
- ★孩子爱慕虚荣怎么办/189
- ★孩子的嫉妒心理/192
- ★家长要注意病中孩子的心理变化/195



第一篇

当心，你可能被孩子“利用”了

★为什么孩子在家和在学校判若两人★

如今的孩子，在家里和学校判若两人的现象比较普遍。有的孩子在学校表现非常好，但是回到家里却表现得很不好；有的孩子在学校里能够认真参加劳动，而回到家里就什么事情都不做。这种在家里和在学校截然相反的表现令家长感到很头疼，也是摆在家长面前的一大难题。

许多孩子在家的表现和在学校里的表现好像是两个不同的人，这个问题是在孩子们身上普遍存在的，也是困扰家长的大难题。

孩子在学校里因为有一定的纪律性，有一种自然的约束，这与所处的环境有关系。而且，孩子都希望在老师面前表现出最好的一面，得到老师的欣赏，而回到家里，就没有那么多的纪律要求了，孩子们在没有纪律要求的情况下就会放松自己，所以在家的表现和在学校才会不一样。作为家长，一方面不要过分溺爱孩子，另一方面要加强与学校的沟通，做到学校教育与家庭教育相一致，这样孩子就不会为了适应不同的要求而养成“两面派”作风。

“小强在家里什么活不干，但是在学校值日挺认真，我们不知道这是为什么。老师，您替我多说说孩子吧！我们做父母的说他，他总是不耐烦。我们好心想劝他读点书，他说老师没布置。您就帮我多管管孩子吧！”家长会上，爸爸妈妈在向小强的老师诉苦。

原来，小强在家在学校表现不一样。在家里不干家务，但是在学校里的值日却做得相当好；在学校里对老师很尊敬、对同学很友好，但是在家里对

父母却很刻薄，经常出言不逊，甚至对家长不敬，这让小强的父母很苦恼。

“学生在家在校表现不一致的现象相当普遍。”老师说，“学生之所以会有这种‘两面派’的表现，主要跟家长的个人生活表现有关，一些家长在谈话中不避讳孩子说一些人情世故的话，以及人前一套人后一套等带来的好处，‘熏陶’得孩子也成了‘两面派’，家里一面学校一面。由于学校和家庭对孩子要求不一致，教育方式不一致也导致学生在家在校表现出了两面性。”

老师还指出，学生这种“两面派”作风的形成，还主要受电视或者电影中一些“两面派”人物的影响，因为这些影视人物为了达到某种目的往往采取的就是“人前一套人后一套”的做法。

“父母总是以教训人的口吻说我，而且没完没了地唠叨，所以父母说我的时候，出于尊重我会哼一声，其实根本就没在意他们说了什么。”小强说，“老师就不同了，他们一般都讲得很有道理，而且总能说到我的心坎上。还有，老师跟我没有血缘关系，老师说我说明老师很在乎我，既然老师很在乎我，那我就得给老师好好表现。”这是现实中的孩子比较普遍的心理。

其实，小强的这种想法在孩子们中间是很普遍的，这就突出了一个问题：家长的家庭教育是失败的。那么，应该怎么解决这个问题呢？

中国儿童中心教育长李新民说，要使孩子在家在校表现一致，家长的教育是一个重要环节。

首先，家长对于自己的孩子不要采取溺爱的教育方式。特别是当今社会的独生子女越来越多，家长对于自己惟一的孩子很可能就过分的溺爱。如果家长过分地溺爱孩子，就会在不知不觉中使孩子形成“我为核心”的思想观念。进而就会导致孩子养成自大、自私和任性等缺点。但是，在学校里，这种优越感就不复存在了，因为同学之间都是平等的，自己的特权也没有了，于是就会导致他们在家里的表现和在学校不一样。因此，家长应改变教育模式，应该让孩子从心里明白自己和家庭成员的关系也是平等的，只有树立了这种观念，才能使孩子在家在校的表现一致。

其次，要注意提高孩子的心理抗压能力，培养孩子的心理调节能力。家长应该有意识地培养孩子承受各种压力的心理素质，培养孩子的心理调适和平衡能力，多为孩子创造自主自立的机会，培养孩子的独立自主能力。在日常生活中，父母还应积极为孩子创造群体环境，使孩子有机会与同龄人交往，培养孩子的集体认同感。对孩子提出的要求应区别对待，该拒绝的应以适当方式加以拒绝，并说明理由，以免孩子产生优越感，养成任性、倔犟的性格。

最后，家长应该更多地给孩子鼓励。对孩子而言，鼓励是一个非常有效的激励方法。在孩子的眼中，老师的鼓励是很重要的，所以家长们要像老师一样鼓励他们，使他们在学校和家里都能感受到前进的动力，那么，他们就会发自内心的去作出改变了。

★孩子会牢记在你身上得逞过的手段★

很多家庭都有被孩子牵制的时候，解决的关键在于，家长是否能够坚持住自己的原则和底线。当孩子还小的时候，如果家长由于过度的溺爱而不和他说不，就算家长发天大的火，孩子也知道你拿他没办法。家长的软肋让孩子发现，就是孩子控制你的开始。这不是谁怕谁的问题，这是界限和规则。任何逾越这些规则和界限的行为，家长都不要妥协。

生活中我们不难发现，即使再小的孩子，也都能通过观察和试验来发现家长在某些方面会对自己让步和妥协。于是，家长这些让步和妥协就变成小孩子“要挟”大人的手段。当家长意识到孩子的这些手段时，却往往不知道孩子什么时候养成这样的习惯。但是，家长们不能忘记，就是你无意间在孩

子的教育上作出了迁就的时候，他们的这种习惯就养成了，他们更知道以后可以利用这招制伏大人。也就是说，他们会牢牢地记住在你身上得逞过的手段，而且他们在某些场合还会再用这些让他们尝到甜头的手段。

“三八”节那天，冯女士10岁的儿子送给她一份特殊的节日礼物——“脚趾骨折”。原来，儿子草草应付作业，对此不满的冯女士叫儿子返工重做，但儿子一边甩脸子抹眼泪，一边不服较劲，矛盾迅速升级。冯女士终于没忍住，抬脚踢了儿子，结果踢到椅子上导致脚趾骨折。

对自己的宝贝儿子，冯女士常常束手无策，苦笑自己“黔驴技穷”。每次遇到儿子不听话，轻则训斥，实在气不过了就动手打。但冯女士说：“打儿子的时候心里像是划了道口子，特别难受，打完就后悔。”

提起自己的儿子，冯女士有“千言万语”。她对儿子从小宠爱有加，儿子7岁之前她和婆婆争着抢着带孩子。母子连心，每次晚上睡觉儿子翻身，冯女士便会不自觉地立刻醒来跑到儿子房间。但是没想到自打孩子进了校门，老师布置第一篇作业起，“痛苦”就开始源源不断。

有一次，儿子感冒了，其实也不太严重，但是冯女士爱子心切，早早的就让孩子休息了。第二天要交的两页阿拉伯数字“1”的抄写作业也没做，当妈妈的不忍叫醒他，找来铅笔，模仿孩子的笔迹，歪歪扭扭地写完。第二天一早，儿子紧张着急，当妈妈的很得意地把已经“完成”的作业交给儿子，儿子直夸“好妈妈”。

自此，这位“好妈妈”对孩子的学习没少忙乎，该签字的签字，该出题的出题，尽可能地和儿子的每一届班主任搞好私人关系。可是她的儿子却经常完不成作业，或者有时候就干脆用装病来逃避，因为他知道他的妈妈很心疼他，他不用因为做不完作业而受到批评。

现在一到周末冯女士的心就开始抖，孩子的作业成了她的包袱。对儿子“无能为力”的冯女士现在只想把儿子交给别人带。今年暑假她打算找个阳刚的男家教，带着儿子去农村把皮肤晒黑，吃吃苦。

最初孩子学会对家长提出要求的时候，总是以试探的方式坚持自己的要

求，如果家长出于某种原因屈服了，那么孩子的任性行为就得到了强化。而且孩子只要尝到了一次甜头，他们就会抓住家长的弱点，继续用任性执拗的方式让家长来满足自己所有的要求。而家长屈服于孩子的无理要求，总有不可辩驳的理由：有的时候为了上班不迟到；有的时候为了摆脱自己在公众场合的难堪；有的时候为了孩子更高兴；有的时候为了孩子不饿着，等等。这样一来就会让孩子更任性，更能轻易地找到“对付”家长的手段。而家长一味妥协，一次次地把问题搁置不去解决，就会腐蚀了孩子成长的根基，为孩子将来的生活埋下了无数的隐患。

家长为了防止孩子这类事情的发生，完全可以跟孩子交代清楚，例如告诉孩子，仅此一次、下不为例等。那么在孩子们要想故技重施的时候，就有了一个限定的范围了。而且家长要说到做到，如果下一次孩子再用类似手段的时候，一定要履行和孩子的承诺，这样就不会让孩子再用相似的手段来投机取巧了。

有些孩子的手段，并不一定就是他们自己想出的，他们可能会根据家长的态度来选择做事情的方法。但不管怎样，孩子会牢牢地记住在家长们身上得逞过的手段，因为他们体验过这种手段的成功之处。孩子们都还很小时，他们为了达到某件事情的目的往往是很直接、很单纯的，他们不会用大人的思维来思考问题，更不会理解凡事都有个“度”的原则。所以，在他们的手段得逞并屡试不爽之后，就会养成一定的习惯，而这种习惯往往是不好的习惯，家长纠正起来很困难。

★不惩罚孩子的错误未必是好事★

孩子处在认识世界的懵懂阶段，他们犯错误是在所难免的。孩子的错误需要区别对待，如果孩子的错误已经涉及到了品质问题，那么不给孩子一点小小的惩戒的话，孩子也许不会牢记自己的错误。

在很多外国人的眼中，中国人大部分是没有责任感的，这也是我们要解决的问题之一。没有责任感那是因为从小的时候开始，家长的教育中就没有给孩子灌输这种责任意识，以至于孩子们从小就不知道自己该承担什么样的责任。孩子闯了祸，大多数的家长都会包庇、纵容，这样导致孩子永远不会意识到他们犯的错误。所以，家长要让孩子承担相应的惩罚，让孩子知道犯了什么样的错误就应该承担什么样的责任。

现在的很多孩子简直如同宝贝一样，摸不得，碰不得，而他们的法律观念又得到了增强，弄得家长倒不敢在他们犯错误的时候去惩罚他们。还有个别情况就是在惩罚孩子的时候，家长的父辈们不同意，往往会站出来护着他们的孙辈，这让很多家长在教育孩子的时候投鼠忌器。虽然家长们会由于各种各样的原因不去惩罚孩子的错误，但是，纵容孩子的错误是很危险的。对于孩子的错误，一定要让他们自己有所认识。

曾经有过这样一则故事：有一个犯人，犯了抢劫杀人罪，被判了死刑。在他被执行死刑之后，狱警在他的牢房里发现了一封遗书，是这样写的：

“我恨我的母亲，我能有今天，全都是我的母亲造成的。”