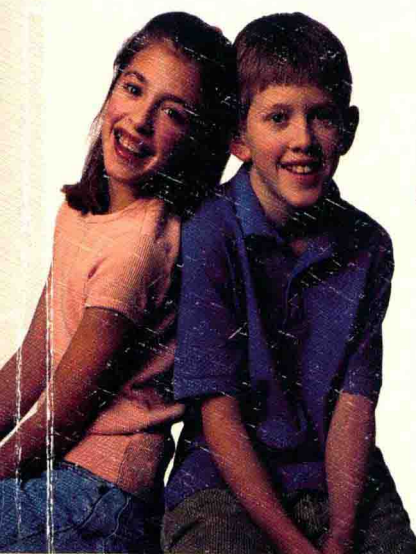


Why do children How to do parents

孩子为什么 家长怎么办

80种孩子成长问题的解决方案



王春永◎著

为什么不要夸孩子聪明

孩子喜欢网聊怎么办
孩子交了“坏朋友”怎么办
爱写日记有坏处吗
孩子写作业慢怎么办
学英语越早越好吗
.....



中国发展出版社
CHINA DEVELOPMENT PRESS



孩子为什么 家长怎么办

80种孩子成长问题的解决方案

王春永◎著



中国发展出版社
CHINA DEVELOPMENT PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子为什么 家长怎么办: 80 种孩子成长问题的解决方案/王春永著. —北京: 中国发展出版社, 2012. 7

ISBN 978 - 7 - 80234 - 806 - 6

I. 孩… II. 王… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 154225 号

书 名: 孩子为什么 家长怎么办: 80 种孩子成长问题的解决方案

著作责任者: 王春永

出版发行: 中国发展出版社

(北京市西城区百万庄大街 16 号 8 层 100037)

标准书号: ISBN 978 - 7 - 80234 - 806 - 6

经 销 者: 各地新华书店

印 刷 者: 北京科信印刷有限公司

开 本: 880 × 1230mm 1/32

印 张: 10.125

字 数: 265 千字

版 次: 2013 年 1 月第 1 版

印 次: 2013 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 32.00 元

咨询电话: (010) 68990642 68990692

购书热线: (010) 68990682 68990686

网 址: <http://www.developress.com.cn>

电子邮件: fazhanreader@163.com

版权所有·翻印必究

本社图书若有缺页、倒页, 请向发行部调换

前言 Foreword

从心教育孩子

几个小时以前，我还在参加一所学校的公开课。老师们准备得很认真，讲解也很细致，学生们学得也很卖力，但是总觉得哪儿不对劲。

哪儿不对劲呢？一切都进行得有条不紊，气氛也称得上活跃，结束得也无可指责。然而，在一节45分钟的课堂里，似乎只是老师在挑选少数几位学生，配合着完成一项演示任务。不得不说，面对40个孩子，这可能是保证不出差错地完成一堂课的最佳方式。然而这还是教育吗？孩子呢？孩子的心呢？

孩子是祖国的花朵，但是教育孩子不是培育花朵给人看。每个孩子都有自己的心理特点，都有自己的成长节奏和规律，但是老师和家长，却不得不按照一个模子去培育“美丽的花朵”。这种美丽，是有标准答案的，是不允许出现差错的。

在这样流水线式的培养模式上，孩子的心被忽略了。要让孩子快乐成长，必须从心教育他们。

一位有成就的科学家，曾经回忆自己创造能力的来源。他说，在他差不多2岁时，曾经试图将一瓶牛奶拿出冰箱，但光滑的瓶身使得



他失手了，瓶子落在了地上，溢出的牛奶在厨房的地板上流得到处都是。

他的母亲进到厨房中，没有冲他大吼大叫，也没有说教或惩罚他，她只是说：“罗伯特，你弄出了一堆多么奇妙的东西呀！我几乎还从来没见过这么大一洼牛奶呢。嗯，既然损失已经造成了，你要不要在我们清理以前在这洼牛奶中好好地玩一会儿呢？”

他真的就地趴下在牛奶中玩。过了一会，母亲说：“你知道吗，罗伯特，无论什么时候，当你弄出这样的脏乱场面，最终你都得清理干净，并且把所有事情恢复到正确的顺序。所以，你想怎么清理呢？我们可以用一块海绵，一条毛巾或一只拖把。你想用哪种工具？”他选择了海绵，然后和母亲一起清理干净了满地的牛奶。

还没有完，母亲接下来又说：“你知道吗，我们刚才所经历的是一次失败的经验，就是怎么能够有效地用两只小手握住一大瓶牛奶。走！我们去后院，把瓶子装满水，看看你能否想出一个办法握住而不使它掉下来。”

2岁的他通过实验了解到，如果用双手在盖子下面的颈部握住瓶子，就不会掉下来。

每个孩子在成长过程中都会出差错，也会出问题。对他们来说，真正的危险不是差错和问题，而是他们的父母不知道如何面对这些差错和问题。

当孩子出问题时，很多父母习惯于用成人世界的规则来解释和应对：他这么做只是为了引起大人的注意；他只在乎他自己；他在挑战

我们的耐性；他本来很聪明，如果想的话能做得更好；等等。

殊不知，这样的解释和应对，是在给孩子的心灵贴上诸如“固执”、“任性”、“不肯妥协”、“不讲理”、“不听话”、“想引人注目”、“没有控制力”甚至“叛逆”一类的标签。这样的标签，往往事与愿违，把孩子引向更加“任性”或“固执”的方向……

另外，即使不是出问题时，父母们也面临着很多困惑：孩子是不是越早识字越好？怎样激发他的学习兴趣？甚至，当父母离异时如何让孩子面对？等等问题，都需要心理学的知识和技巧恰当处理。一个问题处理不好，一则影响孩子成长，二则会导致亲子关系紧张。

本书采用问答的方式，运用教育心理学的研究成果，从人格培养、学习技巧、沟通社交等八个方面，解答了在教养孩子过程中遇到的种种困惑。在一问一答中，提出了掌握孩子成长规律、走进孩子内心的意见和建议，是一本集心理学知识和教养经验的科学教子宝典。

作者

2012年10月



目录 Contents

Chapter 1

抢跑的孩子未必有后劲

鸡尾酒学习法

01 学习可以打歼灭战吗 / 002

集中学习证明是最糟糕的学习方法。把不同的内容混合在一起学习，效果要好得多。

思维定势效应

02 孩子不爱动脑筋怎么办 / 005

一旦孩子按父母和老师的标准学会了找“标准答案”，也就形成了思维定势。

非学校教育

03 在家上学可行吗 / 009

在家上学，比在教室里接受老师讲授知识，更能提高孩子的学习能力，使孩子把责任意识与学习结合起来。

饥饿教育法

04 怎样激发孩子的学习兴趣 / 013

越是不好接触的东西，越有诱惑力；越是不让知道的东西，越觉得神秘，越想知道。

聚光灯模型

05 怎样让孩子学会专注 / 017

孩子无法在一定时间内专注于一件事，是因为他们的大脑发育还不成熟。决定专注能力的大脑额叶皮质，直到青春后期才能完全形成。

瓦拉赫效应

06 孩子学习偏科怎么办 / 022

孩子的智能发展是不均衡的，都有智慧的强点和弱点，要求他们各科成绩齐头并进是不现实的。



07 多元智能理论

孩子学英语越早越好吗 / 027

语言的过度训练能把人的大脑格式化。莫让语言训练阻碍了孩子创造能力的发展。

08 带体温的阅读

抱着孩子读书有道理吗 / 030

当你给孩子讲故事时，传递的不仅是故事信息，你的体温、神态和声音也同时传递给了他。

09 学习障碍

孩子阅读困难怎么办 / 033

应对读写困难的最好方法，就是使用多感官方式，将听觉、视觉和触觉学习方法结合起来，教孩子技能和概念。

10 蔡戈尼效应

孩子不喜欢阅读怎么办 / 036

人都有一种自然倾向去完成一个行为单位，如解答一个谜语，读完一本书等，这种“心理张力”可以使人经常处于“适度紧张”状态，从而保持积极的心态。

11 易感效应

孩子喜欢反复看一本书好吗 / 040

在反复的阅读中，由于先前的阅读已经改变了阅读者的知识结构，再读一遍，他就会更容易觉察书中所包含的潜在意义。

12 朗读记忆

读书是出声好还是不出声好 / 044

如果孩子需要记忆某篇文章的一些内容，他应该先找出那些最重要的信息，大声地读出它们，以便更好地记牢它们。

13 有意义学习

孩子是不是越早识字越好 / 047

父母完全没必要在学龄前给孩子太多的“知识灌输”：会做多少算术题、能识多少个字或者能背多少首唐诗，这些都不是很重要的。



14 字如其人

现在还有必要教孩子练写字吗 / 051

比起用键盘打字的孩子，用手写字的孩子们能用更多的词汇，写得更快，还能表达更多的意思。

Chapter 2

情商比智商更重要

15 延迟满足

怎样培养孩子的耐性 / 056

耐性或者说自控力，不仅能防止孩子吃掉一整袋薯条或者把信用卡刷爆，甚至可以决定孩子将来是得到一份好工作还是去坐牢。

16 钟摆效应

孩子经常发脾气怎么办 / 061

经常发脾气不是孩子的错，只是他成长过程中的一种学习障碍。

17 淬火效应

怎样让孩子面对挫折 / 065

过于幸福的童年，常常会造成不幸的成年。

18 德韦克实验

为什么不要总夸孩子聪明 / 070

与赞扬孩子努力相比，赞扬他聪明对他的学习动机有更多的负面效果。

19 赏识教育

怎样让孩子学会自我赏识 / 075

运用赏识的原则是，要帮助孩子从自己的行为中获得满足和动力。

20 禁果效应

怎样对孩子进行性教育 / 078

如果父母对性抱有清晰和健康的态度，那么孩子的这类问题很容易回答。



21 死亡提醒

怎样教孩子认识死亡 / 082

对死亡视而不见、自欺欺人地希望它永远不会来临，这种态度对孩子是有害无益的。

22 情绪记忆

孩子爱写日记好不好 / 085

网络日志或博文，可以让孩子获得与写日记一样的好处，而且能够获得更多的社会支持，并能改善社会关系和自身的归属感。

23 跨栏定律

孩子个头太矮怎么办 / 089

人一旦发现自己的弱点，必然会产生一种弥补的机能与心理，反而成为个人发挥潜能、超越他人的一股力量。

24 蛋壳效应

孩子总是怕输怎么办 / 093

怕输的孩子，往往也是过于注重别人评价者。只有独立的自尊心，才能让孩子摆脱蛋壳效应。

25 萨盖定律

家长教育观念不同怎么办 / 097

一个孩子无法接受父母双方不一致的教育，因为他将无所适从。

26 示弱效应

怎样提高孩子的自理能力 / 100

适当地向孩子“示弱”，更能拉近你与孩子的心理距离，并使孩子在各方面能干起来。

27 自我效能感

怎样培养孩子的自信 / 104

孩子以多大的精力和耐心达到目标，相比他的实际能力，可能更多地取决于他的自我效能感。

Chapter 3

习惯比成绩更重要

7 ± 2 效应

28 好记性不如烂笔头吗 / 110

做笔记的好处，也许并不在于笔记本身，而是因为做笔记这个动作本身，有助于指引并稳定学生的注意力，加强他们对学习内容的理解。

第 10 名现象

29 孩子学习成绩不好怎么办 / 114

第 10 名左右的小学生，有着难以预想的潜能和创造力，让他们未来在事业上崭露头角，出人头地。

反拨效应

30 考试多对孩子好不好 / 118

测试不仅测试了孩子知识的掌握程度，还改变了它们，而且往记得更牢的方向上改变。

叶克斯 - 道森定律

31 为什么会出现考场发挥失常 / 121

当焦虑水平为中等时发挥得最好，这时人的紧张和焦虑对能力发挥有促进作用；不过，当人紧张过了头，焦虑水平超过限度时，又会对能力发挥产生阻碍作用。

动机拥挤效应

32 应该给孩子发奖金吗 / 126

奖金固然可以强化某种良性行为，但它也存在巨大风险：可能侵蚀孩子对学习的内在兴趣，使孩子只对奖金感兴趣，而对行为本身失去兴趣。

空白效应

33 怎样让孩子主动做作业 / 129

孩子学习主动性差，往往不是因为介入和督促太少，而是因为督促过分。父母和孩子形成了支配与被支配的关系，孩子也就失去了发展自我管理能力的空间。



34 免疫效应

考前突击比平时学习效果更好吗 / 133

当发生了显著遗忘后再进行复习，学习者因为发现了遗忘的内容，就能强化复习的动机。

35 迁移效应

孩子不会举一反三怎么办 / 136

要学一件东西，必须主动运用学习的正迁移效应，通过灵活的思考运用到其他相类似的东西上。

36 橡皮综合征

孩子写作业马虎怎么办 / 139

因为不能用橡皮，结果就逼着孩子们一下笔就必须认真工整，写作业非常专心，错误率大大下降。

37 从众效应

孩子考试作弊怎么办 / 142

周围的人是不是作弊，对孩子有巨大的影响。看到朋友作弊时，他们就会忘记这是不道德的，从而有很大机会去效仿。

38 南风法则

怎样让孩子不再厌学 / 146

只有找到了孩子需要什么，才能从“表现目标导向”转为“学习目标”。

39 遗忘曲线

怎样帮孩子安排复习时间 / 149

笔记最好下课之后才开始记，以强迫自己回忆课上讲过的东西；而不是在课堂上记，黑板上有什么抄什么。

40 高原现象

孩子学习成绩为什么时好时坏 / 152

孩子在学习某一学科或其他领域的知识时，开始能看出较明显的效果，后来会出现继续努力却收效不大的情况。

41 感官协同效应 怎样学习才能事半功倍 / 155

孩子在学习的时候,参与的感官越多,所得到的信息就越丰富,所掌握的知识也就越扎实。

Chapter 4 怎样说孩子才会听

K. I. C. K. 原则 42 父母能厉声斥责孩子吗 / 160

在管教孩子的时候,务必要心平气和 (Kind)、立即 (Immediate)、一致 (Consistent), 然后又心平气和 (Kind)。

自己人效应 43 孩子不愿意沟通怎么办 / 163

只有拉近与孩子的心理距离,孩子才会消除心理压力,不会对父母存有戒心。

超限逆反 44 为什么孩子听不进我的话 / 167

人天生要追求多样和丰富,呆板单一的方式容易使人产生厌恶和反感情绪。当信号刺激达到一定程度,超过人的心理承受能力时,人就会产生逆反和抗拒。

欧弗斯托原则 45 怎样有效地说服孩子 / 171

说服孩子的时候,开头就让他不反对,是实在要紧不过的事。

赫洛克效应 46 表扬和批评哪个更管用 / 174

及时对孩子的学习结果进行评价,能促进孩子的学习动机。适当表扬的效果明显比批评好,而批评比不予任何评价要好。



47 罗森塔尔效应

怎样用期望改变孩子 / 178

更积极的期望和赞扬，一旦通过情感、语言和行为传染给孩子，可以使他们在各方面取得异乎寻常的进步。

48 阿伦森效应

应该怎样批评孩子 / 182

对孩子只是褒扬或者先褒后贬，都会显得虚伪而没有说服力；而先贬后褒的策略，则会显得客观与有诚意。

49 火炉法则

应该怎样管教任性的孩子 / 186

如果孩子在生活中违了规，就应像碰触到了烧红的火炉，一定会受到惩罚。

50 自然惩罚法则

孩子跟大人对着干怎么办 / 190

当孩子在行为上发生过失或者犯了错误时，父母不给予过多批评，而是让孩子“自作自受”：体验到痛苦的责罚，强化痛苦体验，从而吸取教训，改正错误。

51 同胞效应

孩子怪我偏心怎么办 / 194

某个孩子的特别得宠，往往会给全家造成不幸。无论是对哪一年龄段的孩子，这种不公正都会带来负面影响。

52 特里法则

错怪了孩子应该怎样解释 / 198

一次错误并不会毁掉以后的道路，真正会阻碍你的，是那不愿意承担责任、不愿意改正错误的态度。

53 应激反应

怎样让孩子面对父母离婚 / 201

理智的离婚，可让孩子知道你可为他付出爱，但是不能牺牲自己，一个人首先要对自己负责。



Chapter 5

成长比成功更重要

54 鲶鱼效应

孩子竞争意识差怎么办 / 206

如果盲目地鼓励孩子竞争，却没有让孩子了解到竞争的意义，恐怕会适得其反，导致孩子过度竞争或恶性竞争。

55 社交恐惧

孩子不肯打招呼怎么办 / 210

不要当着别人的面指责和嘲笑孩子。当众的批评不但于事无补，还会加深孩子对他人的恐惧。

56 避雷针效应

孩子被欺负怎么办 / 213

当孩子受到欺负时，父母应该让孩子学会自我保护，勇敢地向欺负他的孩子表明自己的态度：我不是软弱可欺的。

57 链状效应

孩子交上了“坏朋友”怎么办 / 216

父母不应该替孩子决定与什么人交往，但是有责任教给孩子交往的原则和方法。

58 罗密欧与朱丽叶效应

孩子“早恋”怎么办 / 219

每个人都愿意对自己的行为拥有控制权，而不喜欢有人限制他们的自由。当自由受到限时，他们会采取对抗的方式来保持自由，消除不舒服的感觉。

59 棘轮效应

怎样培养孩子的金钱观念 / 224

孩子越早接触金钱观念，就越能在长大后比其他孩子有金钱责任。





Chapter 6

别让小毛病变成大麻烦

60 爱抚效应

孩子害怕打针怎么办 / 230

对于孩子来说，与孩子身体的接触可以帮助他减轻对疼痛的感觉。

61 瑜亮情结

孩子嫉妒心太强怎么办 / 234

当孩子被嫉妒心所困扰时，如果帮助他适当调整自己的心理，其消极作用就会比较微弱和短暂。父母切不可火上浇油，强硬批评和指责。

62 钝感力

孩子性子太慢怎么办 / 238

钝感力可以使人迅速忘却不快之事、坦然面对流言飞语、面对表扬不会得意忘形、对嫉妒讽刺常怀感谢之心，以及认定目标即使失败仍要继续挑战。

63 羊群效应

孩子没有主见怎么办 / 242

聪明的父母会在孩子不成熟的想法里，引导他发现其中的问题，使他们尝到独立思考的乐趣。

64 21 天法则

孩子小动作多怎么办 / 246

人的行为暗示，经 21 天以上的重复会形成习惯，而 90 天以上的重复，会形成稳定的习惯。

65 自我中心化

孩子很自私怎么办 / 250

小孩有权处理自己的东西，分享是他的优点，不分享不是不对，抢别人东西才是不对。所以我们教他分享的好处，让他知道分享是一件快乐的事，自私的人很难交到朋友。



66 木桶效应

孩子挑食怎么办 / 254

如果孩子自己决定吃什么，并带孩子一起买菜或做饭，会给孩子一种掌控自己饮食的感觉，他会更愿意吃他自己选择的食物。

67 防御反射

孩子爆粗口怎么办 / 258

当孩子在生气、受挫折、失望时，也会偶尔讲粗口并表现得粗野无礼。父母在这种情况下最好还是克制自己，先了解一下孩子从哪里学到的这些粗话，以及他的情绪的由来。

68 皮诺曹现象

孩子喜欢撒谎怎么办 / 261

不同年龄段的孩子撒谎，代表着不同的含义。

69 自我呈现

孩子喜欢上网聊天怎么办 / 264

把互联网看做是孩子的一种食物，只需要控制好“数字卡路里”的摄入量，别让孩子吃过量就是了。

70 Google 效应

孩子应该怎样利用网络信息 / 267

对于人类特别是孩子来说，如果过分依赖从搜索引擎获取答案，在记忆方面会表现得不够勤奋。

71 附带学习

应该禁止孩子玩电子游戏吗 / 270

玩家在游戏中不仅获得了快乐，同时也无意中自主学习了不少知识：他们得到了良好的空间思维能力，能够同时处理大量的图形信息，在让人迷惑的立体空间中穿行，也提高了思维的协调能力。

72 印刻效应

看电视对孩子的影响大吗 / 273

孩子花在电视屏幕上的时间越多，他们的注意力问题越多。

