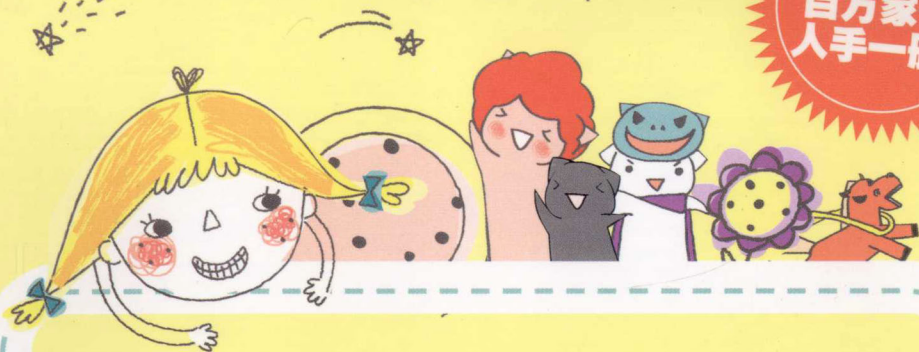


风靡亚洲，
百万家长
人手一册！



부모들이 읽는 아이들 생생 심리학

傻笑着读懂 亲子心理学

[韩] 李小洛 著 千太阳 译

心理学知识+趣味插画+生动案例=

父母最想拥有的快乐教子宝典

韩国超人气心  点击量过亿！

❶ 了解心理学，读懂孩子心 ❷ 巧用心理学，教出好孩子



傻笑着读懂 亲子心理学

[韩] 李小洛 著 千太阳 译



부모들이 읽는 아이들 생생 심리학
Copyright © 2010, Lee, So-ra (李So-ra)
Chinese simplified language translation rights © 2012, HUA ZHANG TONG REN, a
subsidiary of CPG
Chinese simplified language translation rights arranged with Andbooks
through Imprima Korea Agency and Qiantaiyang Cultural Development (Beijing) Co., Ltd.
ALL RIGHTS RESERVED.

版贸核渝字(2011)第225号

图书在版编目(CIP)数据

傻笑着读懂亲子心理学 / (韩) 李小洛 著; 千太阳 译. —重庆:
重庆出版社, 2012.2
ISBN 978-7-229-04625-5

I. ①傻… II. ①李… ②千… III. ①家庭教育—通俗读物
IV. ①G78-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第216912号

傻笑着读懂亲子心理学

SHAXIAOZHE DUDONG QINZI XINLIXUE

[韩] 李小洛 著

千太阳 译

出版人: 罗小卫

策 划: 廖华章同人

出版统筹: 陈建军

责任编辑: 陈 丽 刘美慧

营销编辑: 杨鑫垚 王 新

责任印制: 杨 宁

封面设计: 木马视觉

 重庆出版集团 出版
重庆出版社

(重庆长江二路205号)

中青印刷厂 印刷

重庆出版集团图书发行有限公司 发行

邮购电话: 010-85869375/76/77转810

E-mail: bjhztr@vip.163.com

全国新华书店经销

开本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 18 字数: 233千

2012年5月第1版 2012年5月第1次印刷

定价: 39.80元

如有印装质量问题, 请致电023-68706683

版权所有, 侵权必究

一起来吧~!



自序



《傻笑着读懂亲子心理学》问世啦！
(这次是有关父母与孩子的心理学故事。)

父母与孩子之间的问题一向很棘手，也很多，
让我们一起跟着这本书，成为心理学的粉丝吧。

书中有些是在《傻笑着读完心理学》中提及的知识，
大部分内容在部落格中都有涉及，
有任何不理解的问题，可以随时访问我的部落格。

<http://blog.naver.com/eji0303>

部落格地址在这里！



最后，由衷地感谢百忙中欣然同意帮我审校本书的

加图立大学心理学教授郑润京教授。

另外，还有那些在这本书出版问世前，
在部落格上给予我很大支持和鼓励的朋友们。

在这里，向他们致以最真诚的感谢！



还有，感谢时刻给我活力的挚友们，
大学院36期的同学们，以及同宿舍的姐妹们！

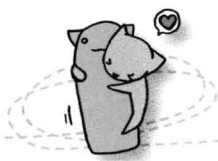
爱你们！



目 录 CONTENTS

自序

性格心理学 改变孩子性格



要培养孩子的道德观，现在就开始准备镜子 019

测试孩子自制力的糖果实验 016

好的社会性参考，你给孩子了吗 021

面对别人嘲弄的目光，孩子该怎么办 026

现在开始改变，让孩子学会正确的归因方式 031

懂得自我尊重的孩子才能成功 037

还没尝试就说要放弃的孩子，该怎么教导 043

关爱接触对孩子的心灵成长很重要 050





学习心理学 有效提高成绩

SQ3R，掌握最有效的阅读技巧 058

和孩子一起规划作息时间表，执行起来效率高 064

学习动机太强，学习效果反而会降低 069

用图像训练帮助孩子，解决考前紧张问题 075

看手指就能看出孩子的未来 079

还在以学校的“考试成绩”来评价孩子的能力吗 086

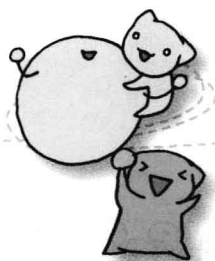
考前熬夜突击，要警惕记忆逆向抑制 093

不定时奖励，更能激发孩子的学习动力 097



- 你的孩子是否有自我设障心理 101
- 学习外语，并非年龄越小越好 105
- 家庭装修环境会对孩子的注意力程度产生影响 112
- 想让孩子记住更多的东西，不能只问日常琐碎的事情 117
- 上同一所学校，听一样的课，成绩为何参差不齐 122
- 想让您的孩子比别人的孩子更聪明，只需多走半步 132
- 过度早期教育会毁了孩子的 139
- 学习时有杂念，用小纸条消退它 143

对话心理学 解读孩子的内心



称赞的时候不要一边夸奖一边唠叨 152

就一件事反复提醒，只会降低说服力 157

要让孩子听话，就不要用“绝对”这个词 160

在指责过错时，要加入适当的夸奖 166

用惩罚的方式纠正孩子的错误行为，要把握好正确的时间点 171

像皮格马利翁一样对孩子充满期待 180

给孩子以正确的回应，可以改变孩子的性格和成绩 185

盲目给予奖励，会降低孩子的主动性 195

改掉一边看电视一边吃饭的习惯 201

当孩子觉得压力大时，父母的歌声是最好的特效药 205



人际关系心理学 让孩子的人缘更好

在和睦的家庭中长大的孩子更有爱心 210

出现紧急情况时，向一个指定的人求助 215

兄弟姐妹的和平相处，从友善的第一次见面开始 222

和孩子一起玩游戏，体会与人相处的乐趣 227

父母的依恋心理也会遗传给孩子 234

怎样做才能让孩子拥有安全型依恋心理 237

我的依恋类型（父母篇） 247

调控自己的情绪，给孩子安全型的依恋感 249

孩子性格散漫，难道是ADHD 256

在群体关系中，一定要学会分担 265

如何缓解孩子面对失败时的压力 270

与过度的自由相比，适当的管教才对孩子更有利 279



心理学术语

焦点效应	030
习得性无助感	049
SQ3R	063
学者症候群	092
逆向抑制	096
自我设障	104
过度学习障碍	142
社会助长作用	149
回跳效应	149
暂停法	179
皮格马利翁效应	184
内在动机、外在动机	200
旁观者效应	221
ADHD	264

一起来吧~!



自序



《傻笑着读懂亲子心理学》问世啦！
(这次是有关父母与孩子的心理学故事。)

父母与孩子之间的问题一向很棘手，也很多，
让我们一起跟着这本书，成为心理学的粉丝吧。

书中有些是在《傻笑着读完心理学》中提及的知识，
大部分内容在部落格中都有涉及，
有任何不理解的问题，可以随时访问我的部落格。

<http://blog.naver.com/eji0303>

部落格地址在这里！



最后，由衷地感谢百忙中欣然同意帮我审校本书的

加图立大学心理学教授郑润京教授。

另外，还有那些在这本书出版问世前，
在部落格上给予我很大支持和鼓励的朋友们。

在这里，向他们致以最真诚的感谢！



还有，感谢时刻给我活力的挚友们，
大学院36期的同学们，以及同宿舍的姐妹们！

爱你们！



目 录 CONTENTS

自序

性格心理学 改变孩子性格



要培养孩子的道德观，现在就开始准备镜子 019

测试孩子自制力的糖果实验 016

好的社会性参考，你给孩子了吗 021

面对别人嘲弄的目光，孩子该怎么办 026

现在开始改变，让孩子学会正确的归因方式 031

懂得自我尊重的孩子才能成功 037

还没尝试就说要放弃的孩子，该怎么教导 043

关爱接触对孩子的心灵成长很重要 050





学习心理学 有效提高成绩

SQ3R，掌握最有效的阅读技巧 058

和孩子一起规划作息时间表，执行起来效率高 064

学习动机太强，学习效果反而会降低 069

用图像训练帮助孩子，解决考前紧张问题 075

看手指就能看出孩子的未来 079

还在以学校的“考试成绩”来评价孩子的能力吗 086

考前熬夜突击，要警惕记忆逆向抑制 093

不定时奖励，更能激发孩子的学习动力 097

