

请蹲下来，倾听孩子的声音

孩子究竟要什么

——心理专家帮你解读孩子心理

明天 著

好父母要懂心理学
父母是孩子最好的心理咨询师



中央广播电视大学出版社

孩子究竟要什么

——心理专家帮你解读孩子心理

明天 著



中央广播电视大学出版社

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子究竟要什么：心理专家帮你解读孩子心理 / 明天著.

—北京：中央广播电视大学出版社，2012.8

ISBN 978-7-304-05615-5

I. ①孩… II. ①明… III. ①家庭教育—教育心理学

IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 164437 号

版权所有，翻印必究。

孩子究竟要什么——心理专家帮你解读孩子心理

明 天 著

出版·发行：中央广播电视大学出版社

电话：营销中心 010-58840200 总编室 010-68182524

网址：<http://www.crtvup.com.cn>

地址：北京市海淀区西四环中路45号 邮编：100039

经销：新华书店北京发行所

策划编辑：翟永存

责任版式：张利萍

责任编辑：翟永存

责任校对：王 亚

责任印制：赵联生

印刷：北京云浩印刷有限责任公司

版本：2012年8月第1版

2012年8月第1次印刷

开本：169mm × 239mm

印张：17.25 字数：219千字

书号：ISBN 978-7-304-05615-5

定价：32.00 元

（如有缺页或倒装，本社负责退换）



自序

孩子，妈妈懂你

我是一个10岁孩子的母亲，在和孩子相处的过程中，我常常会被自己感动得要流泪。

出差了，给儿子打电话。儿子说：“妈妈，我想你。你想我吗？”我一直羞于启齿的情感，儿子却表达得如此自然。那一刻，我想流泪。

儿子说：“周末想约某某同学来玩。”我说：“行啊，他答应了吗？”“他要我先问问你，我告诉他，我妈一般不反对我的意见。”儿子掩饰不住他的自豪。那一刻，我想流泪。

儿子将自己的外套丢了，只穿一件毛衣回家。我说：“你不着急吗？你不担心妈妈怪你吗？”儿子平静地说：“我找了两遍没找到，我不是故意的，你肯定不会怪我。”那一刻，我想流泪。

儿子迷上了漫画书，我精心给他挑选各类经典漫画，儿子勾住我的脖子：“老妈，你太好了！”那一刻，我想流泪。

.....

我自认为不是一个情感特别丰富的人，但这些生活中的点点滴滴却常常让我的眼眶发热，我为自己而感动。我的童年估计和很多成人的童年一样，过得非常压抑。父母对我的要求很苛刻，对我提出的小小要求——一个红色的蝴蝶结或者去同学家玩玩，他们都会立即拒绝，拒



绝的理由并不充分，但是他们却轻而易举地欠了我很多“债”，直到现在，我都无法释怀。他们将钱财看得比我的眼泪更重要，我丢掉10元钱，他们会念叨很久。也许，他们看重的并不是10元钱，他们只是想惩罚我。惩罚自己的孩子也许能排解他们对生活的焦虑吧。他们对我流露出来的喜怒哀乐经常报以嘲笑和否定，于是，我学会了隐藏自己的情感，成为没有表情、更不敢表达情感的有些“木”的人，即使亲爱的奶奶过世，我也装作若无其事。

太多的委屈积聚于心，小的时候不懂那是为什么，心想，这就是人世间的平等吧，父母永远有绝对的操控权，而孩子永远只能被操控。现在，我长大成人，童年的积郁带来的副作用也深深地烙进了我的性格中，我讨厌它，却甩不掉它——有些自卑，患得患失，些许的冷漠，不敢表达情感。既定的性格是你自己的命运，我不会怨谁，我只是奢望如果能再做一次小孩，可不可以不再让我那么痛。

所以，当我面对自己孩子的时候，我希望他不必再受那些无意义的委屈，不要再那么痛。所以我会鼓励他表达，我会说给他听：宝贝，妈妈爱你；做给他看，将哭泣的他搂进怀里轻轻抚摩；当他做错事，我会以平和的情绪引导他，让他有充分的安全感；对他提出的任何要求，在不涉及原则问题时，我都会尽量满足；我给他最少的约束，周末的时间，他完全自由支配，我不送他上任何培优班；平时，他想约谁来家里玩都可以，怎么玩我也不干涉。所以，当孩子表现出那份从容、淡定、自信、快乐、满足时，我会想哭，为自己曾经给予他的那份豁达、慈爱、温暖、自由、平和而感动。

有人说，你是心理咨询师，你的孩子当然会非常优秀。我说，不是的，我只是以曾经的小小孩身份来做母亲，想孩子之所想，解孩子之所难。我认为，一个好母亲的最高境界是让自己重新蹲下，回到孩子的世界。

在本书40多个个案中，我以一名咨询师的身份出现，这其实只是



表象，我真正的视角是一位母亲。可以说，一个好的母亲就是最好的心理咨询师，因为她学会了从别人的视角来看问题。

在现实生活中，很多家庭教育问题都源于家长和孩子的视角不同，家长用心良苦“教育”，孩子满腹牢骚“抗议”；家长越是努力想当一个好的“教育者”，孩子受到的伤害往往越深。比如，药家鑫的父母对他寄予厚望，父亲对他的要求几乎苛刻，不允许出错，凡事要求尽善尽美；母亲逼他每天练琴，经常打他，甚至拿皮带抽，父母将自己的意志强加给他，这让他心里积攒了太多的愤怒情绪。他拔刀刺向受害人，而且连扎8刀，可以说，这其实是一种替代行为，是在发泄内心极度的不满和痛苦，是在向父母抗议。

在本书的个案中，几乎每个家长都是非常用心地在做父母，但是由于不懂孩子，或者不愿意去懂孩子，最后的结果不仅是教育不成功，亲子关系也搞得一团糟。一筹莫展的家长寄希望于心理咨询师能帮他们解救“问题孩子”，有的甚至跪地相求。事实上，心理咨询的实质只是“懂得”和“跟随”，父母完全可以做孩子最好的咨询师。只要用心去理解孩子，你就会发现，孩子并不是那么不可理喻。所谓教育，我认为，只有在“懂得”的基础上，你才能去引导，否则，和孩子的意愿背道而驰，那就是残害孩子。

如果每个父母都能握住孩子的小手，说一声：“宝贝，请放心，我们懂你的！”，那么，孩子的内心将会产生强烈的安全感，有这种内在力量作支撑，孩子的成长将会一路绿灯！

明天

目 录

第1章 孩子对爱的渴望 / 1

1.1 他想要一个怎样的奶奶 / 3

这是典型的教育者和被教育者的关系。而小健真正想从奶奶那里获得的并不是教育,而是温暖

关系比教育更重要 / 5

爱和自由,关系的基石 / 6

1.2 孩子为何冷漠无情 / 8

在家长、老师、同学眼中,我是一个好孩子、好学生,可事实上,我欺骗了他们。我非常担心:我会不会也像药家鑫那样,杀人 not 眨眼

冷漠源于爱的空洞 / 10

给孩子心灵的“爱箱”储满爱 / 12

1.3 他为什么虐待小动物 / 14

他在泄愤 / 16

缓解孩子的心理压力 / 17

1.4 爱比拳头更有效 / 20

“虎爸”的担忧 / 20





别伤了孩子的自尊 / 21

爱比拳头更有效 / 22

爱是启动孩子人格健康发展的原动力,爱的缺失会使孩子的人格出现偏差,而且难以弥补……

1.5 父母为什么伤害孩子 / 24

一个“父母皆祸害”的讨论小组在网上非常火爆,小组成员过万,大家争相声讨父母的“罪行”……

父母本想给孩子一枝玫瑰,却刺伤了孩子,这其中有什么心理误区呢?

原因之一:内在关系的投射 / 24

原因之二:焦虑的转移 / 25

原因之三:自我保护 / 26

原因之四:证明自我价值 / 27

第2章 孩子的画在诉说什么 / 31

2.1 妈妈,请不要控制我 / 33

在睿睿的内心里,那个拿着刀、控制着整个局面的主人是谁?那头既生气又难过地“等死”的牛又是谁?为什么他的脑海里会产生这种画面?

控制与反控制的母子 / 36

给予孩子真正需要的爱 / 37

2.2 孩子性格孤僻源于母亲的“追讨” / 40

孩子画了一幅画,一只猫捉了四只老鼠,因为没有得到表扬很不高兴。心理专家问,这等待表扬的猫是谁呢?孩子回答说,是我妈妈啊

妈妈的“追讨”让孩子逃避交往 / 42

解开自己的心结 / 43



让孩子拥有一颗友爱、开放的心 / 44

2.3 母子“敌对”给孩子成长带来什么影响 / 48

儿童画隐喻的母子关系 / 48

他们母子是什么关系 / 51

建立优质的母子关系 / 53

2.4 面对受侵害的孩子 / 56

父母的看法和态度,也许会再次伤害孩子

陪伴和鼓励最重要 / 58

第3章 赋予孩子成长的责任 / 61

3.1 “懒”妈妈的育儿经 / 63

健健妈妈的育儿经 / 63

家长要学会在孩子面前适当示弱

培养孩子的自立意识 / 64

如何培养孩子的自理能力 / 65

3.2 要不要给孩子零花钱 / 68

教孩子怎么用钱是关键 / 70

发挥零花钱的正向作用 / 70

3.3 孩子是个“电视迷” / 73

孩子为什么会迷上电视 / 74

疏而不堵 / 75

3.4 要不要对孩子进行爱情教育 / 78

爱,是一种崇高的情感 / 80

8岁的儿子笑出声:“哈哈,他连爱情都不懂!”

如何对孩子进行爱情教育 / 81

3.5 父母要不要为孩子选择朋友 / 84

诺飞的讲述 / 84

诺飞妈妈的讲述 / 85

你真的是对孩子的成长负责吗 / 86

给孩子选择的自由 / 88

3.6 给予孩子正确的生命教育 / 90

生命教育从细节入手 / 91

第4章 孩子渴求你的认同 / 95

4.1 “特殊”孩子不需要特殊保护 / 97

过度保护会给孩子带来什么影响 / 99

帮助孩子坦然接受现实 / 101

4.2 我的孩子为什么胆小 / 104

一所幼儿园的问卷调查显示：78%的家长认为自己的孩子胆小。为什么比例这么高呢？是孩子的问题，还是家长教育方式有问题？

孩子为什么会胆小 / 106

不要对“胆小”过于焦虑 / 107

4.3 为“种子类”的孩子喝彩 / 110

你的孩子是一颗种子 / 111

给他充分的自由 / 112

4.4 怎样表扬孩子 / 115

过度表扬会让孩子有心理负担 / 115

学会正确表扬孩子 / 117

4.5 孩子拒绝“标签化” / 120

听听孩子的委屈 / 120

“笨猪！”“你根本不是读书的料！”

父母为什么要给孩子贴标签 / 122

父母要无条件地爱孩子 / 123





如果连父母都不喜欢孩子,那孩子就无法学会尊重自己

4.6 别让“奖优罚劣”伤了孩子的心 / 125

每个孩子都应该受到鼓励 / 126

千万不要伤害孩子的自尊 / 127

第5章 孩子有自己的坐标点 / 129

5.1 孩子不是家庭的平衡木 / 131

孩子是在代父母“生病” / 133

解放“家囚”孩子 / 136

5.2 孩子不是“牛郎织女”的“替罪羊” / 139

晓薇的委屈:我心里的怨恨堆积如山 / 140

妻子的怒火从何而来 / 141

当夫妻关系出现问题时,不要无意中通过控制孩子来寻求心理平衡

重建亲密、融洽的夫妻感情 / 142

5.3 燕子为什么会有“两面性” / 146

关注孩子的心理错位 / 148

她需要获得长辈的关爱 / 149

5.4 孩子竟然对我挥拳示威 / 152

父母被孩子牵着鼻子走 / 154

家庭成员遵循层级规律 / 155

5.5 溺爱会让孩子失控 / 158

她被儿子控制 / 160

为儿子拉缰绳 / 162

溺爱孩子的父母是最懒惰、最不负责任的



第6章 孩子呼唤成长空间 / 165

6.1 母子亲密无间,有什么错吗 / 167

亲密无间,孩子不可承受之重 / 169

给孩子成长的空间 / 171

6.2 “女强人”的儿子为何成“问题少年” / 173

父亲“被动缺席”造成孩子价值观的混乱 / 176

让父亲参与孩子的成长 / 177

6.3 女儿和她爸太黏糊 / 180

父女关系为何会如此紧密 / 182

让错位的关系归位 / 184

6.4 别让孩子积攒太多的愤怒 / 186

警惕孩子的被动攻击 / 187

从小善待孩子 / 187

6.5 别把焦虑转嫁给孩子 / 190

父母为何将焦虑转嫁给孩子 / 193

与孩子一起成长 / 194

6.6 塑造还是引导 / 196

教育的目的是什么 / 197

给父母的建议: 引导, 而不是塑造 / 198

第7章 青春期的孩子惹了谁 / 201

7.1 是谁惹了青春期孩子 / 203

青春期孩子到底怎么啦 / 205

和青春期孩子交朋友 / 206

7.2 她为何不肯剪掉长发 / 209

她“护”的不是头发, 而是尊严 / 211

关心孩子, 从尊重开始 / 212



7.3 面对孩子的早恋，疏重于堵 / 214

如何对待孩子的早恋 / 217

7.4 “模范男孩”为何钟情于《死亡笔记》 / 220

注意孩子成长中的“黑洞” / 222

帮助孩子应对挫折 / 224

7.5 “考试成瘾”是好事还是坏事 / 227

“考试成瘾”是心理病症 / 229

正确引导孩子爱学习 / 230

第8章 孩子需要指路明灯 / 233

8.1 我家孩子是个“小官迷” / 235

孩子为什么会有“官瘾” / 237

正确引导孩子对待权力 / 237

8.2 我家姑娘是个“假小子” / 240

为什么会性别错位 / 242

给予孩子正确的性别教育 / 243

8.3 修复孩子的心理创伤 / 246

谁能理解孩子的痛 / 247

用爱修复心灵创伤 / 249

8.4 单亲爸爸如何教育孩子 / 252

他在焦虑什么 / 254

做个快乐的单亲爸爸 / 255

8.5 要不要做“虎妈” / 257

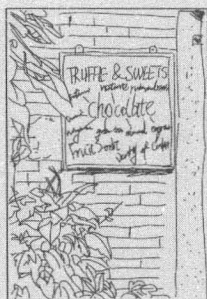
澄清“虎妈旋风”的几个“雾区” / 257

孩子的快乐最重要 / 259

第 1 章

孩子对爱的渴望

爱是什么？按照人本主义心理学家罗杰斯的定义，爱是深深的理解和接受。那么，相反，假若我们做不到对孩子的理解和接受，而急于将自己的意志强加在孩子身上，这就不是爱。





1.1 他想要一个怎样的奶奶

小健8岁,是个人人都竖大拇指的好孩子,可奶奶却不这样认为,她说:“这小鬼头,心理复杂着呢!他表面上听你的话,内心里却对你一肚子意见!”

奶奶是一位退休的小学教师,虽然已是六十多岁的人了,但仍然精神矍铄,说话利落,走路风风火火的。奶奶将小健刚刚写的一篇作文给我看,题目为《我心目中的奶奶》:奶奶要胖,胖才和蔼,不过太胖也不好,尤其是不能胖到无法弯腰帮自己系鞋带;奶奶要有好牙齿,这样才能陪我一起吃怪味花生;奶奶要有耐心,平时听我讲笑话的时候要笑,就算这个笑话以前听过,也无所谓;奶奶不需要什么都懂,她只要能知道做饭就行了,其他的事她都可以问我;奶奶有些懒,经常坐在沙发上打瞌睡,或者笑咪咪地看着我……

奶奶生气地说:“你看,我根本不是这样子的,他明显是对我不满呗!”

奶奶的讲述:孙子为何对我不满意

我儿子、儿媳都在深圳的外资企业工作,一天24小时恨不得工作20小时。为了让他们安心工作,小健还没满月,我就将他带回了老家。我自己是从事教育工作的,深知隔代教育有很多弊端,其中最主要的就是老人容易娇惯孩子,造成教育缺位。因此,我和老伴统一思想:一定要对小健



严格要求，不能让孩子输在我们手上。

小健两岁多时，我们就开始教他认字、数数、背唐诗。小健天性贪玩，当然不乐意学，于是我就虎起脸：“你不听话，爷爷奶奶就不和你玩。”小健刚开始还嘟起嘴较劲：“不玩就不玩，我有玩具！”可我们当真不理他时，小健急得直掉泪。这孩子挺机灵的，知道和爷爷奶奶对着干没有好果子吃，很快便乖乖地服从我们的安排。

平时，我们也经常教育他要懂礼貌，见到熟人打招呼；要讲文明，不能骂人、打人；要讲卫生，不能乱扔果皮，不能随地吐痰；要爱护公物，不能乱写乱画，不能摘花踩草。小健不耐烦地说：“奶奶，你说一遍就行了。”这小家伙，还嫌我啰唆了。我不啰唆，他能被评为全校十佳少先队员吗？他能受到那么多人的夸奖吗？

小健的爸妈对我们两老的工作给予了高度肯定。他们说，如果是他们自己带孩子，肯定没这么优秀。他们准备继续让小健待在我们身边，直到小学毕业。我和老伴也拍着胸脯保证：放心吧，你们忙你们的，我们不会耽误小健的成长。

话虽这么说，其实我们心里挺紧张的。现代社会竞争激烈，对孩子的要求非常高，在起跑线上打好基础至关重要。我们自知能力有限，便给孩子报了很多特长班，有绘画班、小主持人班、象棋班、小哈佛英语班。每到周末，小健的日程就安排得满满的，得一个班接一个班地赶，我和老伴围着他连轴转。为了孩子多学一些知识、多掌握一些本领，大人辛苦一点儿，值！

我们的良苦用心得到了儿子、儿媳的认可，也得到了周围人的认可，可就是这小鬼头不买账，竟然对我一肚子意见。他想得美：胖胖的奶奶什么事都不做，只是坐在沙发上傻笑，那谁来教育他？他不成器，那不是我这当奶奶的失职吗？所以，我决定了，不管小鬼头对我有多大的意见，我对他是管定了；他现在可能不太理解，但长大了肯定会感谢我的一番苦心的。