

培养 成功儿童的 十堂课

相国庆 张海燕 著

家有谎话大王

我家懦弱的受气包

骄傲的王子与公主

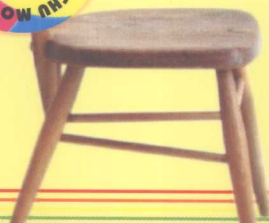
找回孩子的同情心

我亲爱的磨蹭大王

学习困难的问题少年



第四军医大学出版社

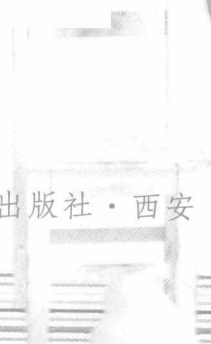


培养 成功儿童的 十堂课

相国庆 张海燕 著



第四军医大学出版社·西安



图书在版编目(CIP)数据

培养成功儿童的十堂课/相国庆,张海燕著. —西安:第四军医大学出版社,2009.6

ISBN 978 - 7 - 81086 - 618 - 7

I. 培… II. ①相… ②张… III. 儿童 - 心理卫生 IV. B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 082142 号

培养成功儿童的十堂课

著 者 相国庆 张海燕

责任编辑 杨耀锦

出版发行 第四军医大学出版社

地 址 西安市长乐西路 17 号(邮编:710032)

电 话 029 - 84776765

传 真 029 - 84776764

网 址 <http://press.fmmu.sn.cn>

印 刷 西安新华印刷厂

版 次 2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

开 本 787 × 1092 1/16

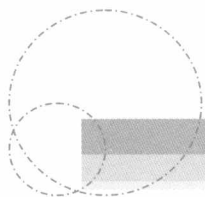
印 张 14

字 数 160 千字

书 号 ISBN 978 - 7 - 81086 - 618 - 7/B · 3

定 价 25.00 元

(版权所有 盗版必究)



前言

孩子是伴随着一系列的困惑和问题成长起来的。如何使孩子健康快乐地成长，帮他们解决成长过程中遭遇的困惑和问题，是每位家长都非常关注的。

影响孩子健康成长的因素很多，如先天气质、同伴交往、家校互动、家庭教育方式、社会文化等，其中家庭教育方式是影响因素中最为重要的一个。家庭是孩子的主要生活环境，他们最初的生活经验、一般社会道德评价标准和行为习惯都是通过家庭获得的。在家庭中通过父母的影响及教育能使孩子获得最初的生活经验、社会知识、行为规范，可以说家庭是孩子社会化的最早执行者和基本执行者。

由于家长的某些心理取向及对儿童社会性发展的片面认识，常导致教育上的失误。家长们普遍重视儿童的生理卫生保健而忽视心理卫生保健、重视智力开发而忽视社会性培养，导致在儿童身体健壮与智力发达的背后隐藏着缺乏同情心、自尊心、自信心、坚持性，情感淡漠，任性自私，依赖性强，社会适应能力差等问题。我们知道：人的健康是生理健康和心理健康的统一，孩子的心理健康又是心理过程和社会性发展的统一。因此，我们提倡不要过多地“保护”孩子，要放飞孩子，还孩子一片任意翱翔的蓝天，让孩子在与伙伴交往的过程中健康成长。孩子在与伙伴交往的过程中互相交流知识、经验和技能，在与伙伴的交往中认识自己、了解他人，体验各种欢乐与痛苦，从而培养其诸如同情、分享、合作、友爱等良好的社会情感和行动。

随着孩子年龄的增加和交往范围的扩大，他们会不可避免地、不断地出现一系列问题，比如本书罗列的说谎、兴趣异常、懦弱、缺乏责任心、缺乏宽容心、缺乏同情心等。透过书中介绍的个案，家长朋友们可领会到如何运用正确的管教方式和引导方法，恰到好处地处理孩子的行为问题。孩子在成长，社会在发展，我们需要用发展的眼光关注孩子、发现问题、总结方法，以便于我们共同以发展的方式教育和培养孩子，使其健康快乐地成长。

本书内容丰富，可操作性强，是为人父母的好帮手。

编 者

目 录

第一课 家有谎话大王

- 说谎原来是那么普遍 /2
- 说谎与天马行空的想象 /3
- 说谎是儿童必经的过程 /4
- 孩子是群不高明的说谎者 /5
- 四五岁以前说谎缘于回忆脱节 /5
- 四五岁以后说谎在于自我保护 /6
- 无意的说谎发源于儿童的心理特点 /7
- 有意的说谎起因于达到某种目的 /9
- 说谎萌芽于所处生活环境中的的人和事 /11
- 说谎与儿童人格的扭曲 /13
- 说谎导致的“三岁看老”效应 /15
- 孩子是天生的说谎模仿高手 /17
- 孩子需要良好的无谎言家庭环境 /18
- 孩子 vs 教育“权威” /20
- 谎言永远会表现于行动 /21
- 妈妈如何识别孩子在说谎 /23
- 妈妈要正确理解孩子说谎 /24
- 解决说谎问题前的准备工作 /26

无意的说谎解决之道：体察 + 引导 /28

有意的说谎解决之计：沟通 + 调整 /29

有些谎话不用担心 /30

八“不”让孩子不再说谎 /31

六“要”让孩子不再说谎 /32

学会使用惩罚与赞扬处理说谎问题 /33

学会正确对待孩子善意的谎言 /35

如果你发现孩子第一次说谎 /37

第二课 孩子的兴趣如此异常

兴趣异常与正常可以明确地划分吗 /44

孩子在兴趣方面的异常表现 /44

广泛的兴趣关乎未来的成长 /46

兴趣异常是怎样形成的 /46

家庭氛围对儿童兴趣形成的影响 /47

父母关系对儿童兴趣异常的影响 /48

良好的家庭氛围有利于培养孩子的兴趣 /48

怎样引导和培养孩子的兴趣发展 /49

巩固孩子的基本兴趣 /52

培养孩子已有的兴趣 /54

发展孩子的特殊兴趣 /54

为发展孩子的兴趣创造条件 /55

培养兴趣要多关注儿童的一些要求 /57

第三课 我家懦弱的受气包

波波是个受气包 /60

- 受气包都是被欺负的对象吗 /61
- 受气包孩子在想什么 /63
- 自卑心理令受气包总处于弱势 /64
- 懦弱的性格令他们陷入“受气”的境地 /65
- 瘦弱的外表传递了“可欺负性目标”信号 /65
- 妈妈的过度保护造就受气包 /66
- 限制孩子的交往范围造就受气包 /67
- 过度忍让造就受气包 /68
- “隔辈亲”也能造就受气包 /69
- 受气包给妈妈带来的烦恼 /69
- 妈妈当个旁观者也不错 /70
- 给受气包沟通和信任的力量 /71
- 妈妈要学会安抚受到欺负的孩子 /72
- 与孩子讨论解决问题的可行策略 /72
- 鼓励孩子多与同伴交往 /73
- 处处培养孩子的勇气 /73
- 时时激励孩子去争取 /74

第四课 孩子的责任心去哪里了

- 缺乏责任心的“过路将军” /76
- 孩子作为家庭成员要有责任心 /77
- 父母的教育方式与孩子的责任心 /77
- 作为妈妈，你是怎么批评孩子的 /78
- 作为妈妈，你是否越俎代庖了 /79
- 你是否希望自己的准则成为孩子的准则 /79

- 家庭与学校同时培养孩子的责任心 /80
- 责任心的培养要从娃娃抓起 /80
- 认知能力的提高有利于培养责任心 /81
- “勇于”承担责任的爷爷 /82
- 儿童的“自我中心”阶段 /83
- 责任心是优良人格的基石 /84
- 责任心缺乏会制约儿童社会品质的发展 /84
- 责任心缺乏会导致依赖性人格的形成 /85
- 责任心缺乏影响儿童的学业 /86
- 把送玩具回“家”的任务交给孩子 /86
- 让主人翁参与家务劳动 /87
- 给予孩子决策问题的权利和义务 /88
- 让孩子对自己的过错负责 /88
- 做孩子心目中负责任的榜样 /89
- 不要以物质作为培养孩子责任心的筹码 /90
- 利用行为后果提高责任意识 /90

第五课 培养心胸宽广的小天使

- 仔仔为什么不能宽恕小鹏 /94
- 孩子从父母身上学会宽恕他人 /95
- 攻击型的父母更易培养出不能宽恕他人的孩子 /96
- 亲子关系与儿童的人际宽恕水平 /97
- 幼儿期是宽恕人格发展的关键期 /98
- 宽恕是孩子心理健康的“维生素” /99
- 宽恕心与人际关系处理策略 /100

- 儿童的自我中心特征与宽恕之心 /100
- 宽恕行为缺乏不利于儿童创造性人格的发展 /101
- 儿童期宽恕行为缺乏可能造成病态人格 /102
- 父母要为孩子树立宽恕他人的榜样 /103
- 父母要以宽容的态度培养孩子学会宽恕 /103
- 以倾听和微笑化解孩子对他人的不满 /104
- 移情能力与宽恕心相伴 /105
- 鼓励孩子多与同伴交往 /106
- 通过多种形式给儿童示范宽恕 /106
- 及时强化孩子的宽恕行为 /107
- 让孩子体验一下不被“宽恕”的滋味 /107

第六课 找回孩子的同情心

- 孩子的同情心上哪儿去了 /110
- 完整的同情心公式 /110
- 没有同情行为产生的同情心是不完整的 /112
- 帮助他人之后的愉悦——同情心的根源 /114
- 同情心缺乏的表现 /115
- 儿童的同情心需要积极培养 /116
- 同情心的付出与物质利益上的损失 /117
- 利用家庭氛围培养孩子的同情心 /117
- 具有同情心的父母是孩子的榜样 /118
- 父母对孩子要有同情心 /119
- 通过关怀他人来培养孩子的同情心 /120
- 家长不要忽略了孩子 /121

塑造孩子的“我能”精神 /121

以正当的理由惩罚孩子 /122

以正当的理由赞扬孩子 /124

让孩子做父母的监护人 /125

第10课 骄傲的王子与公主

卡尔·威特与骄傲的莱恩 /128

父母身边“骄傲的莱恩” /129

骄傲是个不可忽视的问题 /130

骄傲的本质是一种情绪体验 /131

认识骄傲的内在根源 /132

了解骄傲的外在根源 /134

针对骄傲要对症下药 /136

重视谦虚教育，根除骄傲 /137

用差别性竞争驱除骄傲 /138

用适当的挫折教育压制骄傲 /139

用正确的表扬杜绝骄傲 /140

第11课 自信是消除孩子自卑的良药

自卑心理产生于生活环境 /144

自卑的核心是孩子的自我否定 /146

从“自我”观点分析自卑心理 /147

认识自卑的内在根源 /149

了解自卑的外部根源 /151

孩子自卑的常见表现 /154

- 自卑影响孩子未来的成长 /156
- 对抗不良核心构念克服自卑 /157
- 及时给予孩子信任与尊重 /159
- 亲子互动能给孩子勇气 /162
- 当街发言可以提升自信 /163
- 改变形象可克服自卑 /164
- 通过量化和细化记载自卑的消失 /164
- 采用语言和环境的艺术性消除自卑 /165

第7课 我亲爱的磨蹭大王

- 磨磨蹭蹭与拖拖拉拉 /170
- 磨蹭的本质是自我调节功能不完善 /172
- 磨蹭和依恋 /173
- 磨蹭和任性 /175
- 磨蹭的五大表现 /176
- 每个孩子都会磨蹭 /178
- 溺爱爱出的磨蹭王 /179
- 对付催逼的方法就是磨蹭 /180
- 磨蹭与粗暴的对抗 /181
- 孩子身上有你的影子 /182
- 磨蹭对儿童产生的影响 /183
- 不要用成人的标准要求孩子 /184
- 用理智加冷静处理孩子的磨蹭习惯 /185
- 要像心理学家那样对待磨蹭王 /186

第十课 学习困难的问题少年

学习困难是9岁儿童的拦路虎	/190
学龄少年应该具有的学习能力	/192
学龄少年的心理发展历程	/193
学龄少年心理发展的特殊性	/194
布鲁玛·紫格尼克的有趣实验	/196
家庭环境是引发学习困难的首要外在因素	/197
自身问题是引发学习困难的首要内在因素	/199
学习动机与学习效果的一致性和不一致性	/201
成就动机理论的趋近成功和远离失败行为	/202
培养学龄儿童良好的适应能力	/203
坚持培养学龄儿童的学习兴趣	/203
培养学龄儿童关注事物的能力	/205
鼓励学龄儿童多提问	/206
培养儿童正确的学习态度	/208
加强学龄儿童的记忆训练	/209

后 记 /211

参考文献 /212

第一课

DI YI KE
JIA YOU HUANG HUA DA WANG

家有谎话大王





说谎原来是那么普遍

蓝蓝 女 5岁

一天，蓝蓝从幼儿园回来后，高兴地告诉妈妈说：“我们班唱歌比赛我得了第一名。”妈妈很高兴地夸奖了她。后来妈妈碰到了老师，说起蓝蓝唱歌获奖的事，老师说：“没有啊，蓝蓝根本没有去唱歌，她参加的是童话剧‘小蝌蚪找妈妈’。”

刘超 男 8岁

刘超在班里出了名的淘气，但是从上个月起，他成了全年级老师都格外同情和心疼的孩子——因为在迎接期末考试的那次家长会上，刘超家长的位子 is 空的，他痛苦地告诉老师：他的父母已经离婚，母亲去了外地，父亲则经常很晚回家，没有人照顾自己的生活和学习。但这种状况只持续了一个月。周五，班主任在学校门口遇到了来接儿子的刘超爸爸，从刘超爸爸口中得知，他们夫妻根本没有离婚，妈妈也没有出走，小刘超每天还吃着妈妈精心烹调的饭菜。得知真相后，班主任和父亲都异常震惊：一个孩子竟然能“不留痕迹”地骗过这么多成年人！

小斌 男 10岁

“我妈特别喜欢拿我和别人比，每次考完试，她先问过我的分数，接着准问和我比较要好的两个同学考了多少分。如果他们考得比我高，妈妈就开始数落我，说我怎么怎么不如别人，气得我大喊‘我傻瓜、我笨蛋，行了吧！’可要是我和那两个同学考得差不多，或者他们比我低一点点，妈妈就不说什么了。发现这个规律之后，我就想了一个绝招：考坏了，就说某某某比我分数还低。这招儿还真灵，我连续得了3个70多分都没挨骂！”小斌不无自豪地向同学介绍自己的经验。

无论你是多么抗拒说谎或者对说谎熟视无睹，事实证明，无论你如



何教育孩子，他们迟早会对你说谎，孩子愈大，说谎愈多，说谎的技术也愈高明。

这不是什么灰心丧气的话，而是希望你真正面对这样的事实。即使你不愿意承认自己的孩子已经开始产生说谎行为了，然而现实却是存在的。我们唯一和必须要做的，就是仔细思考我们该如何应对这样的问题。

说谎与天马行空的想象

有专家说：“说谎作为一种性格因素，对孩子的成长过程有着不可估量的影响。也许很多家长认为说谎不是件好事。但是，从心理学的角度讲，说谎的孩子在心智上比不会说谎的孩子更高。”

我们不得不承认：能凭空把事情描绘得有声有色，没有一点想象能力的孩子是做不到的。想象能力的发展是智力发展的一个极其重要的方面，爱因斯坦对想象做过这样的评价：“想象力比知识更重要，因为知识是有限的，而想象力概括着世界上的一切，推动着进步，并且是知识进化的源泉。”想象力的积极作用就是可以帮助儿童将榜样行为内化，从内心深处促使儿童自愿地向榜样学习。比如儿童听了故事或看过故事书之后，往往会沉浸在自己喜欢的故事情节中，想象自己亲身体验这些行为，这种想象甚至能指导和影响他们的行为。

所以，对于“无意说谎”的孩子，你应该感到庆幸，因为上天赐予了你一个聪明的宝贝。你要做的就是好好维护这朵“想象之花”，千万别让它枯萎。不过记住了，前提是孩子没有故意说谎。



说谎是儿童必经的过程

即使儿童说谎了，我们也不必把事情想得太糟。说谎是大多数儿童成长过程中势必会经历的体验。

17 世纪英国哲学家、教育学家洛克就说过：“说谎这一现象在形形色色的人中间都普遍存在着。”

理查德·伍尔夫森曾对 100 名大学生进行问卷调查：你的儿童期是否有过因种种原因而故意隐瞒事实真相的做法？回答“是”的占了 96%， “不记得了”的占 3%，明确回答“否”的仅占 1%。

根据奥玛哈儿童医院的琳达·麦迪生博士的调查，几乎所有的孩子都撒过谎，父母对于孩子的撒谎行为都很头痛，但是，对大多数孩子来说，撒谎只不过是他们成长过程中的一个阶段而已。

