

■ 打骂和强迫孩子，是最蠢笨的教育方式 ■

教育孩子 要懂心理学

■ ■ Educating Children Should ■ ■
Know Psychology 刘洪峰◎编著

优秀的父母会根据孩子的心理特点，因势利导地去引导孩子对事物产生兴趣或改正缺点，他们更注重呵护孩子心灵的健康，不管是对孩子实施惩罚或是加以赞赏，都以心理健康为第一衡量标准。

趣味心理读物

优秀科普畅销书

★★★★★



橡树国际心理丛书

教育孩子

要懂心理学

刘洪峰◎编著

■ 打骂和强迫孩子，是最蠢笨的教育方式 ■



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

教育孩子要懂心理学 / 刘洪峰编著. —北京: 北京理工大学出版社,
2009. 3

ISBN 978-7-5640-2029-3

I. 教… II. 刘… III. 家庭教育-教育心理学 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 012237 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / [http://www. bitpress. com. cn](http://www.bitpress.com.cn)

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京嘉业印刷厂

开 本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张 / 17

字 数 / 250 千字

版 次 / 2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

责任校对 / 申玉琴

定 价 / 29.80 元

责任印制 / 母长新

图书出现印装质量问题,本社负责调换

前言

教育孩子要懂心理学

家庭教育其实是一门家长与孩子互动的艺术，家长一定要熟知孩子的心理活动，不能让孩子口服心不服，否则再严厉的教育也是苍白无力的。

家长在教育孩子的过程中，一定要熟知孩子的心理，并懂得一些家教心理学，学会趋利避害地让孩子健康发展。

犹太教育学中讲过，切勿威吓孩子，要么罚他，要么饶他，非打不可时，就使用一棵小草。

著名的心理学家杰丝·雷尔说：“称赞对温暖人类的灵魂而言，就像阳光一样，没有它，我们就无法成长开花。但是大多数人只是敏于躲避别人的冷言冷语，而我们自己却吝于把赞许的温暖阳光给予别人。”

所以，要多称赞你的孩子，而不是只盯着孩子的短处和不足，虽然你想让孩子“飞”得更高，但是你得先让孩子能够起飞才行，所以赞美、夸奖孩子无疑是起飞之前的一段“助跑”，只有这样，你的孩子才能步入成功的殿堂。

台湾著名女作家三毛在散文《一生的战役》中写道：“我一生的悲哀，并不是要赚得全世界，而是要请你欣赏我。”其中的“你”指代的不是别人，正是她的父亲。父亲在一天深夜读到了三毛的这篇文章后留条给她：“深为感动，深为有这样一株小草而骄傲。”三毛看到这句话

时，幸福的泪水夺眶而出，然后回赠父亲道：“等您这一句话等了许久，只等您——我的父亲，亲口说出来，扫去了我在这个家庭用一辈子消除不掉的自卑和心虚之感。”

许多家长虽然天天为孩子的缺点发愁或抱怨，总是埋怨孩子不听话、调皮等，大有恨铁不成钢的意思。其实，孩子有缺点是很正常的现象，家长既不要放纵孩子的缺点，也不要对此过于紧张，更不要以“武力”帮孩子改正缺点或不足。否则，即使暂时收到了明显的效果，孩子也说不定什么时候就会突然迸发出更大的问题。

家长望子成龙、望女成凤本身没有错，只是家长在不经意间选择了错误的教育方式，起到了相反的作用。所以只要家长做出 1% 的改变，熟知孩子的心理，就可以造就一个成功的孩子。聪明的家长会给孩子听、说、做的机会，了解孩子的心理和行为，然后使用“心理战术”将爱子、爱女打造成优秀的孩子。

本书运用心理学知识，深入浅出地阐述了孩子在不同年龄阶段的心理特点及教育措施。这正是应广大父母的需求，帮助他们了解孩子的心理，然后提出解决方案，将孩子培养成一个有所作为的人的方法。本书着重针对孩子的心理活动，介绍了一些科学的教育理念和方法，并在其中穿插了一些趣味性的教育故事，内容通俗易懂，实用性很强。它可以帮助父母牢牢抓住孩子的心理特征，运用教育技巧培养出优秀的好孩子。

——橡树国际心理机构

目录

CONTENTS

第一篇 懂得听,孩子才会说

第一章 “小人物”也有大自尊

- ◎ “小人物”也有大自尊 4
- ◎ 尊重:美国孩子的特殊心理“营养”..... 6
- ◎ 不要侵犯孩子的“隐秘”世界 8
- ◎ 嘲笑,会瓦解平等的关系 11
- ◎ 尊重孩子,让他独立选择自己的人生 ... 14
- ◎ 给孩子留面子,做一个“糊涂”的家长 ... 17
- ◎ 家长的尊重越多,孩子越成熟 20
- ◎ 心理测试:你的孩子自尊心有多强? ... 22

第二章 孩子需要一处“野地”

- ◎ 让孩子进行自我塑造..... 25
- ◎ 警惕“暗示生短”..... 26
- ◎ 激发孩子信心的阿拉丁神灯..... 28
- ◎ 孩子都有依赖他人的心理..... 31

- ◎ 多给孩子逆向关怀····· 33
- ◎ 让孩子闯一闯——孩子需要磨炼····· 35
- ◎ 让孩子感受到你的肯定····· 36
- ◎ 心理测试:从色彩看孩子的性格 ····· 39

第三章 孩子心中,有个失真的自己

- ◎ 孩子会学着给自己一个定位····· 41
- ◎ 孩子都有解不开的“情结”····· 43
- ◎ 孩子的困惑都源于“固定角色”····· 45
- ◎ 帮助孩子从固定角色中解放自己 ····· 47
- ◎ 自负,膨胀的“优越感” ····· 50
- ◎ 怎样期望对孩子有积极影响····· 51
- ◎ 抓住机会让孩子自立····· 54
- ◎ 表扬,让孩子看到自己的与众不同 ····· 56
- ◎ “自动化”教育:变孩子的被动为主动 ··· 59
- ◎ 心理测试:你的孩子属于敏感的人吗? ··· 61

第二篇 懂得说,孩子才肯听

第一章 抛弃固有的“父母心态”

- ◎ 不要事事都替孩子做主····· 68
- ◎ 拿孩子做比较,只会越比越差 ····· 70

- ◎ 说教和批评,带来距离和怨恨 72
- ◎ 学会倾听,改善和孩子的关系 74
- ◎ 以人为本,不要以“分”为本 77
- ◎ 不向孩子学习,你就永远落后 81
- ◎ 敢于向孩子认错..... 84
- ◎ 换个视角,体察孩子的难处 86
- ◎ 专家支招:父母“跳脱”自我有 4 招 89

第二章 有些话,不适合挂在嘴边

- ◎ 不要嫌弃孩子的淘气..... 92
- ◎ 千万别说他是个“胆小鬼”..... 93
- ◎ 你的“滚”,让孩子无家可归 94
- ◎ 不要事事都拿“成绩”来说..... 96
- ◎ 粗鲁的语言是一种“软暴力”..... 97
- ◎ 摆正心态,不要急于下结论 99

第三篇 懂得做,孩子才接受

第一章 不让对话变争吵

- ◎ 教育孩子,不是驯服孩子..... 104
- ◎ 让孩子知道:你理解他..... 105
- ◎ 与孩子商量、商量、再商量 108

- ◎ 把孩子当成“知己”，
让话说得“投机” 110
- ◎ 运用心理学，找到与孩子的
情感共鸣 113
- ◎ 心理测试：你教育孩子的
方法对吗？ 116

第二章 蹲下来，教育孩子

- ◎ “无菌”教育毁子前程 121
- ◎ 管教孩子，最忌各持己见 123
- ◎ 中国父母 10 个错误教育误区 126
- ◎ 别让“情绪污染”影响孩子 129
- ◎ 心理测试：良好的教育成就优秀的
孩子 132

第三章 别让暴力成为他的“家丑”

- ◎ 无声教育——此时无声胜有声 135
- ◎ 打骂不能提高孩子的耐挫力 137
- ◎ 父母该跳进孩子的“战壕” 139
- ◎ 尊重与鼓励，是克服逆反心理的良药 ... 141
- ◎ 12 种不听话行为大解密 143
- ◎ 心理测试：你属于哪种类型的
家长？ 148

第四篇 能接受,孩子才会懂

第一章 厌学:源自怯懦的逃避心理

- ◎ 面对厌学的孩子,你该怎么办…………… 156
- ◎ “诱骗”孩子爱上学习…………… 158
- ◎ 焦虑——孩子的障碍心理…………… 160
- ◎ 接纳并化解孩子的不良情绪…………… 162
- ◎ 规避错误的教育方式…………… 164
- ◎ 学生“减负”,家长是关键…………… 167
- ◎ 撕去“后进生”的标签…………… 169
- ◎ 固执并不是有主见的表现…………… 171
- ◎ 咨询手记:他为什么学不进去…………… 173
- ◎ 心理测试:你的孩子有厌学情绪吗?…………… 175

第二章 偏执:远离坐标的自负者

- ◎ 偏执是自负在作怪…………… 179
- ◎ 溺爱会使孩子走向偏执…………… 181
- ◎ 原谅孩子的过激行为…………… 183
- ◎ 心理诱导,让孩子主动学习…………… 185
- ◎ 偶尔,也要让他尝点“苦头”…………… 186

- ◎ 最好用友谊拯救偏执的孩子 188
- ◎ 心理测试:看看孩子的偏执程度..... 189

第三章 悲观,是对世界的错误解读

- ◎ 悲观,是孩子只看到了一面..... 192
- ◎ 积极的心理暗示帮孩子走向成功 193
- ◎ 走出悲观的阴影 195
- ◎ “乖乖女”其实很空虚 197
- ◎ 孩子杞人忧天如何解决 198
- ◎ 要教会孩子释放愤怒 200
- ◎ 别忽视儿童电视孤独症 201
- ◎ 心理测试:你的孩子乐观吗? 203

第四章 自私,心无他人的孤独情绪

- ◎ 要给予孩子“示爱”的机会 208
- ◎ 太多的爱,是一种沉重..... 210
- ◎ 让孩子体会分享的乐趣 212
- ◎ 心理测试:测测孩子的自私程度..... 215

第五章 正确应对孩子的叛逆

- ◎ 叛逆,孩子的独立运动..... 219
- ◎ 父母——孩子逆反的源头 222
- ◎ 唱反调,为何成为孩子的乐趣..... 225

◎ 父母加油站:如何应对叛逆者·····	227
◎ 家长需要耐心、认可、鼓励·····	231
◎ 以顺从的方式引导·····	233
◎ 心理测试:你和孩子之间存在 哪些代沟?·····	236

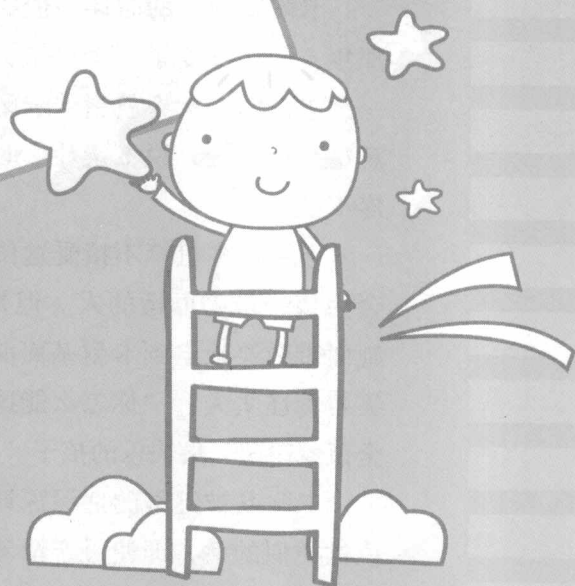
第六章 网瘾:只为找到一个家

◎ 孩子的精神归宿无处可寻·····	241
◎ 戒除网瘾不只是孩子的责任·····	243
◎ 给孩子的“精神”安个家·····	246
◎ 网恋,玫瑰还是陷阱·····	248
◎ 让孩子破“网”重生·····	250
◎ 家长要正确引导孩子用电脑·····	252
◎ 钢是“炼”出来的,不是“恨”出来的·····	254
◎ 心理测试:测测孩子是否已经 染上网瘾·····	255



第
一
篇

懂得听，
孩子才会说





本篇导读：

倾听孩子的另一种声音

“皮格马利翁效应”提醒家长，自尊心和自信心是支撑人的精神支柱，也是成功的先决条件，无论是家长还是老师，都应该切记：不要轻视孩子的自尊心、自信心，特别是未成年的孩子，因为重建自尊心和自信心要比破坏他的自尊心、自信心难上 100 倍。

卡耐基很小的时候，他的亲生母亲就去世了。在他 9 岁那年，父亲又娶了一个妻子，也就是卡耐基的继母。继母第一天进门时，父亲就指着卡耐基向她介绍说：“你一定要注意这个坏孩子，说不定什么时候你就会被这个倒霉蛋害得头疼不已。”

卡耐基本打算不接受这位继母，因为在他心中，继母是会成为孩子带来厄运的人。但是继母的举动却出乎他的意料，她面带微笑地走到卡耐基面前，轻轻地摸着他的头，转过身笑着责怪丈夫：“你怎么能这样说孩子呢？依我看卡耐基是全镇最聪明、最快乐的孩子。”

卡耐基被继母的话深深地打动了，之前从来没有人对他说过类似的话，即使母亲活着的时候也是如此。继母在顷刻间瓦解了卡耐基内心的防线。继母的一句话也最终使卡耐基创立了成功的 28 项黄金法则。

第一章

“小人物”也有大自尊

自尊心是一个人精神上的脊梁骨，缺少自尊心的孩子有可能一生都站不起来。“小人物”也会有自尊心，但是在家庭教育中，家长常在不经意间伤害了孩子的自尊心，虽说是出于教育的目的，可是有时这种教育方式只会适得其反。所以，家长要审视自己的教育方式，通过尊重、鼓励等方式培养孩子的自尊心，让孩子找到生活的乐趣。

“小人物”也有大自尊

“小人物”也有大自尊，但是尊重孩子，并不是对他们百依百顺，而是要把孩子看成一个独立的个体，让孩子和家长站在一个平等的高度上。说话时，家长要学会“蹲下来”和孩子说话，借此在彼此心里搭建起沟通的桥梁。

自尊是孩子成长的“助跑器”，孩子一旦失去了这种动力，有可能会毁掉一生。虽然有些家长知道要尊重孩子，但是总会在一些具体环节上误入禁区。

孩子的自尊心忽视不得

很多家长常常对孩子说：“你怎么这么不听话呢”、“你就不能全做对一次，非得错一道题”、“你看人家蒙蒙，每次考试都拿第一”……也有些家长往往管不住自己，经常责骂孩子，对孩子发火，有时甚至施以暴力。这只会适得其反，不仅会吓到孩子，还会使孩子对学习产生恐惧和厌烦心理。

家长在教育孩子时，要注意保护孩子的自尊心，对他们抱有信心，言语不能过于激烈，以防刺激孩子幼小的心灵。实践证明，宽松、没有负担的环境，对孩子的学习和成长都是十分有利的！

孩子都有很强的自尊心，在一项“孩子最怕什么”的测试中，结果表明他们最怕的是“失面子”，更怕父母拿同龄人的长处和自己的短处相比较。如果家长无意间触及了孩子的这种心理禁区，孩子感受到的就不是关怀和爱，而是监视或强迫，以及自由时间和空间被无止境地剥削。

(1) 尊重孩子的想法和做法。家长可以不认同孩子的想法，但是不

能对孩子的行为妄加评论,忽视孩子的自尊。

(2) 不让孩子在压抑的环境下成长。人从出生那一刻起,就应该享受做人的权利,家长要给孩子营造一个宽松、愉快的成长环境。

(3) 坚信孩子会长大。家长要放开保护孩子的“羽翼”,让孩子自由地飞翔,给他们一个成长的空间。

比没了的自尊心

慧慧的妈妈是一位优秀的职业女性,因为工作繁忙,所以自从慧慧出生以后,就由乡下的奶奶照看。奶奶受的教育不多,所以只能确保慧慧吃饱、穿暖。转眼到了上学的年龄,慧慧被妈妈送到市重点小学,平时看着聪敏伶俐的慧慧,一上学就显得比别的孩子慢:写字慢,背书慢,做事也不专心。当老师向慧慧妈妈反映这个情况时,一向好强的妈妈非常着急。此后,妈妈就亲自教慧慧学习,慧慧看着严肃的妈妈,就会不由自主地紧张,反应就更慢了,于是妈妈常常对慧慧喊:“你怎么这么笨呢,为什么别人会的,你就学不会呢?”慧慧妈妈听说别人家的孩子4岁就开始学习英语,所以也送慧慧去学习,但是不管慧慧怎么学,英语水平就是不见起色,于是妈妈更气愤了,责骂道:“你真是笨,连4岁的孩子都不如!”慢慢地,慧慧就对学习产生了厌烦心理,原本活泼可爱的小女孩,变得越来越孤僻,学习成绩更是不断下滑。

家长本意是想教育孩子,帮孩子找一个学习标杆,但是其方式和说话语气不对,便会打击孩子的自尊心和积极性,使孩子的内心产生无形的压力,进而就失去了进取心,很明显,这样的教育方式是失败的。

面对孩子比较薄弱的环节,家长应该多鼓励、少批评,因势利导,用温和的语气代替发怒的态度帮助孩子解决问题:写字慢,就慢慢地练习,每天写一篇,一个月下来就会小有进步;学习上遇到什么难题,家长要告诉孩子没有什么问题是解决不了的,以消除孩子的恐惧心理,也要让孩子知道,父母会陪着他一起战胜困难。渐渐地,孩子就会觉得学习不是负担,也不会对此产生恐惧,成绩自然会上升。