

教育经典
适用
2~3岁

可怕的 2岁孩子

这是孩子自我意识建立的关键期，
是孩子最执拗的阶段


2岁的孩子不仅会挣脱父母的手去做他想做的事，而且还会用他那极其有限的词汇和父母顶嘴。他们不时出现的哭闹、难以调教等任性行为，更是让许多父母无能为力。

王莉 / 著

- ★ 2岁孩子主要通过模仿进行学习
- ★ 打架只是2岁孩子的一种“沟通方式”
- ★ 2岁是孩子学习语言的关键期

美国心理学家、芝加哥大学教授布鲁姆对近千名儿童追踪研究20年发现：如果以17岁时的智力为100%的话，那么其中50%是在0~3岁时获得的。





王莉 / 著



可怕的 2岁孩子

这是孩子自我意识建立的关键期，
是孩子最执拗的阶段

图书在版编目 (CIP) 数据

可怕的2岁孩子 / 王莉著. -- 北京 : 朝华出版社,
2017.1

ISBN 978-7-5054-3867-5

I. ①可… II. ①王… III. ①幼儿教育—家庭教育
IV. ①G781

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第257992号

可怕的2岁孩子

作 者 王 莉

选题策划 王 剑
责任编辑 胡 泊
特约编辑 王 林
责任印制 张文东 陆竞赢
封面设计 形式书籍设计

出版发行 朝华出版社
社 址 北京市西城区百万庄大街24号 邮政编码 100037
订购电话 (010) 68413840 68996050
传 真 (010) 88415258 (发行部)
联系版权 j-yn@163.com
网 址 <http://zhcb.cipg.org.cn>
印 刷 三河市三佳印刷装订有限公司
经 销 全国新华书店
开 本 710mm × 1000mm 1/16 字 数 200千字
印 张 14.75
版 次 2017年1月第1版 2017年1月第1次印刷
装 别 平
书 号 ISBN 978-7-5054-3867-5
定 价 32.00元

前言

当父母的人都深有体会，孩子不听话是最令人头疼的，说重了怕伤害孩子，说轻了不管用。

2岁是孩子成长中的第一个叛逆期，不闹的时候乖得像可爱的小天使，一旦发起脾气来却又像个“小恶魔”，实在让人不敢领教。而且，孩子自我意识的萌芽正在滋生，最爱说“不”“我自己来”，什么都和你对着干。如果你对孩子的态度还像从前一样，难免会出现孩子顶撞父母的局面。父母若过多地限制，则会阻碍孩子形成良好的自我认知和自信心，使其失去把事情继续做下去的乐趣和欲望。

有一位心理学家精辟地概括了孩子的表现与父母教养方式之间的N种关系：

指责中长大的孩子，长大后怨天尤人；

恐惧中长大的孩子，长大后畏首畏尾；

怜悯中长大的孩子，长大后自怨自艾；

羞辱中长大的孩子，长大后心怀仇恨；

鼓励中长大的孩子，长大后充满自信；

赞美中长大的孩子，长大后心存感恩；

接纳中长大的孩子，长大后心胸广阔；

安定中长大的孩子，长大后信任自己、信任他人……

教养孩子，父母只有调整自己的负面情绪，倾听孩子的心声，才能营造正向的亲子关系。2岁是孩子努力展示自己的年龄，他时而俏皮，时而倔强，时而快乐，时而叫人头疼，时而让人心酸……爱他，就要了解他。

从这本书中，你可以了解到：为什么原来乖巧听话的孩子突然老说“不”，这源于你的孩子已经进入人生的第一个“反叛期”。孩子的逆反不是一件坏事。越是身体健康、精力充沛、自我意识强的孩子，逆反的程度就越强。

当孩子做出让大人觉得不高兴的事时，比如爱发脾气、做不文明的小动作等事情，与其直接制止他、责骂他，不如慢慢引导教育。“不行！”“不可以！”这些话都会伤害到孩子的心灵，让孩子的反抗心和攻击心增强。

同时，2岁也是培养孩子建立规则意识的大好时期。2岁的孩子已经初步具有了辨别是非和行为判断的能力，比如，当孩子用小手去摸插座开关的时候，父母对他说很危险，不能乱摸，他会意识到父母不允许他那样做，只要父母持续向孩子灌输这些规则，那么即便父母不在场，孩子也能主动遵守。

当然，你也会为孩子追求“一致”的心理而感到欣慰。2岁的孩子会对父母的一切言行都有强烈的模仿欲望，父母走路说话、待人接物的神态，孩子都看在眼里、记在心上，甚至努力去模仿。

除此之外，父母还能通过这本书了解到在育儿过程中经常遇到的情况，比如，如何与孩子交流，赞美孩子，批评孩子，拒绝孩子，等等，更能学会从孩子的角度看问题，帮助孩子排解负面情绪，带给孩子正能量。

唯有终止错误的教养方式，才能让孩子拥有更好的未来。希望这本书能为父母教养孩子带来一些帮助，愿所有父母都能教出一个自信、感恩、心胸广阔、慷慨大方的孩子！

第一章 奇妙的2岁，这是孩子最执拗的年龄

2岁前的孩子在生活中与父母分享了许多愉悦的第一次，可自从过完2岁生日，你会发现宝贝身上发生了很多奇妙的变化：他精力充沛，自我意识强烈，越来越不按照你的指令做事……是的，小家伙开始“独立”了，而父母能做的，就是无条件接受孩子的“叛逆”，陪他一起成长。

一、2岁是孩子心理独立的第一个关键期 / 002

1. 孩子2岁是“惹人厌”的阶段 / 002
2. 难缠的第一个反抗期：用语言和行为对你说“不” / 003
3. 他开始知道“我”这个字的含义，开始表现自己 / 006

二、从2岁向3岁迈进，孩子的智力、体力和想象力迅速提升 / 008

1. 2岁，不可错过的能力提升黄金期 / 008
2. 心智的发展：给孩子足够的关爱和照顾 / 009
3. 积极探索，强大孩子的内心力量 / 011
4. 培养想象力的好方法 / 012

三、引导2岁孩子度过特殊时期 / 014

1. 当看到孩子“乱来”时，请积极地去理解孩子的动机 / 014
2. 对孩子进行纪律约束 / 016
3. 父母态度坚决，有利于孩子形成良好的性格 / 017

第二章 2岁孩子的成长表现：人际交往、语言表达、运动能力

身为父母，在教养孩子的过程中，难免有为孩子说话迟、不善于交往而担心的时刻。不过你知道吗，其实每个孩子社交、语言、数学、习惯养成、运动能力等方面都有自身的发育时刻表，不要太着急，把握好这些关键期积极进行引导、训练，就可以轻松教养出人人称美的乖巧、聪明的孩子。

一、2岁多的孩子开始和其他孩子有了真正意义上的交往 / 022

1. 2岁宝宝的社交心理 / 022
2. 2岁孩子的奇特相处之道 / 024
3. 如何提高孩子的社交能力 / 025

二、语言：情感和表达能力 / 026

1. 2岁多是孩子学习口头语言的第一个关键期 / 027
2. 2岁孩子语言大爆炸 / 028
3. 鼓励孩子多说话 / 029

三、2岁以后是培养孩子口头数数、按物点数的关键期 / 031

1. 2岁，孩子心里开始有了数的萌芽 / 031
2. 学数数不等于背数字 / 033
3. 把数学藏在游戏里 / 034

四、运动：手脑协调能力的培养 / 036

1. 2岁起，要开发孩子的肢体动觉智能 / 037

2. 教孩子学会灵活使用神奇的小手 / 039
3. 练出超强平衡力, 孩子大脑更聪明 / 040

第三章 爱他, 就要了解他: 与2岁孩子相处的技巧

2岁的孩子, 时而俏皮, 时而倔强, 时而快乐, 时而搞怪, 时而叫人头疼, 时而让人心酸……爱他, 就要了解他, 牢牢掌握与孩子相处的10个技巧, 你会发现这个有趣的小家伙并非不可驯服, 只要你能够保持足够的耐心。

一、2岁到2岁半: 孩子开始对新鲜事物产生浓厚的兴趣 / 044

1. 站在孩子的角度去思考, 才能真正理解孩子 / 044
2. 和孩子保持相互信任 / 046
3. 不把自己的意愿强加给孩子 / 048

二、尊重孩子的想法, 选择比命令更有效 / 049

1. 不用命令的口气跟孩子讲话 / 049
2. 让孩子自己来选择 / 050
3. 如何让2岁孩子更听话 / 051

三、与2岁孩子相处的10个技巧 / 054

1. 和你的孩子制定规则 / 054
2. 允许孩子用自己的方式解决问题 / 055
3. 提前告诉孩子事情的后果 / 057
4. 学会巧妙地转移孩子的注意力 / 058
5. 理解孩子追求“一致”的行为 / 059
6. 当孩子与你“交换条件”时怎么办 / 060
7. 引导孩子正确面对挫折 / 062
8. 如何对2岁的孩子说“不” / 063

9. 让孩子的世界充满音乐 / 066
10. 明确告诉孩子他哪里做得好，他才会更加好 / 068

第四章 父母如何帮助2岁孩子养成良好的个性和气质

根据伦敦卡斯比教授发表的报告，根据3岁以前幼童的言行就可预测他们成年后的性格。孩子幼年形成的个性，会影响到他将来的学习、事业、婚姻、家庭和社交等领域。

一、父母如何帮助2岁孩子形成好性格 / 072

1. 做孩子的陪伴者，给孩子安全感 / 072
2. 成为孩子的导师，多给他建议 / 073
3. 做孩子最好的玩伴，陪他一起玩耍 / 073
4. 成为孩子的伯乐，发掘他的潜能 / 073

二、帮助别人——2岁孩子友爱感的培养 / 074

1. 赋予孩子基本的友爱意识 / 074
2. 教给孩子关爱他人的正确方式 / 075
3. 身教重于言传——榜样的力量 / 076

三、2岁孩子同情心的培养 / 077

1. 孩子天生有颗同情心 / 077
2. 培养孩子的同情心需要过程 / 078
3. 同理心：促使孩子真实地感受他人的情绪 / 079

四、教孩子克服胆小怯懦，做个勇敢的孩子 / 081

1. 害羞可能源自遗传 / 082
2. 用积极的眼光看待害羞胆小的孩子 / 082
3. 帮助孩子战胜内心的恐惧感 / 084

五、鼓励孩子多去尝试，给孩子安全感和信心 / 085

1. 孩子的信心来自父母的信任 / 085
2. 鼓励孩子大胆去尝试 / 086

六、激发孩子的想象力 / 087

1. 训练孩子想象力的好办法 / 087
2. 为孩子插上想象的翅膀 / 088

七、培养孝心从分享食物开始 / 091

八、让孩子变得开朗阳光 / 093

1. 尊重孩子的个性 / 093
2. 培养2岁孩子的社会性，让他对外界敞开心扉 / 095
3. 让孩子多与不同的人群接触 / 096

第五章 解读2岁孩子的行为

对于2岁的孩子而言，随着自我意识的发展，他们常会出现哭闹、发脾气、说脏话等行为，这是一种正常的现象，需要正确的引导。所以，父母不要轻易给予孩子负面评价，以免影响孩子的健康成长。了解该年龄段孩子的行为特点，将更有助于父母与孩子有效地沟通。

一、哭泣和打闹是孩子表达自己的思想 / 100

1. 为什么孩子会有逆反心理 / 100
2. 父母要学会倾听孩子的声音 / 101

二、脾气大——反抗与自我意识的保护 / 103

1. 反抗期是孩子心理成长的必经阶段 / 103
2. 孩子脾气大的根源是什么 / 104
3. 不同情况下如何安抚孩子 / 105

三、说脏话体现的是孩子爱模仿的天性 / 106

1. 帮孩子纠正说脏话的习惯也是助他形成正确是非观的最佳契机 / 106
2. 让宝宝不再说脏话 / 108

四、解读2岁孩子的行为之家有“尿娃娃” / 110

1. 孩子爱玩尿怎么办 / 110
2. 孩子尿床需要干预吗 / 111

五、解读2岁孩子的说谎行为 / 113

1. 孩子为什么会说谎 / 113
2. 如何杜绝孩子无意或有意的谎言 / 115

六、解读2岁孩子的行为之任性 / 117

1. 任性是孩子“要挟”大人的常用“法宝” / 117
2. 孩子任性的最佳教育方法 / 119

七、解读2岁孩子的执拗行为 / 122

1. 如何消除孩子的不良情绪 / 122
2. 孩子耍赖时，父母应该怎么做 / 123

八、解读2岁孩子的急躁行为 / 124

第六章 父母必须注意的教育习惯

孩子不好好吃饭、睡觉，老爱看电视、玩游戏……这些是不是很令你头疼？很多时候，父母挖空心思，天天变花样哄着孩子，孩子仍是不听话。要知道，3岁之前是孩子身心发育最为关键的阶段，若能在这一阶段注意培养孩子的良好习惯，便能为其日后的健康成长打下坚实基础。

一、礼貌：让2岁的孩子学会关爱身边的人 / 128

1. 别忽视孩子的“窝里横” / 128
2. 用美德教育孩子 / 129

3. 教孩子使用恰当的礼貌用语 / 130

二、2岁是培养孩子遵守行为规范的关键期 / 132

1. 2岁是孩子建立规则意识的恰当时期 / 132

2. 2~3岁的孩子要懂哪些规则 / 133

3. 与孩子共同遵守规则 / 135

三、除了捣蛋，也要学会自己收拾整理 / 137

四、时时刻刻都缠着电视 / 139

1. 别忽视孩子的“电视孤独症” / 139

2. 教孩子正确与电视“做朋友” / 140

3. 孩子迷上电子产品怎么办 / 141

4. 警惕孩子近视的信号 / 143

五、2~3岁，清洁习惯养成的关键期 / 144

1. 创造快乐的刷牙环境 / 144

2. 其实洗澡很好玩 / 146

3. 饭前便后要洗手 / 147

六、把吃饭时的坏习惯都变成好习惯 / 149

1. 追着喂，还是自己吃 / 149

2. 四两拨千斤，孩子吃饭别发愁 / 150

第七章 根据不同性格采取不同的教育方法

法国哲学家爱尔维修有句至理名言：即使是资质普通的孩子，只要教育得法，也会成为不平凡的人。2岁左右的孩子已经能初步表现出他的性格了，或开朗、活泼、爱说爱动，或温和、听话、沉稳乖巧。对此，父母要根据孩子的特点采用不同的教育方法，从点滴着手培养孩子的探索意识和创造意识。

- 一、针对好动活泼的孩子：增强他的情绪控制能力 / 154
 1. 暂时等待——训练孩子的自控能力 / 154
 2. 冷处理法——教孩子调整自己的心态 / 156
 3. 适当引导，让“粗线条”的孩子变细致 / 157
 4. 父母要注意自己的态度，平静地和孩子讲道理 / 158
- 二、针对安静、敏感的孩子：增强交际能力，培养主动性 / 160
 1. 多鼓励、少责备，帮助孩子克服害羞心理 / 160
 2. 关注孩子的情绪，倾听孩子的心声 / 162
 3. 给孩子一些安全感，营造良好的家庭环境 / 164
 4. 学会放手，给孩子一些展示自己的机会 / 167

第八章 2岁孩子心智提升的9大训练法则

医学研究发现，孩子一出生就已经具备了成人的智力潜能，当妈妈向孩子输入“指令”的时候，孩子就已启动大脑的“运作”功能了。要想让孩子左脑和右脑均衡发展，就要掌握适当的时机，通过科学的训练和学习方法，通过游戏和玩具向孩子输送精神营养，这样才能最大限度地开发孩子的脑部潜能，提高孩子的智力。

- 一、“玩”是最好的教育 / 172
 1. 父母的必修课：学会玩 / 172
 2. 2岁的孩子要多玩益智类玩具 / 173
 3. 如何为孩子挑选合适的玩具 / 175
- 二、用游戏中的问题激发孩子潜能 / 175
 1. 孩子的游戏大多与想象有关 / 176
 2. 玩水的孩子更有满足感和成就感 / 177
 3. 玩游戏要有耐心 / 178

三、户外活动，增强孩子的意志力 / 179

1. 忽视运动等于忽视孩子的健康 / 179
2. 选择适合孩子的户外运动 / 180

四、孩子爱运动，成长更安全 / 181

1. 抓住时机，陪孩子一起运动 / 181
2. 开动脑筋和孩子一起玩 / 182
3. 远离可怕的运动伤害 / 183

五、让孩子在色彩中自由翱翔 / 184

1. 2~3岁是孩子视觉感受能力发展的关键期 / 184
2. 培养孩子出色的观察能力 / 186

六、开开心心做家务 / 187

七、让厨房“解放”孩子能干的双手 / 189

1. 不放心源于父母内心的恐惧 / 189
2. 在厨房里培养孩子的动手能力 / 190

八、讲睡前故事有诀窍 / 192

九、适当地夸奖孩子 / 194

1. 夸奖孩子要留有余地 / 194
2. 夸奖孩子要具体 / 195
3. 不要盲目乱夸 / 196

第九章 2岁孩子，父母最关心的20个问题

2岁多的孩子，由于生理和心理的不断发育已渐渐有了自己的想法，他不再像婴儿时期那样对父母言听计从，也不再对父母的管束乖乖就范。如果这时候父母仍像以前那样对待他们，那么，十有八九会引起孩子的逆反心理，造成彼此间的疏离。所以，父母必须要掌握一些技巧，了解自己的孩子，而且不断反思、调整自己的教育行为和方式，这样才能与孩子建立和谐的亲子关系。

1. 孩子说话不清楚，怎么办 / 198
2. 孩子不肯吃饭，怎么办 / 199
3. 孩子饭量小，怎么办 / 201
4. 孩子爱吃甜食，怎么办 / 202
5. 孩子过于顽皮，怎么办 / 203
6. 孩子做事只有“3分钟热情”，怎么办 / 204
7. 孩子喜欢赖床，怎么办 / 205
8. 孩子上床后难以入睡，怎么办 / 207
9. 孩子交友出现困难，怎么办 / 208
10. 孩子做事情拖拉、磨蹭，怎么办 / 209
11. 孩子总是没记性，怎么办 / 210
12. 孩子有吮吸手指的习惯，怎么办 / 211
13. 孩子害怕医院，怎么办 / 212
14. 孩子沉闷、不说话，怎么办 / 214
15. 孩子喜欢问为什么，怎么回答他 / 214
16. 孩子正玩到兴头上，不愿吃饭，怎么办 / 215
17. 孩子有“人来疯”的毛病，怎么办 / 216
18. 孩子一遇到挫折就哭，怎么办 / 217
19. 孩子总是黏着妈妈，怎么办 / 218
20. 孩子喜欢光着脚在地上走，怎么办 / 219

第一章

奇妙的2岁，这是孩子 最执拗的年龄

2岁前的孩子在生活中与父母分享了许多愉悦的第一次，可自从过完2岁生日，你会发现宝贝身上发生了很多奇妙的变化：他精力充沛，自我意识强烈，越来越不按照你的指令做事……是的，小家伙开始“独立”了，而父母能做的，就是无条件接受孩子的“叛逆”，陪他一起成长。

一、2岁是孩子心理独立的第一个关键期

1岁半到3岁多的时期，大多数的孩子都会出现一些“造反”的行为，从儿童心理发展的角度来说，这是孩子心理独立和自我意识增强的表现。充分了解孩子在这个时期的行为和心理特点，就能抓住培养孩子能力的契机，从容应对孩子的各种淘气行为。

1. 孩子2岁是“惹人厌”的阶段

经过了忙乱却又是美妙的1岁，转眼之间，你的孩子2岁了。2岁是一个孩子努力向你展示他自己的阶段，这一阶段的孩子也学会了许多新本领——他会自己拿着奶瓶吃奶，捧着杯子喝水，把玩具拆拆装装，喜欢向高处爬，喜欢跑步和走路。更奇妙的是，孩子似乎一夜之间有了自己的主意，从尝试新的食物到玩新的游戏，每件事都可能成为孩子的“探险”。

然而，更多的时候2岁孩子的行为让父母感到头疼。他会对你的一切要求都说“不”，不仅会挣脱你的手去做你不让他做的事，甚至还会用他那极其有限的词汇和你顶嘴。至于孩子不时出现的任性、哭闹，更是让很多父母头疼不已。

2岁半的冬冬是一个活泼好动的捣蛋鬼，做起事来常常让妈妈感到无奈。有一天，妈妈下班刚一进门，就看到冬冬坐在地上大