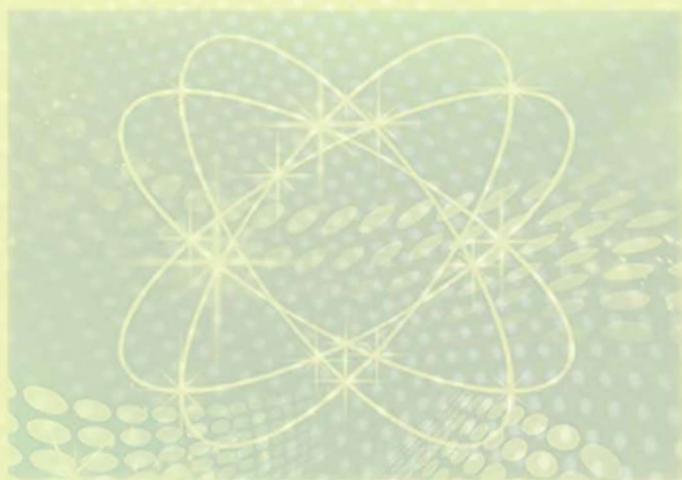


儿童心理发展与家庭教育智慧



图书在版编目(CIP)数据

儿童心理发展与家庭教育智慧 / 胡朝兵, 张兴瑜主
编. — 重庆: 西南师范大学出版社, 2017.7
ISBN 978-7-5621-8760-8

I. ①儿… II. ①胡… ②张… III. ①儿童心理学②
儿童教育—家庭教育 IV. ①B844.1②G782

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 172650 号

儿童心理发展与家庭教育智慧

主 编 胡朝兵 张兴瑜

副主编 李昌林 胡道文 李奕奕 李章红

责任编辑:雷 兮

封面设计:孙庚贵 杨 涵

排 版:重庆大雅数码印刷有限公司·夏 洁

出版发行:西南师范大学出版社

地址:重庆市北碚区天生路 2 号

邮编:400715 市场营销部电话:023—68868624

<http://www.xscbs.com>

经 销:新华书店

印 刷:重庆共创印务有限公司

开 本:720mm×1030mm 1/16

印 张:11.25

字 数:154 千字

版 次:2017 年 9 月 第 1 版

印 次:2017 年 9 月 第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-5621-8760-8

定 价:30.00 元

序 言

教师是一项神圣的职业,需要从事这项职业者具备相应的学识和能力,并通过国家教育主管部门的考核和认定,才能担当此任。人们常说:父母是孩子人生的第一任甚至终生教师。可是我们为人父母之前鲜少参加任何形式的父母培训以取得神圣的教师资格,即使孩子到了学校,邀请家长参加一些家长培训,也有很多人不出席,因此我们常常戏言家长都是“无证上岗”。没有驾驶执照的司机开车上路是一件很危险的事情,没有相应的家庭教养知识能力者为人父母同样危险。家庭教育是一项复杂的系统工程,也是一门学问,值得为人父母者不断学习与探索并与孩子共同成长。

本书针对社区群众对家庭教育知识普及的需要,以儿童心理发展中可能出现的主要教育问题为主线,探讨了从婴儿到高中阶段孩子的主要心理发展规律。在内容上,一方面,有针对性地提供对策促进孩子心理健康成长,旨在教养与促进;另一方面,借鉴心理学的原理,采取有效的技术与方法处理孩子的不良行为,旨在辅导与矫正。本书适合家长和学校宣传家教知识,可供广大家长应用于家庭教育实践中,促进父母提升和孩子成长以及维护家庭和谐,为幸福社区建设提供帮助。

从家庭教育讲座吸引家长的角度,本书绪论安排了“家庭水族馆中的秘密”,是用直观形象的图片展示孩子心中印象最深刻或家里经常发生的场景,以唤起家长对家庭教育的共鸣。儿童时期孩子的心理特点是什么,家长应如何进行亲子教育?儿童时期游戏对孩子有怎样的影响,家长应如何帮助孩子在游戏中成长?儿童时期父母如何教育孩子学会独立与克服依赖?童年时期孩子的学习和思维发展有何特点,父母应如何引导?父母如何对童年时期的孩子实



施奖惩才符合心理学的原理？父母与青春期的孩子有怎样的烦恼，如何进行情绪调节？如何指导孩子进行正常的人际交往，避免早恋带来的消极负面影响？考试焦虑是怎么一回事，如何让厌学的孩子重拾信心？如何让孩子进行职业生涯规划，选择自己喜欢和擅长的人生道路，为自己的大学和今后的人生道路找准方向？这是本书涉及的主要的十个方面的内容。

本书在写作上，一方面，考虑到知识本身的逻辑结构，尽量做到逻辑性与完整性；另一方面，考虑到社区教师的教学所需，尽量做到方便性与操作性；同时，还考虑到社区家长的素质与诉求等，尽量做到适用性与针对性。在整个写作风格上，全书力求做到逻辑性、操作性、实用性、趣味性等，力争成为广受欢迎的社区科普图书。

本书由心理学教授胡朝兵博士，心理学硕士、国家二级心理咨询师张兴瑜老师为主编，李昌林、胡道文、李奕奕、李章红为副主编的写作队伍共同完成。

参编人员包括：

胡朝兵、张兴瑜(重庆师范大学)

李昌林(江苏省江阴第二中学校)

胡道文(四川省邻水县教育局)

李奕奕(重庆市铜梁区教师进修学校)

李章红(重庆市荣昌区教师进修学校)

李永强(河南省安阳学院)

曾莲子(重庆市运动技术学院)

张文墨(中国人民解放军陆军勤务学院)

毛兴永(重庆市酉阳第一中学)

张津宁(重庆医药高等专科学校)

本书的出版得到重庆市校外社区科普大学、重庆师范大学科普著作基金的支持，在此对支持本书出版的罗仕伟、蒋崇玲老师及与本书出版有关的所有领导、老师、朋友们表达深深的谢意！

编者

2016年10月





目录

绪论 家庭水族馆中的秘密

- | | |
|---|-----------------|
| 1 | 一、家庭水族馆的原理与操作技术 |
| 3 | 二、家庭水族馆技术的实施与分析 |

第一讲 儿童心理与亲子教育

- | | |
|----|----------------|
| 13 | 一、婴儿期心理特点与亲子教育 |
| 22 | 二、幼儿期心理特点与亲子教育 |

第二讲 儿童游戏与心理发展

- | | |
|----|----------------|
| 30 | 一、儿童期的主要任务——游戏 |
| 34 | 二、儿童游戏如何促进心理发展 |
| 39 | 三、儿童游戏的现状及展望 |

第三讲 学会独立与克服依赖

- | | |
|----|-----------------|
| 43 | 一、树立自己的事情自己干的观念 |
| 46 | 二、父母不断给孩子以鼓励和指导 |
| 47 | 三、父母要把做事的机会还给孩子 |
| 50 | 四、在生活中做智慧的妈妈 |



目录

第四讲 童年学习与思维发展

- 53 | 一、儿童的学习特点与因材施教
- 62 | 二、儿童思维发展的特点与训练

第五讲 奖惩原理与合理实施

- 71 | 一、奖励与惩罚的心理学原理
- 76 | 二、科学实施奖励的教育策略
- 81 | 三、科学实施惩罚的教育策略
- 89 | 四、奖励和惩罚运用的艺术性

第六讲 青春烦恼与情绪处理

- 94 | 一、青春期的烦恼与应对
- 100 | 二、青春期的情绪与调节

第七讲 同伴交往与早恋辅导

- 107 | 一、同伴交往的价值
- 110 | 二、同伴交往的类型
- 113 | 三、同伴交往的问题
- 117 | 四、同伴交往的误区
- 119 | 五、如何让孩子和同伴友好相处
- 121 | 六、家长如何对待孩子早恋问题



目录

第八讲 考试焦虑与厌学辅导

- | | |
|-----|---------------------|
| 131 | 一、焦虑与考试焦虑的含义 |
| 133 | 二、考试焦虑的形成因素及应对策略 |
| 142 | 三、家长要了解厌学的含义 |
| 143 | 四、厌学产生的原因及家长的主要辅导方法 |

第九讲 职业生涯规划与目标追求

- | | |
|-----|----------------|
| 151 | 一、儿童职业生涯规划的必要性 |
| 155 | 二、认识职业生涯规划 |
| 157 | 三、如何进行职业生涯规划 |
| 170 | 四、生命事业的七个因数 |

绪论 家庭水族馆中的秘密

在对儿童的教育心理咨询中,当父母带着孩子去咨询室,咨询师需要向父母询问有关孩子的一些情况,也可能会请孩子对一些问题做出回答。往往出现的情况是父母总是在描述孩子身上的问题,并在孩子身上找原因,很少去思考造成孩子这些问题的环境特别是家庭教育环境是不是出现了问题。有人打了一个很夸张的比喻:父母是原件,家庭是复印机,孩子是复印件。可以这样讲,一个孩子出现某种问题可能是孩子生活的家庭系统出了问题,或者与他学习所在的班级系统、学校系统,甚至社会系统有关系。著名心理学家华生说:“给我一打健全的婴儿和一个我可以任意支配的世界,我可以把这些孩子培养成你所需要的任何人,包括医生、律师、商人、乞丐或窃贼……”这也就是“孟母三迁”和“易子而教”的道理,也是“近朱者赤,近墨者黑”的印证,可见环境和教育对一个孩子成长的重要性。

一、家庭水族馆的原理与操作技术

1. 家庭水族馆技术的原理

即心理学中的投射技术。就是通过孩子用海里面的动物来代表他的家庭成员(只标明称呼),用各种颜色的笔在一张 A4 白纸上绘画,画出他在家庭生活中印象最深刻或者家里经常发生的场景,



绪论

家庭水族馆中的秘密





来分析他所处的家庭教育状况及其心理状况的心理学技术。在咨询师与家长进行沟通时,我们可能得到一些有关孩子及其家庭的信息,但只是从家长的角度得到的,难免可能出现一些偏颇。如果这时让孩子来回答问题,也不一定能得到非常真实的信息,因为:(1)有家长在场,孩子这时候真的敢于说真话吗?(2)咨询师对于孩子来说是陌生人,孩子愿意给陌生人说真话吗?(3)咨询师作为成年人,在孩子眼中也许成年人都是“一伙”的,他们都帮大人讲话,他们真的可信吗?(4)孩子即使想说真话,难道就一定能很好地表达吗?基于此考虑,使用家庭水族馆这个心理投射的辅助技术,可以从某个侧面辅助了解到孩子心中隐藏的“秘密”,当然这要取决于孩子的绘画表达技术、意愿和咨询师的沟通分析技术水平,然后与孩子交流并综合多方面信息,才能对孩子的问题有更全面的理解。

2.家庭水族馆技术的适用性

(1)适用于能简单地用绘画来表达思想的人,对绘画技术水平没有什么特别要求,哪怕是画得很不好,但只要绘画者自己能够解释即可。(2)从年龄上来说也没有特殊限制,不过需要注意的是,必须是绘画者愿意真实地表达其内心世界。因而对于小孩子来说,由咨询师安排其绘画,特别是由老师安排孩子以完成家庭作业的方式来处理,效果是比较真实的。对于年龄较大的孩子或其他成年人,需要隐藏绘画的目的,否则就可能出现逃避、伪装、迎合、虚构之现象。比如父母直接叫孩子来画这样的画,就很可能出现不真实的情况。(3)不要随意用这样的技术让亲朋好友的孩子进行绘画,然后为其进行投射分析,小心他们因为对你的熟悉和权威性不够而不接受你的反馈甚至产生反感情绪让你“众叛亲离”。这也是咨询师不给自己的亲朋好友咨询的原因之一,咨询师还需遵循给那些有咨询需求的人进行帮助和“来者不拒、去者不追”的原则,而不是成为一个拿着技术到处找人来成为你咨询对象的人。



3.家庭水族馆的分析技术

(1)分析感受。我们拿到孩子的图画一眼看去就会有一种感受,这种感受也许就是孩子在画图时所附带的情绪的表达,需要咨询师同感共情地与孩子探讨,去理解和尊重孩子内心的表达。(2)分析这种感受具体是由图画的哪些部分造成的,也许是整体布局、颜色、代表性动物和事件等,需要具体去与孩子一起分析与探讨。(3)从整体到局部的分析,如从布局到颜色,然后是什么样的动物来代表了家庭成员,这些动物的样子、打扮、动作、与孩子的距离、互动等投射出孩子怎样的内心情感,特别关注这些人与孩子的互动事件,孩子用什么动物来表达自己的,这些动物本身、大小、打扮、动作、事件、距离等能说明孩子怎样的内心世界等,这是咨询师要重点与孩子探讨的。(4)总的来讲,孩子表达了一种怎样的诉求,咨询师内心的那些假设是否得到印证,从父母那里获得的信息是否在孩子这里得到印证、推翻或者得到不同的解释等。(5)咨询师根据父母的信息、孩子的信息最后与父母进行探讨,探讨帮助措施和“家庭作业”,让家长营造的家庭系统得到改变,进而帮助孩子正常适应环境。

二、家庭水族馆技术的实施与分析

我们请某小学三年级的班主任给每位孩子发一张 A4 的白纸,并请他们记下作业的要求:用海里面的动物来代表家庭成员(只标明称呼),可以用各种颜色的笔在这张 A4 白纸上画出在家庭生活中印象最深刻或家里经常发生的场景,并在背面用铅笔写上名字。

使用这样的方法可以避免孩子的迎合、逃避等心理,比较真实地反映出他们的内心世界。当我们拿到这些图画的时候就可以选



绪论

家庭水族馆中的秘密





择其中比较典型的图画来进行分析,然后与孩子一起探讨我们头脑里的那些假设,不断提升我们的分析能力和水平,这样也才能更好地帮助教师、学生及其家庭共同搞好对孩子的教育。

(一)缺少互动的家庭



图 1

当我们看到图 1 的时候,我们可以做出如下分析:(1)首先是感受。也许每个人的感受不同,但至少有一种感受是相同的,即画面给人一种不太舒服、零乱的感觉。(2)结构和布局比较散,颜色多而杂。(3)全家没有互动,如孩子在沙发、茶几边吃零食,外公要出门,外婆在厨房做饭(为什么不是爷爷奶奶也值得分析探讨),爸爸在主卧看电视,妈妈在浴缸里洗澡。(4)从距离上看,外公最近,是用可爱的慢吞吞的乌龟代表的,能够满足孩子玩的需要,应该与孩子关系较好。外婆的距离也比较近,能够满足孩子吃的需要,应该与孩子的关系也较好。爸爸妈妈离孩子的距离最远,他们能够满足的是家庭的各种开支,而不是孩子能直接感受到的温暖与关怀。



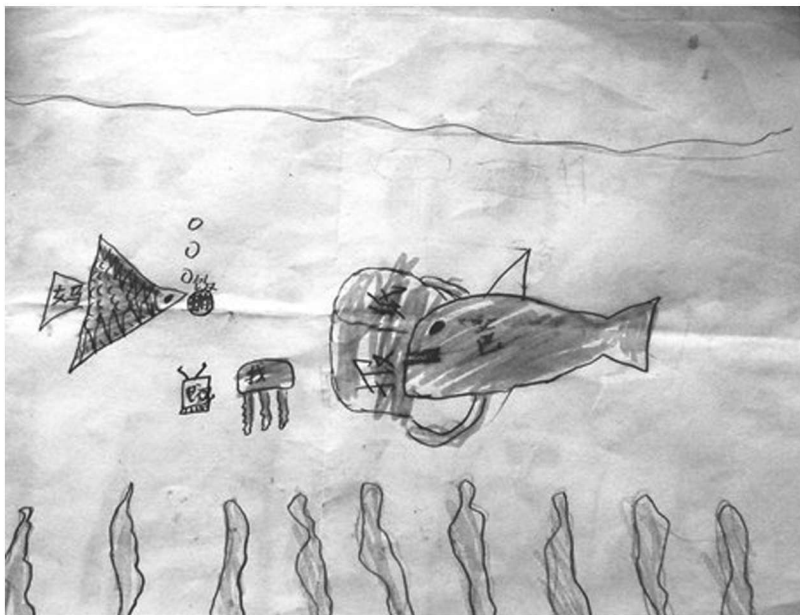


图 2

图 2 中,我们也同样可以看到没有互动的情景。爸爸拿着一张报纸把自己遮挡了,妈妈在做饭,小孩子就只能可怜巴巴地看着他们家的小电视。其实,他们家的电视并非一定如此小,只是投射出孩子需要关怀和温暖的需求。只要父母看到这张图片,我相信他们都会为自己的行为进行反思,因为其实妈妈可以让孩子帮自己一起做饭,爸爸可以与孩子一起看电视或者玩别的,或者全家人一起做饭菜。这种其乐融融的家庭氛围最有利于孩子的健康成长,而不是对孩子没有真正的陪伴。

关于互动理念:(1)感情是在积极正向的互动中建立起来的,我们最初应该满足的是孩子对于吃和玩以及感情的需要,而不是只努力赚钱!(2)只要懂得积极互动能产生正能量与感情,有了互动的意识,互动就会无处不在,欢乐也无处不在,真情同样无处不在,父子、母子、夫妻的感情都会提升。



绪论

家庭水族馆中的秘密





(二)消极互动的家庭

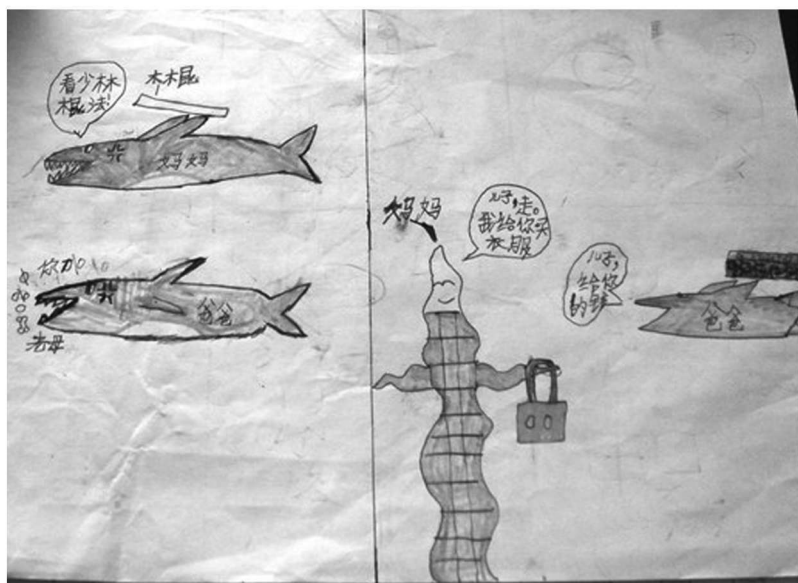


图 3

当我们看到图 3 的时候,涌入我们心底的可能有担忧、焦虑、不安、恐惧、退缩、冷漠、可怜等情绪。孩子非常有意思地把父母生气和高兴的时候分成了两半。生气时,父母都是凶猛的有着锋利牙齿的鲨鱼,鲨鱼妈妈拿着木棍在孩子身上练“少林棍法”,鲨鱼爸爸嘴巴里冒出一连串骂人的脏话。高兴时,爸爸是没有牙齿的大鱼,拿着钱包跟孩子说“儿子,给你的钱”;妈妈是身穿绿色长裙、手拿提包、打扮得很妖娆去逛街的鳄鱼,说的是“儿子,走。我给你买衣服”。这是一种典型的“简单粗暴”的家庭教养方式,生气时棒打与谩骂,高兴时给钱与购物,这对孩子的负面影响是可想而知的。

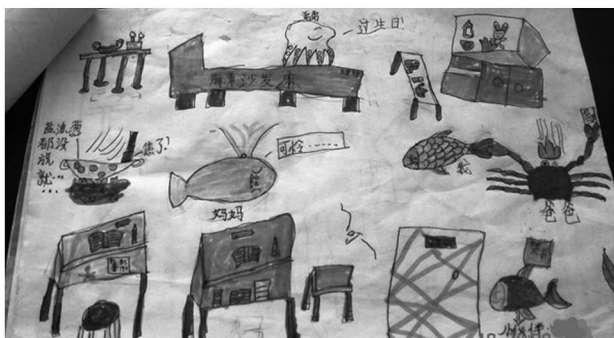


图 4

接下来,当我们看到图 4 的时候,我们又会从心底里产生一种怎样的情绪呢? 是可怜,是愤怒,抑或绝望? 也许都有,因为我们看到的是孩子的可怜与无助、父亲的粗暴与愤怒、母亲的绝望与无奈。看看那只火冒三丈、蛮横无理、横行霸道、专横跋扈的螃蟹,就因为小鱼考试得了 83 分,就拉着他打,连鲸妈妈都直叫“可怜”而忘了放炒菜的盐、油、葱,而他弟弟却在欢快地过着自己的生日,小伙伴还送来贺卡,对于这个孩子来说,那一天真是一次难得的记忆啊! 我们要问这位父亲,他到底“要什么”,可是他又在“做什么”,最后他到底能“得到什么”。

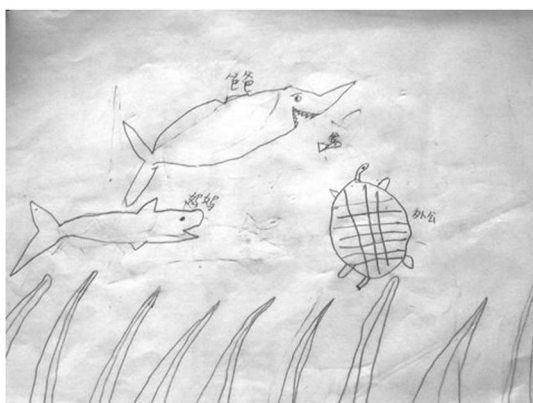


图 5



绪论

家庭水族馆中的秘密



7



图5也许很简单,但我们依然可以清楚地看到一个可怜巴巴的、没有自我的、随时可能被父亲有着锋利牙齿的大嘴吞没的瑟瑟发抖的小鱼孩子,他的妈妈是典型的“夫唱妇随”式的温柔女性,对可怜的孩子并不能给予安全与温暖,而只有慈祥的乌龟外公能够给孩子带去一丝安慰。一旦外公去世,这个孩子就失去了温暖的支撑,孩子可能人格萎缩、胆小怕事、内向自卑,甚至发生更严重的心理问题。

关于亲子互动:(1)所谓简单粗暴的家庭教养方式,即生气时暴打与谩骂,高兴时给钱与购物。使用粗暴的教育方式,那是因为我们的无能。(2)强势的爸爸不一定强大,温顺的妈妈不一定温暖,而只有像外公一样慈祥的人才会让孩子感受到人世间的乐趣、温暖与爱。(3)我要什么?我做了什么?我得到了什么?要解决问题,先解决情绪与关系。每个人都有选择自己情绪表现的权利,但不要用自己的错误来惩罚自己。

(三)婚姻互动模式的影响



图6

在看到这张夫妻互动模式的图6时,你又有何感想呢?在一个孩子心中,这就是他印象深刻或家里经常发生的一幕的记忆,这种

记忆能孩子的成长带来怎样的影响呢？妈妈是一只打扮得非常妖艳的章鱼，两手叉腰从嘴里冒出一串骂爸爸的脏话，而温顺的海马爸爸眼睛却看着桌子上可口的菜，嘴里流出口水。这样的场景在孩子心中留下了极为深刻的印象，而父母的行为是孩子模仿的对象，无论是男孩或者女孩在这个家庭中成长，他们今后对待自己另一半的方式，一定会从这里找到原因。孩子对于男人是什么？女人是什么？婚姻是什么？都可能在这一刻做出一个决定，从而在潜意识里影响他今后的人生。

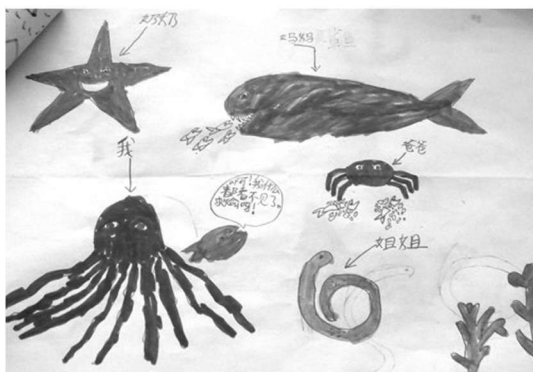


图 7

在图 7 里，我们看到了一只庞大的鲨鱼妈妈正张开长着锋利牙齿的大嘴吞食小鱼，一只体型瘦小且没有了双鳌的螃蟹趴在鲨鱼下面，孩子作为章鱼在搞恶作剧让小鱼眼睛看不见。母亲是这一家之主，比较强势，那只没了鳌的螃蟹喻示着这是一个被“阉割”了的爸爸。如果是一个女孩在这个家庭里长大，有一种可能性是以后会强势地对待丈夫；如果是一个男孩在这个家庭里长大，有一种可能性就是不会成长为一个真正的男子汉。

关于夫妻互动：(1)我们对婚姻的态度与在婚姻中扮演的角色会影响孩子的一生，包括他们的学习与婚姻家庭互动模式。(2)婚姻应该是平等的，强与弱、强与强、弱与弱的婚姻模式，都不太可能



绪论

家庭水族馆中的秘密





给孩子未来的婚姻带去幸福。

(四)和谐家庭的互动模式



图 8

相信看到图 8 的家长都会有一种突然松了一口气的感觉,眼前一亮。首先是颜色鲜艳明亮、布局合理、整洁大方。中心人物是三只温顺的海马,“温顺的爸爸”和“关心体贴我的妈妈”都在看着“可爱的我”,那些游来游去的小鱼是“我”的朋友,一幅多么温馨、生动、和谐、幸福的画面,甚至会让家长们有一种想找到这家人与他们交朋友的冲动,这是父母和孩子都希望的一种美好的家庭生活场景。



图 9