



孩子的心就是一把锁，唯有“知心”这把钥匙，
才能打开孩子的心门。



孩子的心思 你别猜

cai HAIZIDEXINSI
NIBIECAI

HaizideXinsinibieCai

夏彩虹◎编著

爱不需要理由，但是爱需要技巧。
父母教育理念上的“一念之差”，
真的可以让孩子的命运“千差万别”。

好父母一定要知道的 孩子心理学

父母懂得孩子的心理学，再去谈教育，才能在掌握孩子心理特征和规律的基础上，有效地影响孩子的心理，从而做到水到渠成、事半功倍。



中国长安出版社

G78
88

孩子的心思 你别猜

cai HAZIDEXINSI
NIBIECAI

HaizideXinsINibieCai
夏彩虹◎编著



图书在版编目 (C I P) 数据

孩子的心思你别猜：好父母一定要知道的孩子心理学 / 夏彩虹编著. - 北京：中国长安出版社，2010.5

ISBN 978-7-5107-0173-3

I. ①孩… II. ①夏… III. ①家庭教育②儿童心理学 IV. ①G78 ②

B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 080306 号

孩子的心思你别猜：好父母一定要知道的孩子心理学

夏彩虹 编著

出版：中国长安出版社

社址：北京市东城区北池子大街 14 号 (100006)

网址：<http://www.ccapress.com>

邮箱：ccapress@yahoo.com.cn

发行：中国长安出版社 全国新华书店

电话：(010)65281919 65270433

印刷：北京才智印刷厂

开本：787 毫米×1092 毫米 16 开

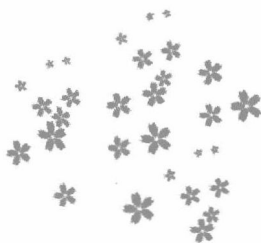
印张：15

字数：208 千字

版本：2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978-7-5107-0173-3

定价：25.00 元



前言

“为什么我说的话孩子总是不听？”“为什么我的孩子屡教不改？”“为什么同在一个屋檐下生活，我却越来越猜不透孩子的心思？”……

为了让孩子成才，父母可以想尽一切办法；为了让孩子成才，父母会历尽千辛万苦。可是为什么这样努力付出，到最后非但没有改变孩子，反而使孩子出现的问题越来越多。最后，连亲子关系也变得越来越糟糕？这究竟是什么原因呢？许多做父母的都很困惑。其实，世界上并没有不可理喻的孩子，只有不懂孩子心思的父母。

人们常说：“孩子的心就是一把锁，唯有‘知心’这把钥匙，才能打开孩子的心门。”掌握孩子心理学知识便是获得这把钥匙的最佳途径。因为只有掌握了孩子心理学知识，才能了解孩子的心理特征；只有了解了孩子的心理特征，才能走进孩子的内心世界；只有走进了孩子的内心世界，才能理解孩子的反常行为；只有理解了孩子的反常行为，才能因势利导地教育孩子。

孩子的内心世界是丰富而多彩的，他们同成年人一样有自己的生活经历，有自己的处事方式，有自己的思维模式。他们虽然不成熟，但他们的心理却比成年人更敏感、更脆弱，即使一件无不足道的小事情，都可能引发他们心理上的波动。所以，作为父母，在呵护孩子身体的同时，更应该关注孩子的内心。

其实，孩子就像一本书，从童年到少年、从少年到青年，父母都在一页页往后翻，但要真正读懂它却并不容易。因为孩子的心理是

随着他生活阅历的日渐丰富和知识水平的不断提高逐渐变化的，在不同的年龄阶段，孩子表现出来的心理特征和所出现的问题都是不一样的。父母要做的是，了解孩子各个成长阶段的心理变化历程以及特征，在掌握了孩子心理成长规律的前提下，根据不同阶段孩子不同的心理特点对其进行正确的引导和教育，这样教育孩子才能达到事半功倍的效果。

在孩子小的时候，如果父母处处以一家之长的身份指挥着孩子的一言一行，严格要求孩子按自己的意愿做事，而不去了解孩子内心的真实感受，那么，当孩子渐渐长大后，他将会离父母越来越远，不愿再去接受父母的思想和经验，不愿去和父母沟通，从而使两代人之间产生代沟，最终导致教育的失败。但如果父母从一开始就能做到及时体察孩子的心理，保持一颗童心，时刻站在孩子的角度看问题，并能做孩子的知心朋友，那么，随着孩子渐渐长大，父母会发现，在孩子渐渐读懂这个世界的同时，你也慢慢读懂了孩子这本书，走进了孩子的内心世界。这时，你离成功父母的标准也就不远了。

为了让父母们能够更好地猜透孩子的心思，我们特意编写了《孩子的心思你别猜——好父母一定要知道的孩子心理学》一书，本书从了解孩子的心理需求、情绪心理、学习心理、交往心理、习惯心理、个性心理、品德心理、理财心理以及倡导父母做孩子的心理医生九个方面入手，详细介绍了在家庭教育过程中，父母应该如何从心理学的角度去了解、理解孩子，正确而有效地教育孩子。其目的在于让更多的父母充分认识孩子，读懂孩子的心理，从而以轻松、有效的方式，引导孩子树立良好的心态、养成良好的行为习惯，培养出优秀、出色的好孩子。



目录



第一章 了解孩子的心理需求

曾经乖巧的小家伙怎么就变成了无理取闹的讨厌鬼？而我们的批评、劝说怎么使情况看起来更糟糕？其实，当我们换一种思路去“破译”孩子的行为，就会了解到孩子偏差行为背后可能存在着某种心理需求。作为父母，要教育好孩子，先要了解孩子的心理需求。

教育孩子，应以尊重孩子为前提 /2

关注，孩子最需要的精神安慰 /4

信任，孩子成长的滋补品 /6

放下父母架子，平等对待孩子 /9

来自父母的赞美是孩子最大的动力 /11

孩子需要属于自己的自由空间 /13

还孩子玩的时间 /15

不要按自己的意愿设计孩子 /18

孩子不是货，不要随意“货比三家” /20

目
录





第二章 抚慰孩子的情绪心理

情绪调控能力是情绪智力的重要品质之一，这种能力能使人及时摆脱不良情绪，保持积极的心境。孩童时期是情感教育的黄金期。帮助孩子形成初步的情绪调控能力是孩子情感教育的目标之一，也是孩子情感教育的重要内容。

让孩子做情绪的“CEO” /24

让烦恼从孩子的身边走开 /26

孩子乱发脾气，试试冷处理 /29

帮助孩子控制愤怒情绪 /31

巧妙化解孩子的委屈情绪 /34

谨防孩子被焦虑侵袭 /36

用心帮孩子战胜恐惧 /39

教孩子积极乐观，摒弃悲观 /42

不要让你的孩子抑郁 /44

第三章 关注孩子的学习心理

孩子只有具备了良好的学习能力，才能更好地吸收相关知识。学习能力简单地说就是获得知识的能力。如果将孩子学到知识比作“捕到鱼”，那么，对父母而言，最重要的是指点和启发孩子掌握最有效的捕鱼技术，而不是父母捕到鱼后送给孩子，让他坐享其成。

- 让厌学的孩子爱上学习 /50
- 激发孩子的学习兴趣 /52
- 别让学习压力压垮了孩子 /55
- 放飞孩子，让孩子自主学习 /58
- 正确引导孩子按时完成作业 /61
- 纠正孩子注意力不集中的坏习惯 /64
- 让“马大哈”变细心点 /67
- 孩子逃学，问清原因再处理 /69
- 不要让“分数”抢走孩子的快乐 /72

第四章 洞悉孩子的交往心理

交往是人们实现合作与沟通的前提。不会与人交往的人，在社会上很难受到别人的欢迎，也是不容易成功的。因此，父母应当充分认识到让孩子学会交往的重要性，从小鼓励孩子与同学、朋友积极交往，从而为孩子的健康成长和走上成功之路打下一个坚实的基础。

- 提高孩子与人交往的能力 /76
- 教育孩子要从生活细节上尊重别人 /78
- 让孩子从小学会与人分享 /81
- 治好孩子的“怕生”病 /84
- 让孩子走出小群体 /87
- 消除孩子的羞怯情结 /89
- 让“人来疯”收敛“疯”劲 /92



教孩子勇敢地说“不” /95

妥善解决孩子间的冲突 /97



孩子的心
思你别猜
——
好父母一定要知道的孩子心理学

第五章 细察孩子的习惯心理

父母的第一责任是教育孩子，而教育孩子第一位就是培养孩子的好习惯。在孩子一天的活动中，蕴涵着许多看似平常的生活活动，其实这正是培养孩子各种好习惯的大好切入点。如果父母能重视日常生活教育，重视对孩子良好习惯的培养，对孩子来说是终身受益的。

彬彬有礼，从小做起 /102

让“脏话大王”变成“小绅士” /104

培养孩子做事有计划的好习惯 /107

纠正孩子磨蹭，可从挖掘兴趣做起 /109

孩子的耐心需要培养和鼓励 /111

让孩子从小参加家务劳动 /114

不挑不偏，养个“杂食”好孩子 /117

培养孩子讲卫生的好习惯 /119

别让孩子成为“电视迷” /122

帮孩子解开网络束缚 /124

第六章 解读孩子的个性心理

每一个人都有自己与众不同的个性，每一种个性都有优点和缺点，但一个人想成功，就要利用自己的个性优点。因此，作为父母，必须对孩子有一个全面的认识，了解孩子个性的优缺点和空白点，帮助孩子发挥他的个性优势，让他能够健康成长。

保护孩子好问的天性 /130

让自卑的孩子抬起头来 /132

给骄傲自负的孩子“泼点冷水” /135

放手让依赖性强的孩子自己做事 /137

让娇气的孩子吃点儿苦头 /140

平静对待任性的孩子 /142

纠正孩子急躁的个性 /145

让优柔寡断的孩子果断一点 /147

给胆小怯懦的孩子“壮壮胆” /150

让“小霸王”收敛“霸”性 /153

目
录

第七章 修正孩子的品德心理

孩子呱呱坠地后，作为父母除了要给他充足的营养、丰富的知识，多方面开发他的智力外，培养孩子的道德品质也是极为重要的。因为品德是一个人立足社会的通行证。一个道德高尚的人，人们愿意与他交往，意味着他有更多的资源和机会，更容易成功。





孩子
的

心思
你
别
猜

——
好
父
母
一
定
要
知
道
的
孩
子
心
理
学

帮助孩子拔掉“嫉妒”这根刺 /158

别让虚荣心抹杀了孩子的灵性 /160

孩子攀比，父母别充胖子 /163

帮助孩子杜绝说谎的恶习 /165

拯救被自私吞噬的孩子 /168

用爱融化孩子的冷漠心理 /171

别纵容孩子的“不孝” /174

纠正孩子爱占小便宜的坏习惯 /176

轻松改变孩子的“贼”性 /178

第八章 培养孩子的理财心理

理财是人生的重要一环，它不仅是成人必备的，也是孩子不可或缺的课程。对于孩子来讲，越早学习理财知识，就会越早具备理财能力并掌握获取财富的技能，从而在竞争越来越激烈的现代社会中，更易、更快、更早地获得成功。

为孩子存款，不如教孩子理财 /184

零花钱，孩子理财第一课 /186

小心压岁钱压着孩子和自己 /188

教孩子花钱也是一种教育 /191

引导孩子培养理性消费观 /193

培养孩子储蓄的好习惯 /195

改掉孩子乱花钱的毛病 /198

第九章 做孩子的心理医生

对于孩子来说，只有拥有健康的心理，才能拥有美好的未来，因为面对变化莫测的生活，心理素质好的人会选择去适应，而不是消极逃避，或者肆意破坏。因此，最好的教育应该是心理教育，所有父母都应该学做孩子的心理医生。

关爱孩子，从心的沟通开始 /204

帮助孩子缓解心理压力 /206

细心呵护孩子的自尊心 /208

合理把握对孩子的期望 /211

跨越代沟，与孩子一起成长 /213

站在孩子的角度看问题 /215

做孩子的知心朋友 /218

让孩子打开自己的心扉 /220

保护孩子的“隐秘世界” /222



第一章 了解孩子的心理需求

曾经乖巧的小家伙怎么就变成了无理取闹的讨厌鬼？而我们的批评、劝说怎么使情况看起来更糟糕？其实，当我们换一种思路去“破译”孩子的行为，就会了解到孩子偏差行为背后可能存在着某种心理需求。作为父母，要教育好孩子，先要了解孩子的心理需求。





孩子的

心思你别猜

——好父母一定要知道的孩子心理学



教育孩子，应以尊重孩子为前提

每个人都渴望得到别人的尊重，孩子也同样。一个孩子得到大人的尊重，长大后他也会懂得该如何去尊重他人。教育专家介绍，孩子最初的受人尊重的感觉是从父母那里得到的，尊重别人的意识也是在日常生活中经过多次训练、教育，不断强化而逐渐建立起来的。

孩子有丰富的情感和个性，只有充分尊重孩子，才能使他健康、快乐、全面地发展。父母对孩子的尊重可使他们形成自尊心。孩子健全的个性是在自信和自尊的条件下建立的。

现在有些年轻父母由于自身受过良好的教育，对孩子的成长需求认识得比较到位，在日常生活中能尊重孩子。但也有相当一部分父母虽说也知道一些尊重孩子的道理，但在实际生活中却做不到。在他们眼里，孩子是自己的私有财产，子女必须一切听从大人的安排。这样的父母往往把孩子置于完全依附自己的位置上，没有把他们当成一个独立的个体来对待。一旦孩子的行为与他们的意志相左，或达不到他们的期望与要求，斥骂、批评随之而来。对不少父母而言，学会尊重孩子不是一件容易的事，它应是建立在正确的认识基础上，真正发自内心的一种自觉行为。

那么，父母怎样做才算是尊重孩子呢？



给孩子自主的机会

尊重孩子的每一个选择，给孩子一个自主决定的机会。尊重孩子的权利，就是要征得孩子的同意，让孩子有选择的机会并且在尊重孩子的基础上给予引导，这也是民主家庭中父母为孩子负起的一个责任。



尊重孩子的意愿

孩子也是家庭的一员。当遇到事情尤其是和孩子密切相关的事情时，父母应该征求孩子的意见，并尽量尊重孩子的意愿。而不是总以



为孩子太小，根本没有思考问题的能力，即使跟他们商量也没有用。

当然，生活中有些大人的事情是不必让孩子知道的，但是有些事情却完全应该让孩子参与讨论，尤其是关于孩子的一些事情。尊重孩子的意愿，遇事经常和孩子商量，是对孩子的一种赏识和尊重。

父母尊重孩子的意愿，不仅是因为孩子有权知道自己的事情，这更是对孩子的分析和判断能力的赏识，相信孩子有能力分析和决定家庭中的事务。



不要压制孩子的主见

父母当然比孩子拥有更大的权力，甚至有权让孩子完全得不到任何权力，但这么做的后果是造就一个没主见、没责任感而且脾气暴躁的孩子。

专家认为，疏导是比围堵更好的手段。而且，孩子拒绝父母要他做的事，不是要反对父母，只是想对自己的事有主导权。如果父母理解并尊重这一点，那么释放部分的权力对孩子的发展也是有利的。



让孩子感觉到被尊重

家庭对于孩子的作用是无与伦比的，孩子希望自己被尊重，会首先希望能够在家里地位，在家里能是爸爸妈妈、奶奶爷爷的中心。这个中心很多时候是孩子的自我感觉，并不是说家庭里什么大大小小的事情都围绕孩子展开，把孩子当成“皇帝”，那就变成了溺爱，是不可取的。所以父母要营造孩子被尊重、“我很重要”的氛围，在做出和孩子有关的决定时，多倾听孩子的意见，尊重孩子的想法，并且逐渐引导孩子尊重自己，尊重别人。



尊重孩子的私人空间

父母进入孩子房间应该先敲门，移动或用孩子的东西应该得到他的允许，任何牵涉到孩子的决定应该先和他协商，不要随意翻看孩子的日记，应该尊重孩子的所有权，把他当一个成人一样尊重。这种尊重应从给孩子换尿片时就开始：换尿片前，先和颜悦色告诉他要换尿片了，请他忍耐一下。父母不尊重孩子，将导致孩子走向社会后缺乏服务和尊重

的观念，因为不被尊重的人也不会知道尊重别人。



孩子的心思你别猜

——好父母一定要知道的孩子心理学



关注孩子最需要的精神安慰

孩子是很会察言观色的小“观察家”，他们很清楚“自己什么样的行为会引起父母什么样的反应”，但是，他们常常会对父母种种反应做出错误的解释。当父母打骂孩子时，孩子就会认为是父母不爱他了。于是，他们便会用坏行为来吸引父母的注意力，就算是再次被父母打骂他们也不在乎。因为他们会认为：虽然我得不到父母的情感和接纳，但至少我还可以得到他们的注意。久而久之，这样的孩子很易发展成叛逆少年或不良少年。

因此，生活中，父母再忙也不能忘记关注孩子的心理需求。当孩子出现不良行为或不良行为越来越多时，父母更要分析其心理原因，在满足孩子正当心理需求的前提下，尽快结束孩子的这种“我吸引你注意”的游戏。

喜欢别人的注意是孩子自我意识发展到一定阶段的必然反映。随着孩子感知能力的迅速提高，其表现欲不断增强，他们最不愿意被成人“冷落”。但在现实生活中，不少父母除尽力满足孩子生活需求外，很少给予他们精神上的足够关注。有时孩子要求爸爸妈妈陪他坐一会儿，讲个故事，父母说没工夫，于是孩子通过各种方法，如不听话，甚至哭闹、毁坏东西来达到目的。虽然他被父母斥责、处罚，但却感觉到终归被关注他了。也正因为父母是在孩子做出不良行为时才给予注意，所以孩子逐步形成不良行为的心理和行为定势，严重影响孩子的健康成长。

为此，父母必须给予孩子足够的积极注意，具体地说，争取做到以下几点：



经常倾听孩子的心里话

在现实生活中，每个人都会听，但不见得每个人都会倾听。对于



父母来说，学会倾听对我们的亲子沟通起着至关重要的作用。首先我们得听孩子说。也就是允许他们说，创造机会让他们说，鼓励他们说。以一种包容的姿态，用你积极的身体语言，用眼睛目视孩子的眼睛，去倾听孩子的各种想法，鼓励孩子多多发表意见。再次我们要体验孩子说。就是听到孩子说后，内心要去感同身受，以孩子的眼光去对待孩子所面临的问题，蹲下身来，不再以俯视的态度，而是与孩子以平等的态度去感受孩子的一切，使孩子感到你心中有他一定的位置。



及时肯定孩子的良好行为

做父母的容易从成人的眼光出发来看待自己孩子的所作所为，对孩子高要求，所以孩子要从父母那里得到赞扬是难而又难。然而，值得大家赞扬的良好行为习惯与惊天动地的成绩是由许多细小的行为与环节组成的。如果要求孩子一下子去获得，那是不太现实的。因此，只要有助于孩子确立良好的行为习惯，增长自信心，就需要父母们慷慨地赋予孩子肯定与表扬。当孩子有良好的行为表现时，父母都应及时地用赏识的语言加以鼓励，偶尔还适当地奖励一些生活用品和学习用品。平时更应注重与孩子的情感交流，充分发挥眼睛、表情、手势等人体语言的作用，如摸摸孩子的头、拍拍孩子的肩、拥抱孩子等激励方法往往比给孩子买一大堆礼物更能起到良好的教育作用。这样就能更有效地促使他不断地练习、强化，使之逐步成为一种自然的习惯。



积极参与孩子的活动

人是一种情感丰富的高级动物，尤其对于孩子来说，更需要来自父母的情感呵护和温暖。作为独生子女，现在的孩子本来就孤独，光有玩具的陪伴是不够的，他们也希望父母参与到他们的活动中。如果父母以各种借口不陪孩子玩，不参与孩子的活动，那孩子就更孤独了。父母应尽可能多地与孩子一起阅读儿童读物和进行各种益智游戏、体育游戏和手工制作活动，并以“助手”或“顾问”的身份，引导孩子提高活动能力和水平。