



- ★ 前沿话题
- ★ 巧开心锁
- ★ 两代沟通
- ★ 精心调教

孩子 教育难题

HAIZI JIAOYU NANTI

——心理透视
66 妙招
(修订版)

主编 肖 峰



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

慧源心理导航系列丛书之二

孩子教育难题

——心理透视 66 妙招

HAIZI JIAOYU NANTI
XINLI TOUSHI 66 MIAOZHAO

主 编 肖 峰

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 培	申 艳	付勇刚	朱 玲
许建华	李 丽	李 玲	李东方
吴 强	吴建杰	张 宇	张 敏
张海英	陈 渊	郑蝉金	荣飞雪
夏昌盛	高立新	职冬娜	魏雅芸



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京



内 容 提 要

独生子女教育问题已经成为每个家庭的头等大事，也是每个父母面临的独特挑战。本书由多年从事儿童教育和心理学研究的专家撰写，通过对 66 个典型案例的剖析，以“心中的结”、“心理透视”、“举一反三”、“成功案例”、“前车之鉴”为主线，对独生子女的心理特点、智力和非智力优势、学习压力问题、网络和传媒问题、生活条件优越问题、家庭不稳定问题、生活常识的学习问题、性早熟和早恋问题、孩子在家庭生活中的地位问题、家长自身的心理和不断学习问题等展开讨论；针对现今家庭教育中普遍存在的观念错位和行动误区，总结出了 66 个家教妙招，告诉家长通过心理透视来把握家庭教育的方式、方法、时机和分寸，把握教育的主动权。指导苦恼的家长怎样巧开孩子心锁、有效沟通、严慈有度是本书的最大特点。语言生动，精彩有效，具有很强的可操作性和实用性，适合中小學生阅读，适合中小学图书馆馆配。也是家长和教育工作者的良师益友。





前言

作为家长，您是否有时候想教给孩子一些道理，又不知道该不该在孩子这个年龄段教给他？您是否有时候面对孩子的错误，怎么教也达不到效果？甚至您是否有时候有了这种想法：我算没有招数了，这孩子算没治了……

家长们几乎没有不望子成龙的，但是只在那儿“望”是不够的。假如一个农民，整天只站在地头盼望着好收成，而不施肥、浇水、拔草、除虫，那收成十有八九不会太好。

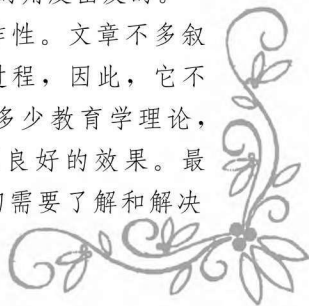
所以，在望子成龙的基础上，教子成龙和助子成龙就显得尤为重要了。给家长一些好的、具体的教育方法，正是本书的宗旨。

本书具有以下特色：

首先，本书不是一般家庭教育理论的泛泛之谈，其中的教育方法多是取材于许多家长的成功经验，因此它的实用性、有效性比较强。我们将这些成功的教育经验取之于家长，然后结合一些相关的教育学和心理学基本原理，归纳提炼，使之上升为一般性的、适用面广的方法，再用之于家长。

其次，现在的许多家庭教育书籍和文章，“指责”家长家庭教育失误的多，给予家长具体建议的少。列举了很多家长这么做不对，那样做不行，但家长应该做什么，尤其孩子出了问题该怎么办，却很少涉及。有鉴于此，本书的编写是从给家长直接、正面的建议的角度，而不是从否定、批评的角度出发的。

再次，本书具有较高的可模仿性、可操作性。文章不多叙述教育的理论，而着重介绍教育方法的实施过程，因此，它不需要家长具有多么高的文化层次，或先明白多少教育学理论，而只要按书中的方法去具体操作，就能收到良好的效果。最后，本书所回答的问题，是现在广大家长迫切需要了解和解决





的热点问题和难点问题。

本书的作者是一批多年从事家庭教育研究的专家，他们在全新的教育理念指导下，结合多年从事家庭教育咨询的经验，对66个典型案例进行剖析，找到了现今家庭教育中普遍存在的观念错位和行动误区，有针对性地总结出了一系列行之有效的方法，撰写了66个家教妙招实例。这些成果，汇集成成了《孩子教育难题——心理透视66妙招》一书，由人民军医出版社出版。

许多家长很想读一些家教方面的书。这本书完全摈弃了学术论著的一些老套路，而是完全用一些丰富灵活的形式，用生动具体的语言，用我们许多家长遇到的家教中的麻烦事作为基本内容，写出了多篇实用、有效、通俗、精彩的文章。

在孩子们幼小的心灵中，父亲母亲都是需仰视一见的了不起的人。也应是他们最先接触的成人世界的代表，是他们倾心模仿、效法、追随和崇拜的对象。

父母爱其子，为其计深远。对孩子们来说，将来要立足于社会，首要的是领会生命的意义何在，热爱知识，渴求进取，善于与他人团结合作，自尊自信自强，为实现美好理想不畏艰辛、百折不回。而这些高尚情操和品格的形成，有赖于严父慈母的熏陶。孩子们在家里耳濡目染所形成的性格，它先于学校教育和社会环境带来的影响。父母本人怎样对待学习和工作，怎样为人处世，对世事人生抱什么态度，会直接影响于子女。孩子们随年龄的增长，需要与他人做逐渐深入的思想感情上的沟通。而父亲和母亲只有在兼做孩子们的良师益友时才算是合格的。

最后，我要特别感谢人民军医出版社的编辑秦速励博士，感谢她为本书的选题、定稿、编辑、出版所做的贡献。

肖 峰





目 录



第一部分 前沿话题

第 1 妙招	孩子爱玩电脑游戏怎么办?	(2)
心中的结	电脑游戏迷	(2)
心理透视	好奇心理与求胜心理	(3)
应对策略	欲擒故纵以毒攻毒	(3)
成功案例	电脑游戏战——母女双赢	(4)
第 2 妙招	怎样面对迷上网络的孩子?	(6)
心中的结	网络上瘾综合征	(6)
心理透视	孤独的一代	(6)
应对策略	父母从改变自己做起	(7)
举一反三	网吧是把双刃剑	(8)
相关链接	上网交友注意事项	(8)
第 3 妙招	怎样教育孩子对待不良广告?	(10)
心中的结	孩子痴迷广告	(10)
心理透视	生理的早熟与心理的不成熟	(10)
应对策略	家庭——信息的“过滤器”和“净化器”	(11)
成功案例	小广告迷策划广告	(12)
第 4 妙招	我的儿子因家境比人穷而自卑	(14)
心中的结	自卑的儿子	(14)
心理透视	自卑心理——选择了一个错误的参照系	(14)
应对策略	正视贫困,拯救自己	(15)
相关链接	黑色的氢气球	(15)
成功案例	轻轻地对自己说:“生日快乐!”	(16)
第 5 妙招	该不该让孩子信任别人?	(18)
心中的结	防范心理太重的女儿	(18)
心理透视	信任危机害人害己	(18)



应对策略	自信与信任——友谊的催化剂和润滑油	(19)
小小测试	你的孩子是否疑心太重?	(21)
第 6 妙招	从小培养孩子的经济头脑	(22)
心中的结	孩子的生日礼物	(22)
心理透视	孩子的理财心理	(22)
应对策略	“理财教育”从娃娃抓起	(22)
成功经验	开一个家庭银行	(23)
第 7 妙招	怎样对待英语低龄考级热?	(24)
心中的结	是否赶潮流?	(24)
心理透视	拔苗助长	(24)
应对策略	双语教学	(25)
成功案例	选择快乐	(25)
第 8 妙招	怎样让孩子接受我和丈夫分手的现实?	(26)
心中的结	怎样减少对孩子的伤害?	(26)
心理透视	孩子对父母离异有强烈的不安全感	(26)
应对策略	让孩子因为有你而自豪	(27)
专家建议	离婚父母忠告	(29)
前车之鉴	性格内向的孩子心理更敏感	(29)
第 9 妙招	孩子为何害怕星期一?	(30)
心中的结	儿子在星期一无精打采	(30)
心理透视	生物钟节律紊乱	(30)
应对策略	巧妙安排周末活动计划	(31)
举一反三	忙乱兴奋的周末	(31)
第 10 妙招	怎样面对喜欢追星的孩子?	(32)
心中的结	女儿追星	(32)
心理透视	追星——通向成熟的必经之地	(32)
应对策略	理性追星	(33)
成功案例	与女儿一起追星	(33)
第 11 妙招	如何教孩子面对社会阴暗面?	(35)
心中的结	信息焦虑与困惑	(35)
心理透视	好奇心	(35)
应对策略	做孩子的“好老师”	(35)
成功案例	将心灵的摄像机对准真善美	(36)



第二部分 特 别 关 注

第 12 妙招	不要让孩子与社会隔离	(39)
心中的结	费力不讨好的奶奶	(39)
心理透视	老人抚育孩子的局限性	(39)
应对策略	奖励孩子的社交行为	(40)
成功案例	做一个“心肠硬”的母亲	(40)
第 13 妙招	单亲家庭的孩子如何能有好人缘?	(41)
心中的结	单亲家庭孩子的孤独感	(41)
心理透视	家庭中不要制造“心灵垃圾”	(41)
应对策略	做一名“开放妈妈”	(42)
成功案例	乐观、积极的思维方式	(42)
第 14 妙招	怎样让单亲的儿子成为男子汉?	(44)
心中的结	儿子的性格太软弱	(44)
心理透视	单亲儿子更需要爸爸的父爱	(45)
应对策略	妈妈调教小男子汉	(45)
相关链接	刚柔并济	(46)
第 15 妙招	儿子为何与小狗如此亲密?	(47)
心中的结	儿子与宠物	(47)
心理透视	孤独的心越来越孤独	(47)
应对策略	从父母与孩子一起养小狗开始	(48)
成功案例	狗是人与人之间交流和沟通的桥梁	(48)
第 16 妙招	为什么我一对女儿说话她就烦?	(50)
心中的结	女儿为什么不尊重父母?	(50)
心理透视	心理断乳期	(51)
应对策略	家长获得孩子尊重的妙招	(51)
成功案例	与孩子做知心朋友	(52)
第 17 妙招	儿子为何迷上恐怖的东西?	(54)
心中的结	儿子眼中的时尚	(54)
心理透视	热衷“恐怖”——缓解心理压力的一种方式	(54)
应对策略	淡化“恐怖时尚”	(55)
成功案例	广泛爱好挤走“恐怖时尚”	(55)
第 18 妙招	难道老实的孩子也让人担心吗?	(57)
心中的结	老实已不是美德了吗?	(57)



心理透视	老实=抑郁?	(57)
成功案例	由劣势变优势	(58)
相关链接	内向性格也有优势	(59)
前车之鉴	注意性格很内向的孩子	(59)
第 19 妙招	让孩子承受住失败的打击	(61)
心中的结	要强的女儿	(61)
心理透视	承认失败	(61)
应对策略	失败时的心理调节	(62)
第 20 妙招	孩子有了难以启齿的秘密怎么办?	(63)
心中的结	儿子的秘密	(63)
心理透视	性早熟的孩子	(63)
应对策略	父母学会与孩子沟通	(64)
成功案例	妈妈成为女儿的网友	(65)
第 21 妙招	朋友家的规矩不一样怎么办?	(67)
心中的结	帮女儿找朋友找出麻烦	(67)
心理透视	孩子心中的家庭规则	(67)
应对策略	求同存异	(68)
成功案例	弹性规则	(69)

第三部分 巧 开 心 锁

第 22 妙招	不敢跟别人比的孩子	(72)
心中的结	气馁的儿子	(72)
心理透视	引导孩子与自己的过去相比较	(72)
应对策略	寻找心理平衡	(73)
成功案例	良好的学习方法和习惯很重要	(74)
第 23 妙招	孩子不会“来事儿”怎么办?	(75)
心中的结	与老师格格不入的孩子	(75)
心理透视	自卑心理在作怪	(76)
应对策略	换位思考	(77)
第 24 妙招	孩子为何对人对事都冷冷漠漠?	(79)
心中的结	冷漠症?	(79)
心理透视	只有负重的灵魂才能成为人的灵魂	(79)
应对策略	培养孩子的责任心至关重要	(80)
相关故事	事无巨细帮助孩子的后果	(81)



小小测试	测测你孩子的责任感	(82)
成功案例	小里根:自己承担后果	(82)
第 25 妙招	孩子很在乎别人的议论怎么办?	(83)
心中的结	儿子没有主见	(83)
心理透视	完美心理	(83)
应对策略	走自己的路,让别人说去吧!	(83)
成功案例	投入自己的生活	(84)
相关典故	书生,老人和孩子	(85)
第 26 妙招	孩子老爱担心焦虑怎么办?	(86)
心中的结	怯懦的女儿	(86)
心理透视	焦虑症	(86)
应对策略	在行动中化解焦虑	(87)
心理小训练	消除焦虑的心身训练	(88)
心理小测试	焦虑症的测定	(89)
第 27 妙招	我的孩子老担心被别人超过怎么办?	(90)
心中的结	被名次折磨的儿子	(90)
心理透视	成就焦虑心理	(90)
应对策略	树立现代“双赢”理念	(91)
成功案例	相互学习与帮助	(92)
第 28 妙招	孩子老说“不会”怎么办?	(93)
心中的结	拒绝说“会”的孩子	(93)
心理透视	自我保护心理	(93)
应对策略	对孩子放手	(94)
成功案例	我自己会	(94)
前车之鉴	长不大的佳佳	(95)
第 29 妙招	孩子死不认错和道歉怎么办?	(97)
心中的结	倔强的孩子	(97)
心理透视	死要脸面心理	(97)
应对策略	道歉是一种美德	(98)
小 训 练	道歉才能过关	(99)
相关故事	“因为我们经常做错事”	(99)
第 30 妙招	孩子为何频频爱出错?	(100)
心中的结	战战兢兢无所适从的女儿	(100)
心理透视	神经过敏性焦虑	(100)
应对策略	让孩子获得成就感	(101)



孩子教育难题——心理透视 66 妙招

成功案例	对孩子的信任与宽容	(101)
相关链接	自信心与心理稳定性	(102)
第 31 妙招	孩子一学习就感到累是什么原因？	(103)
心中的结	书成了催眠剂	(103)
心理透视	心累——心理疲劳	(103)
应对策略	心理按摩有妙招	(104)
心理测试	测测孩子的心理疲劳度	(105)
心理训练	缓解心理疲劳五节操	(105)
第 32 妙招	他拿钱不是道德上的问题	(107)
心中的结	单亲孩子的弱点	(107)
心理透视	游离在亲情之外	(107)
应对策略	给孩子多一些关爱和温暖	(108)
案例解析	以“偷窃”方式引起关注	(109)
第 33 妙招	我的孩子是不是太求完美了？	(110)
心中的结	完美成了一个障碍	(110)
心理透视	“完美主义”是遮羞布	(110)
应对策略	了解“犯错误效应”	(111)
小 训 练	克服完美主义的训练技巧	(112)
第 34 妙招	我女儿为何老爱找老师告状？	(113)
心中的结	不能和同龄人正常沟通的孩子	(113)
心理透视	偏执型人格障碍	(113)
应对策略	自我塑造性格	(114)
第 35 妙招	我女儿为什么在外在家两个样？	(115)
心中的结	女儿的双重面孔	(115)
心理透视	双重性格并非一朝一夕形成	(115)
应对策略	善待家里人	(116)

第四部分 两代沟通

第 36 妙招	怎样面对有错不改错的孩子？	(118)
心中的结	认错但不改错	(118)
心理透视	是非观念不明确	(118)
应对策略	追踪	(119)
第 37 妙招	怎样面对老不听话的孩子？	(121)
心中的结	孤立的兰兰	(121)



心理透视	伤了自尊心	(122)
应对策略	有问题时不要情绪化	(123)
成功案例	沟通与妥协	(124)
第 38 妙招	儿子像颗炸弹怎么办？	(126)
心中的结	浑身不舒服、不自在的儿子	(126)
心理透视	情感攻击行为	(127)
应对策略	弄明白内心的真正需求	(127)
相关链接	你的孩子感到压抑吗？	(128)
第 39 妙招	孩子不服父母怎么办？	(131)
心中的结	儿子不尊重父母	(131)
心理透视	“以孩子为中心”的后果	(131)
应对策略	与孩子做深层次的交流	(132)
成功案例	换位思考	(132)
第 40 妙招	怎样避免孩子成为父母的出气筒？	(133)
心中的结	可怜的孩子	(133)
心理透视	应激事件量化表	(134)
应对策略	气球的吹与放	(135)
相关链接	男女差异	(137)
举一反三	孩子不是出气筒	(137)
第 41 妙招	家长,您的唠叨该刹车了	(138)
心中的结	苦口婆心的父母	(138)
心理透视	唠叨的后遗症	(138)
应对策略	唠叨家教急刹车	(139)
举一反三	耳朵磨出“老茧”	(140)
第 42 妙招	孩子患上了“家庭沉默症”怎么办？	(141)
心中的结	对我冷若冰霜的女儿	(141)
心理透视	缩短心理断乳期	(141)
应对策略	调整心态妙招	(142)
举一反三	平和心态,不要大惊小怪	(143)
第 43 妙招	怎么让他们父子之间的感情融洽起来？	(144)
心中的结	父子对抗	(144)
心理透视	自卑型的父亲是症结所在	(144)
应对策略	父子应该是良朋益友	(145)
第 44 妙招	怎样对待老和我对着干的孩子？	(147)
心中的结	母女对立	(147)



心理透视	孩子是家长的一面镜子	(147)
应对策略	耐心等着孩子长大	(148)
相关链接	逆反行为种种	(149)
小测试	你如何对待倔强的孩子?	(149)
第 45 妙招	怎样让浮躁的孩子踏实下来?	(151)
心中的结	儿子毛病一大堆	(151)
心理透视	浮躁原因种种	(151)
应对策略	克服浮躁习惯妙招	(152)
成功案例	循序渐进克服浮躁习惯	(153)
第 46 妙招	如何让孩子变得细心?	(155)
心中的结	粗心大意的女儿	(155)
心理透视	粗心大意很普遍	(155)
应对策略	耐心调教	(156)
成功案例	“警察抓逃犯”	(156)
第 47 妙招	为什么孩子拼命想学好,却学不好?	(158)
心中的结	精神负担压垮女儿	(158)
心理透视	情商比智商更重要	(158)
应对策略	三剂良方	(159)
成功案例	母子之间敞开心扉	(160)
心理测试	孩子有快乐心理素质吗?	(161)
第 48 妙招	我的孩子怎么老给自己找借口?	(162)
心中的结	儿子自己找台阶	(162)
心理透视	阿 Q 式的自我麻痹	(162)
应对策略	失败是没有任何借口的	(163)
相关链接	失败总能找到借口	(163)
第 49 妙招	我女儿是否患了健忘症?	(164)
心中的结	女儿是个马大哈	(164)
心理透视	健忘症后果很严重	(164)
应对策略	良好习惯是克服健忘症的妙招	(165)
成功案例一	以毒攻毒	(166)
成功案例二	奖励小红旗	(166)
第 50 妙招	我的女儿太娇气怎么办?	(167)
心中的结	女儿是个小娇娇	(167)
心理透视	家长的溺爱是孩子娇气的原因	(167)
应对策略	不要让孩子娇气合理化	(168)



成功案例	“让娇气的女儿付出代价”	(169)
第 51 妙招	孩子老爱拖拉怎么办?	(170)
心中的结	慢节奏的儿子	(170)
心理透视	拖沓习惯与逃避痛苦	(170)
应对策略	兴趣是最好的老师	(171)
成功案例一	制定一份学习计划表	(172)
成功案例二	有一个干练的妈妈	(172)
第 52 妙招	找到医治孩子冷漠和自私的良方	(174)
心中的结	冷漠自私的女儿令母亲伤心	(174)
心理透视	“关怀强迫症”引发的后遗症	(174)
应对策略	爱人者,人恒爱之	(175)
成功案例	助人为乐	(175)

第五部分 精 心 调 教

第 53 妙招	不让孩子被“噩梦”惊醒	(178)
心中的结	严厉的父亲让女儿做恶梦	(178)
心理透视	梦境是白天的生活经历在夜间的“发酵”	(178)
应对策略	了解心理压力的源头	(179)
成功案例	消除恐惧	(179)
相关链接	睡眠知识——睡眠商测试	(180)
第 54 妙招	孩子缺乏勇气特怕失败怎么办?	(182)
心中的结	没有自信心的儿子	(182)
心理透视	自卑胆怯与童年经历有关	(182)
应对策略	拒绝当逃兵	(182)
第 55 妙招	孩子受了别人的欺负之后	(184)
心中的结	总受欺负的儿子	(184)
心理透视	冷处理为上策	(184)
应对策略	生气不如长志气	(185)
成功案例	靠智慧解决冲突	(185)
第 56 妙招	让孩子社交恐惧见鬼去	(188)
心中的结	怕见生人的女儿	(188)
心理透视	社交障碍综合征	(188)
应对策略	欣赏孩子	(189)
相关链接	社交恐惧心理处方	(189)



成功案例	丑小鸭变成白天鹅	(190)
相关链接	社交恐惧症	(191)
第 57 妙招	让孩子走出疑病症的心灵痛苦	(192)
心中的结	杞人忧天	(192)
心理透视	过分关注自我	(193)
应对策略	引导孩子将注意力向外部投射	(193)
成功案例	丰富多彩的生活	(194)
相关链接	疑病症	(195)
第 58 妙招	怎么帮孩子改掉火暴的脾气?	(196)
心中的结	“生气包”	(196)
心理透视	“有猛兽型之父必有猛兽型之子”	(196)
应对策略	克制、转移与宽容	(196)
专家建议	制怒心理处方	(197)
前车之鉴	音乐家输给苍蝇	(198)
教育故事	伤口永远存在	(198)
心理测试	你孩子的脾气有多大?	(199)
第 59 妙招	怎样安慰伤心的孩子?	(201)
心中的结	琦琦心爱的小花猫丢了	(201)
心理透视	指责会导致孩子自我封闭	(201)
应对策略	设想小花猫的几种结局	(202)
心理测试	了解自己的孩子	(202)
第 60 妙招	别让孩子恐惧爱	(204)
心中的结	哪个少年不钟情?	(204)
心理透视	压抑的正反馈作用	(204)
应对策略	化爱情为力量	(205)
举一反三	哪个少女不怀春?	(205)
成功案例	谁说爱情不听话?	(205)
送你一句话	爱是不可怕的,也是不可压抑的	(206)
第 61 妙招	怎样开导老烦别人的孩子?	(207)
心中的结	看谁都不顺眼的女儿	(207)
心理透视	以人为镜,矫正自己	(207)
应对策略	父母言传身教	(208)
心理训练	善于发现别人的优点	(209)



第六部分 新 式 武 器

第 62 妙招	怎样对待孤僻离群的孩子？	(211)
心中的结	孤僻离群的女儿	(211)
心理透视	过分溺爱	(211)
应对策略	培养社交能力	(212)
成功案例	陈宇华爸爸讲故事	(212)
第 63 妙招	将“幽灵”从孩子的心灵中驱走	(214)
心中的结	女儿迷信“星座”	(214)
心理透视	“迷信”反映心理焦虑与不安	(214)
应对策略	抵制迷信活动	(215)
相关链接	电脑算命灵吗？	(215)
第 64 妙招	让孩子对他人的付出心存感激	(216)
心中的结	儿子说不出“谢谢”二字	(216)
心理透视	感恩心理常有	(216)
应对策略	知足知恩，心存感激	(217)
心理训练	想想你该感谢谁？	(218)
成功案例	让孩子养成感谢他人的习惯	(219)
第 65 妙招	让孩子轻松面对学习压力	(221)
心中的结	学习压力太大	(221)
心理透视	压力具有两面性	(221)
应对策略	舒解压力妙招	(221)
小 训 练	缓解疲劳妙招	(222)
相关链接	三分之一的学生有心理问题	(223)
心理小测试	你孩子的心理超负荷了吗？	(223)
第 66 妙招	让孩子学会爱的表达	(224)
心中的结	不善于表达爱的孩子	(224)
心理透视	述情障碍	(224)
应对策略	寻找情感牌照	(225)
心理小测试	你孩子的情感表达能力如何？	(226)
相关链接	大学生懒得写家书，父母寄来“填空信”	(226)
父母体会	儿子教给父母说：“我爱你”	(227)