

明心坊 · 成长领先

Century Headstart

王秀园 / 著

儿童心理 魔法书

孩子有爱发脾气、叛逆心强、说谎等行为问题，或是怕黑、爱哭、过度依赖……，让身为父母的你大伤脑筋吗？

让专家告诉你

如何判断孩子行为问题背后的原因，
以及解决问题的方法。



华东师范大学出版社

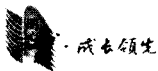
图书在版编目(CIP)数据

儿童心理魔法书 / 王秀园著. — 上海: 华东师范大学出版社, 2006.3

ISBN 7-5617-4616-4

I. 儿… II. 王… III. 儿童心理学 - 通俗读物
IV. B844.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 017481 号



儿童心理魔法书

撰 著 王秀园
项目编辑 彭呈军
文字编辑 单敏月
责任校对 邱红穗
封面设计 黄惠敏
版式设计 蒋 克

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
电 话 021-62450163 转各部 行政传真 021-62572105
网 址 www.ecnupress.com.cn www.hdsdbook.com.cn
市 场 部 传真 021-62860410 021-62602316
邮购零售 电话 021-62869887 021-54340188

印 刷 者 上海华成印刷装帧有限公司
开 本 787 × 960 16 开
印 张 18.5
字 数 211 千字
版 次 2006 年 5 月第一版
印 次 2006 年 5 月第一次
印 数 8 000
书 名 ISBN 7-5617-4616-4/G · 2693
定 价 36.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社市场部调换或电话 021-62865537 联系)



儿童心理魔法书

华东师范大学出版社

本书原名《儿童心理魔法书》，简体版由台湾童心房国际教育顾问事业有限公司授权华东师范大学出版社在中国大陆独家出版发行。版权所有，盗版必究。

上海市版权局著作权合同登记 图字：09 - 2005 - 615 号

献给奚汀老师

是您

让我知道一个老师的付出，
可以如此地影响深远久长。

谢谢您的包容接纳，
才有今日提笔创作的我。

为什么幼儿喜欢童话，因为它的 Magic。

自序

为什么幼儿喜欢童话，因为它的 Magic（魔法）。

仙女棒一挥，烟彩四射，南瓜变马车、小木偶会说话、怪兽变王子，眼前的丑恶，随着魔法轰然一声发生变化，待眼前迷雾烟消云散后，立即进入了另一个想象空间，一个美丽新鲜、丰富神奇的世界呈现在眼前。想象的世界永远是美好的。

为什么年轻的孩子狂热地喜好着超人、蜘蛛人、夜魔侠呢？因为这些英雄人物具有令人羡慕的 Super Power。这些特殊能力只要一经施展，电光石火之间，现实生活中的纷纷扰扰、困难、痛苦就会因为超强能力的发挥而被驱散，纷乱的世界再次被拯救，平凡的百姓又恢复了原有的宁静和谐。借由这些英雄人物，想象自己拥有飞天钻地的能力之后，不再感到弱小无助。

然而，有些人在成年之后却渐渐远离童话，因为人生的历练与成熟的智慧使他们不相信人生的 Magic，无法等待或不敢期待魔法的发生。即便如此，还是有些人依旧迷恋着超人、蜘蛛人、夜魔侠等偶像，因为他们相信生活中的魔法，可以借由自己的努力、充实而得以实现。

这本儿童心理魔法书，是集结了千百位家长、老师、小朋友，许多儿童教育与儿童心理专家，以及我们生活中所有的你、我、他，拿出自己在儿童教养上完整的心路历程、累积的智慧与经验来与大家分享，才能孕育出这本教养子女、辅导学生、充实自我儿童心理智识、预防儿童问题恶化的工具书。

我们期待这本书能带给所有关心教育者长久以来一直寻求的教育知识，并期望你借由自己的努力与充实，和与前人们的智识分享，让你的智慧与处理问题的能力，日益增长，最终能与你的孩子一起创造属于你们的**Magic**。让你们现在所面对的困扰迎刃而解，预先搬走未来可能会阻挡在路中的危机与障碍，行有余力之后，还可以与其他所有的家长与老师分享经验与智慧。

期许你在本书的字里行间找到所需的魔法智识的点点滴滴，再借由努力实践，成为让**Magic**再次灿烂重现的魔法师。

Magic

目 次

给父母亲的智慧宝典 _____ 9

第一章 从错误中学习。_____ 10

父母亲所有的错误，其实都来自于原始美好的出发点。

第二章 父母亲要怎么爱？要爱多少才算够？ _____ 16

你是井水型的父母，河流型的父母，还是雨水型的父母？

第三章 儿童生理、心理、认知的发展阶段 _____ 20

借由了解每个阶段的孩子发展里程碑的知识，让一颗颗忧虑的父母心，不再那么地彷徨无依。

第四章 如何使用这本书 _____ 33

现代所有的儿童问题，因时代的进步、物质的诱惑、人际往来的复杂，已经益形多元多面。

儿童心理、行为探讨 _____ 38

第五章。侵略性的行为问题 _____ 39

一、说谎行为 _____ 41

二、好动儿的问题 _____ 46

三、玩火的问题行为 _____ 59

四、偷窃的问题行为 _____ 61

五、暴力问题行为 _____ 70

六、说脏话的问题行为 _____ 82

七、叛逆心强的问题行为 _____ 94

八、爱发脾气的问题行为 _____ 104

九、破坏他人物品 _____ 116



第六章 情绪问题	131
一、怕黑的情绪问题	133
二、常做噩梦	136
三、爱哭的情绪问题	139
四、害怕雷雨的情绪问题	151
五、缺乏自信的情绪问题	153
六、沉溺于白日梦	155
七、面对生与死的人生课题	159
八、怕上学的情绪问题	161
第七章 人际关系问题	165
一、手足之争	167
二、自私自利	171
三、面对单亲家庭	174
四、不愿分享	178
第八章 不良生活习惯的行为问题	191
一、善用时间	193
二、偏食的问题	199
三、不爱刷牙	207
四、赖床	209
五、不会收拾东西	212
六、过度依赖	220
七、孩子不容易入睡，怎么办？	225
八、过度肥胖	227
九、教导孩子爱福、惜福	238
第九章 学校生活方面的行为问题	241
一、上课爱讲话	243
二、学习困难	251
三、注意力不集中	270
四、作弊行为	283
五、不愿参与课堂的活动	286
后记	295

智慧

给父母亲的智慧宝典

宝典

-----MAGIC BOOK-----

第一章 从错误中学习



第一章 从错误中学习

父母亲所有的错误，其实都来自于原始美好的出发点。

——杰米李·寇蒂斯

美国非常有名的女明星杰米李·寇蒂斯，拥有一对外形亮丽、富有且具知名度、令人艳羡不已的父母亲，他们让她自出生就一直过着好莱坞式公主般奢华、优渥的日子。这一切梦幻得令人羡慕，可是她却不开心，自有记忆以来就不喜欢这样的环境、排斥自己的命运，从而产生叛逆性格，到最后痛恨这一对世界上最亮眼的双亲，甚至有段时间不相往来。直到有一天她领养了孩子，当了母亲，在冗长艰辛的养儿育女的过程中，终于体会出过去她父母的用心，也体会到他们曾经所犯的无心过错，因此她说了一句让所有父母都心生警惕的名言：“父母亲所有的错误，其实都来自于原始美好的出发点。”

世界上所有的父母亲，不论何种国籍、种族、文化，在孩子诞生的那一刻，都会期许自己尽可能地做个好爸爸或好妈妈。许多出版社听见了父母的心声，也顺应了父母的心愿，相继出版各门各派的育儿宝典、教养手册等，让关心儿女教育问题，带着既紧张又兴奋心情的父母亲，都能一偿当个好父母的愿望。

如果，故事就在起点停格，那么未来永远充满了留白的空间，希望与憧憬可以无限延伸。可是养儿育女，从孩子呱呱落地的那一刻起，就没办法中途喊“卡”，也没办法重新再来，不管是一路照书养，还是土法炼钢、自创门派，都考验着父母亲的智慧。父母亲可能每一步都走得战战兢兢，想着当下



的一句话、一个举动是对孩子有建议性的影响，还是具有毁灭性的影响？自己原始、美好、单纯的出发点，会不会是个无可挽回的错误呢？

费利尔夫妇的“从错误中学习”

有人说最宝贵的智慧，是从错误中学习。然而，养儿育女中的错误，却没有“重新打破，再塑一个”的自由与率性，往往等到知道自己错了时，伤害已深。最可怕的是不知道自己的错处，老是在同一点上一错再错，一次又一次地伤害自己的子女而不自知。

1999年费利尔夫妇（John C. Friel Ph.D & Linda D.Friel M.A.）汇集了所有父母亲最常犯的错误，写了一本书叫做《父母常犯的七大错误》（*The 7 Worst Things Parents Do*）。现在就将他们的智慧，借用到我们的东方世界，来个西学东解，让你也能从他乡异国的错误中学习，作为借镜。

1. 宝贝你的孩子（Baby Your Child）

“Baby”这个词经常被翻译成“宝贝”，其实，更真切的翻译应该是“骄纵”，如果直接指出这种教养的结果，就是温室里的花朵、无法无天的小霸王……还有其他更多名称，无需赘言。

有心的父母，在未来侵略性行为、人际关系、生活习惯、情绪问题与学校方面的行为问题中，都可以确切地看到这个教养法所衍生出的产物。

2. 把你的婚姻摆在最后顺位（Put Your Marriage Last）

这是中国父母亲最常犯的错误。

孩子，是父母亲一生中最大的投资，给孩子最好的一切，家里的小宇宙完全绕着孩子运行。夫妻两人从来没时间、精力、金钱及心思来经营自己的婚姻、自己的生活，长期下来，反而导致夫妻之间毫无相处品质可言，忘了孩子是两人爱情的结晶，不是两人生活的主宰，也不是把两人拴在一起的黏



胶。

问题重重的婚姻，其实才是问题家庭的根源；而问题家庭，正是培育“问题儿童”的温床。这个情形指的并非大家定势思考中的单亲家庭，请别再让单亲家庭背黑锅了。

3. 给孩子安排过多的课外活动 (Push Your Child into Too Many Activities)

这是有“别让孩子输在起跑点”、“孩子，我要你比别人更好”这种思考模式的父母亲最难克服，也最难抗拒的诱惑。

看到别人家的父母，花着大把的金钱把孩子往各个才艺班送，自己的孩子却是每天在小公园打球、玩耍、呆望着窗外做白日梦。那种愧疚与自责，真让金钱堪堪负担得起生活所需的父母亲，痛苦得辗转难眠，只觉得不但愧对孩子，更对不起列祖列宗。

在这里最难拿捏的是：何谓适度，何谓过多？

过多的课外活动，让孩子赶场似地蜻蜓点水，没有时间做自我的思考、沉淀学习到的知识，变成了一个只会“读死书，死读书”的机器。

每个人都需要在生活中有点留白来做思考、沉淀，也忠实地做自己。别忘了，白日梦是创意、想象、独立思考、展翅高飞的跑道，不信的话，请查证一下，爱因斯坦的相对论、斯皮尔伯格的电影，它们都是白日梦的产物。

4. 忽略自己精神、灵性的增长 (Ignore Your Emotional or Spiritual Life)

“孩子，我要你比我更好。”是这群父母亲高喊的口号，也给了自己最有力的借口。

有些父母把自己的生活重心完全压在孩子身上，天天鞭策孩子读书上进，然而自己的成长，却在出了学校大门的那一刹那，迫不及待地抛弃了。



此时静心思索一下，你有没有尽心尽力地活出自己，发展、挖掘、培育出时时刻刻都在成长的自己以作为孩子最佳的身教、言教呢？请别忘了，除了孩子之外，家长也必须活出自己的人生，并不是有了孩子之后，一切都要抛弃了。

5. 做你孩子的好朋友（Be Your Child's Best Friend）

这几乎是所有年轻父母亲努力的目标，认为当孩子把自己当成朋友时，就表示自己是个“善解人意，跟得上时代潮流的酷爹、酷妈”。如果能利用为友三真“友直、友谅、友多闻”的优点，成为孩子的好朋友，是最佳境界与模范；可是如果“朋友”的定义指的是，与孩子一起玩、一起闹，却忽略了身为父母亲所背负的更重要的职责，未引导孩子走向光明的方向，灌输是非善恶的观念的话，其实也是一种纵容。

在这样的教养观念中，有时会产生一种矛盾的教养情境，如果是为了孩子的人身安全，以及组成社会价值的道德观、价值观，在必须严拒孩子无理的要求时，做父母的你能否认清自己的职责，扮演好教养的角色呢？还是为了要做孩子的好朋友而放弃当父母的职责，任由孩子的喜、怒、哀、乐牵着鼻子走呢？

6. 没有给孩子依循的准则（Fail to Give Your Child Structure）

《父母常犯的7大错误》（*The 7 Worst Things Parents Do*）这本书的原意是要父母亲帮孩子建立起生活起居的规则。当这个问题移到东方来审视时，可以发现东方的父母容易过度地安排自己儿女的生活，让孩子丧失了自我安排、规划生活的能力。

可是关于同样的主题，我们也有自己的新解。

有些父母的教养方式、制定出来的家规，像是执政党与在野党共同执政，产生步调不同、口号不同、标准不同、执行力也不同的歧见，在父母意见相



左的管教中，孩子成了夹心面包，动辄得咎。于是为了适应这样的歧见纷争，孩子不是学会了投机取巧的“西瓜偎大边”法，就是会巧妙地“挑起战火，坐享其利”；再不然就是我行我素，以不变应万变。

当然，也有一些父母亲，在教养孩子的过程中，完全凭感觉走，孩子也只好随着父母亲的情绪，如同坐云霄飞车一般，极度快速地面对心情的起伏。这种管教方式的杀伤力在第二章会有更详尽的解说。

7. 希望孩子完成你的梦想(Expect Your Child to Fulfill Your Dreams)

继承祖先遗志、衣钵传承、接管家族企业，一直是中国人根深蒂固的观念，也几乎烙印在每个人的脑细胞上，植在每个人的骨髓里，要刮也刮不掉，要改也改不了。

也有一些人曾经有过年少轻狂的大梦，却在漫长的过程中无力圆梦或来不及圆梦，于是将希望寄托在下一代的身上，没有顾及孩子的人格特质、志趣等，便强迫孩子违背自己的本性，去完成父母生命中无法完成的梦想。

在满怀期待孩子完成父母亲无法完成的梦想时，请先静下来想一想，为什么父母亲从小可以拥有自己的空中楼阁，而孩子却不能拥有自己的梦想、追逐自己的梦、打造自己的理想，反而要放弃一切，为父母牺牲自己的梦想，这是身为期望孩子快乐的父母所希望的吗？父母亲的梦想，只在于父母本身，不要让孩子成为你的附属品。父母亲的殷切期许，有一天孩子能深深感念的。

以上是七个父母亲最常犯的错误，每个无心的错误背后，都有着美好的动机、无限的期许及无企求的付出，也因为他们真诚且毫无保留的出发点，让年轻的父母误蹈了他人的覆辙而不自知，依旧奋勇前行。因此，这也是我们要送给年轻父母亲的智慧宝典：不要落入他人错误的窠臼，没有必要拿孩子当实验白鼠，印证这些美丽的错误。