

读懂孩子的心

——幼儿常见心理问题

解析 55 例

DUDONG HAIZI DE XIN
YOUER CHANGJIAN XINLIWENTI JIEXI 55 LI

徐建琴 张晓梅 编著



中国宇航出版社

好父母教子直通车系列



读懂孩子的心

—— 幼儿常见心理问题 解析 55 例

DUDONG HAIZI DE XIN
YOUER CHANGJIAN XINLIWENTI JIEXI 55 LI

徐建琴 张晓梅 编著



中国宇航出版社
· 北京 ·

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

读懂孩子的心：幼儿常见心理问题解析 55 例 / 徐建琴，
张晓梅编著. —北京：中国宇航出版社，2006.6

ISBN 7-80218-049-X

I. 读... II. ①徐...②张... III. 儿童心理学
IV. B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006)第 046178 号

责任编辑 黄 苹 美术编辑 谭 颖 封面设计 异类设计

出 版 中国宇航出版社

发 行

社 址 北京市阜成路 8 号

邮 编 100830

(010)68768548

网 址 www.caphbook.com/www.caphbook.com.cn

经 销 新华书店

发行部 (010)68371900

(010)88530478(传真)

(010)68768541

(010)68767294(传真)

零售店 读者服务部

北京宇航文苑

(010)68371105

(010)62529336

承 印 北京智力达印刷有限公司

版 次 2006 年 6 月第 1 版

2006 年 6 月第 1 次印刷

规 格 787×960

开 本 1/16

印 张 11

字 数 158 千字

书 号 ISBN 7-80218-049-X

定 价 21.80 元

本书如有印装质量问题，可与发行部调换

作者简介：

徐建琴：中科院心理学硕士，
心理咨询师。

张晓梅：北京师范大学文学
博士、教育学硕士，心理咨询师。

二人长期致力于探索与研究
中国家庭教育问题，为家长进行
家庭教育方面的咨询和指导，解
答各类教子困惑。

爱嘉父母教室系列丛书



爱嘉父母教室，年轻父母的家。

序 言

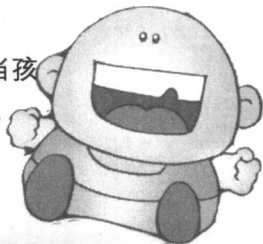
亲爱的年轻父母，你知道吗？幼儿也有心理压力！一些在我们成人看来很不起眼的小事，可能引发孩子的心理不安；一些不良的育儿方式，可能成为孩子的心理阴影；甚至外界对他的期待，都可能演化为孩子压力的心理源。在此过程中，如果孩子得不到相应的理解和帮助，他就会以哭闹、咬指甲、发脾气、生病等情绪或行为，向成人发出求救的信号。有数据显示，中国约有20%的儿童出现抑郁症状。因此，我们常说“孩子的心就是一把锁，唯有‘知心’这把细腻的钥匙，才能打开孩子的心灵窗户。”

让孩子的心成为“晴朗的天”

6岁决定人生，一个人的性格在6岁前就已经成型。孩子像成人一样，有怨恨、有嫉妒，有各种复杂的情感体验，这些负面情感积聚在孩子心理，在不知不觉中污染着他们，使他们变得古怪、孤僻、压抑、不可理喻，他们的心理还能健康吗？反之，孩子的心如果是晴朗的天，再能够通过有效的方式疏散不良的情绪乌云，自然就会成为“阳光宝贝”。有阳光，天空才会晴朗，有父母“真爱”的抚慰，孩子就有了保持心理健康的“维生素”，找到了心理健康的护身符。

读懂孩子的心，父母就是阳光

相信每一位父母都希望自己的孩子是个“有福”之人，当孩子成年之后，为自己有一位好母亲、好父亲感到骄傲的时候，我们自然也就成了“有福之人”！读懂孩子的心，用孩子的眼睛看他的世界，你就会成为照耀孩子的那一缕阳光。

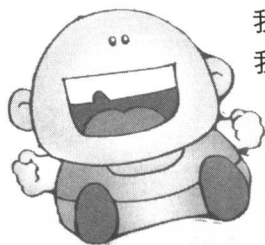


相信孩子吧！相信孩子所有行为的变化，都是源于生命对爱的强烈需求。“听话”、“不许哭”的要求，只能让孩子的天性在“钢筋水泥的丛林里”变得“枯萎”。好父母为孩子的一生着想，读这本书吧，本书将帮你体验养育方式的利害得失，通过“育儿启示”帮你内化恬静安详的品行美德，通过“相关链接”帮你了解天下父母的所思所为。

- ※ 6岁决定人生
- ※ 心理健康的标准
- ※ 成长的烦恼
- ※ 管出来的问题
- ※ 与难缠的孩子过招
- ※ 关注孩子的情绪
- ※ 家庭是孩子成长的土壤
- ※ 抚慰孩子受伤的心灵
- ※ 特别的爱给特别的你

我们的“爱嘉父母教室”

教育孩子是一项伟大的事业，为了我们的孩子，请您腾出一些宝贵的时间和我们一起学一学为人父母的功课吧！“爱嘉父母教室”将以“爱家”为理念，围绕家庭教育、孕产养育的主题，陆续出版一系列国内外的优秀读物。衷心希望有更多的读者能够为我们出谋划策，提出问题。我们将竭尽全力，为天下父母和儿童教育、养育专家之间搭建一座沟通的桥梁，探讨和解答每一位家长的困惑和问题。



我们的电话：010-88530010；010-68767774

我们的电子信箱：aijia805@163.com

爱嘉

2006年5月

目 录

1 6岁决定人生——重视儿童的心理健康

- 第1例 一个人的性格在6岁前已经成型 /2
- 第2例 养育方式的传承 /5
- 第3例 童年期创伤性经历是一根导火索 /8

2 拉响心理警报——什么样的孩子心理健康

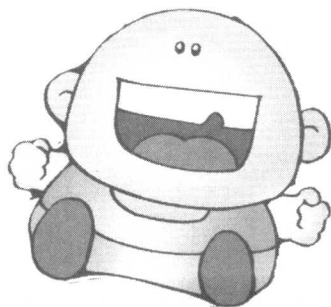
- 第4例 听话的孩子 ≠ 好孩子 /12
- 第5例 心理健康的标准——让孩子像孩子 /15
- 第6例 孩子的问题行为是求救的信号 /18

3 成长的烦恼

- 第7例 有关吃的“斗争” /22
- 第8例 “健康食谱”不一定带来健康心灵 /25
- 第9例 总生病的孩子 /28
- 第10例 “电视瘾”和“电视孤独症” /30
- 第11例 “孩子撞见我们在做爱！” /32
- 第12例 “我要和爸爸结婚！” /35
- 第13例 “我失恋了！” /38
- 第14例 她的玩伴是虚构的 /41
- 第15例 孩子的动物朋友 /43
- 第16例 送孩子“全托”，你想好了吗 /45
- 第17例 孩子上学了 /47

4 管出来的问题

- 第18例 挫折教育的是与非 /52
- 第19例 什么该管，什么不该管 /55
- 第20例 什么时候管 /58
- 第21例 怎么管 /61
- 第22例 留住孩子的热情 /63



第 23 例	小冤家	/66
第 24 例	你不难为情吗	/68
第 25 例	越长越小	/71
第 26 例	“丑小鸭”是怎样孵化出来的	/73
第 27 例	“思维萎缩”的原因	/76
第 28 例	有“家庭缄默症”吗	/79

5 与难缠的孩子过招——面对孩子的坏习惯

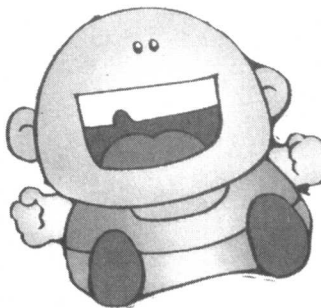
第 29 例	孩子，你何苦虐待自己	/82
第 30 例	孩子说谎不可怕	/85
第 31 例	“小时偷针，大时偷金”	/88
第 32 例	“手淫”=“色情”吗	/91
第 33 例	尿床大王	/94
第 34 例	小结巴的伤心事	/97
第 35 例	美味的手指	/100
第 36 例	我的儿子有“娘娘腔”	/102

6 幸福是一种感觉——关注孩子的情绪

第 37 例	翻译“哭”语	/106
第 38 例	面对孩子的怒火	/110
第 39 例	当心“母原病”	/113
第 40 例	“多米诺骨牌”	/115
第 41 例	“妈妈，我怕”	/117
第 42 例	孩子也会得“抑郁症”吗	/120

7 家庭是孩子成长的土壤

第 43 例	“我的孩子从小不在我们身边长大”	/124
第 44 例	领养的孩子	/127
第 45 例	倾斜的家庭	/130
第 46 例	赤子丹心	/134
第 47 例	养育儿女，质量胜于数量	/137

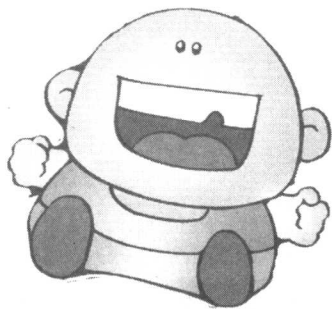


8 成人责无旁贷的使命——抚慰孩子受伤的心灵

- 第 48 例 妈妈，爸爸不要我们了吗 /142
第 49 例 孩子受到了性侵犯 /145
第 50 例 永别的滋味 /148

9 特别的爱给特别的你

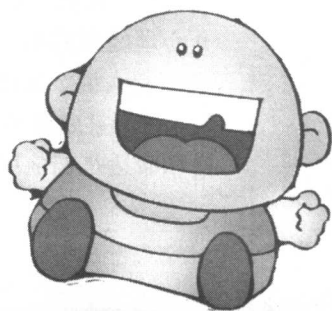
- 第 51 例 省心妈妈的烦心事 /154
第 52 例 孩子可能存在的学习障碍 /157
第 53 例 “油盐不进”的孩子 /160
第 54 例 我的孩子是“永动机” /163
第 55 例 我的孩子是“外星人” /166

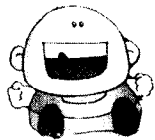


1

6岁决定人生

重视儿童的心理健





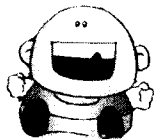
一个人的性格在6岁前已经成型

5岁的小钢和妮妮是一个楼道里的小伙伴，小钢生在军人家庭，凡事讲究规矩，别看他年纪不大，却早就明白了“男儿有泪不轻弹”的道理。妮妮的情形正好相反，她是家中的娇娃，每当遇到不顺心的事，便大哭大闹。俩人渐渐长大，在两家大人的撮合下，小钢和妮妮结为了夫妻。然而，这对青梅竹马的伙伴，最终却成为一对怨偶。妮妮抱怨小钢不懂感情，小钢则觉得妮妮举止世俗浅薄，俩人几乎闹到离婚的边缘。

小钢和妮妮的矛盾产生于两个截然不同的生长环境。小钢的父母从小侧重训练小钢像个男人，做任何事都要有一定之规。而妮妮父母的教养方式却是娇惯、宠爱，经常采用物质满足代替精神需要。俩人结合后，妮妮所需要的恰恰是小钢最难给予的，俩人矛盾由此产生。

俗话说，“性格决定人生”，此话一点不假。小钢和妮妮的性格，正在决定着他们的人生。在我们不知道它是什么的时候，性格就已经如影随形地跟着我们了，等到我们会分析自己的性格，想要有所改变时，却只能感慨“江山易改，本性难移”了。意大利儿童教育专家蒙特梭利在她的著作中这样说道：“儿童的品格和品质，都不是由我们的力量形成的，而仅仅是儿童自己在3岁至6岁间所进行的一系列长期而缓慢的活动的结果”。换句话说，儿童的品格在6岁之前就已雕刻成型，这是我们今天强调关注幼儿心理健康的第一个理由。

有人说，父母给孩子最好的礼物是“良好而成熟的性格”。可以这么说，一个家庭几乎等于孩子个性和命运的加工厂，简言之，一个孩子的性格和命运是与他所接受的家庭教育紧密地联系在一起的。



育儿启示

心理健康更需要照顾

小钢和妮妮的成长经历,对我们做父母的有何启示呢?孩子将来过得好不好,不是由聪明程度决定的,小钢和妮妮都是聪明之人,却算计不来自己的幸福。因此,可以这么说,孩子有良好的性格,幸福人生才有基础。

※ 抓住孩子成长的关键期,塑造孩子良好性格

对孩子来说,“性格”比“学习”更重要,对家长来说,“了解”比“教育”更重要。孩子的智力学习可以持续20年,而孩子的性格养成最有效且最重要的只有生命的头几年。

※ 注意我们每天所过的生活

孩子性格是在与周围人一天天互动的过程中形成的,“日子”以滴水穿石的能量造就了孩子的品行,所以,要时常查看我们与孩子之间的互动,注意日常生活带给孩子的影响。

※ 了解孩子每个阶段都需要什么样的心理营养

我们往往愿意花功夫了解孩子身体成长所需的营养元素,其实,与此同时,更需花一样的时间和精力去了解孩子心理成熟所需的“钙、铁、锌、硒”是什么。

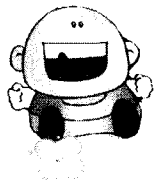
※ 照顾身体和体恤心理之间的关系需要平衡

剥夺孩子的本能需要固然不对,但只顾生理不顾精神也不好。养育的过程就好像是坐跷跷板,平衡就是艺术。

相关链接

人格停滞与早期经验的关系

心理学里有个词儿叫“人格停滞”,拿我们老百姓的话来说,就是“孩子气”、“长不大”,用来形容一个人生理成熟了,心理却不成熟。现代心理学研究发现,人格发展的停滞和倒退与早期经验有密切的关系。也就是



说,成年人的心理健康水平与父母早期的养育态度有直接的关系,其中可能出现的问题概括如下:

※“物极必反”

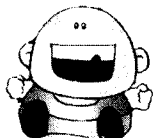
如果成人极度剥夺或挫败孩子的需要,孩子的这些需要就会变成一种强烈而持续甚至是梦寐以求的渴望,越是被禁止或特别缺乏的东西,越是具有致命的诱惑力。

※“月盈则亏”

过分满足孩子的需要,或过分纵容和宠爱的教养方式,都会使孩子不情愿长大。曾有这样的事例,一个发育很好的宝宝言语能力却十分落后,究其原因,备受关怀的宝宝不用开口,想要的东西,一个眼神或手势就解决了,过分的安逸使孩子失去了说话的动力!

※“忽冷忽热”

家长对孩子一会儿“无情打击”,一会儿过分满足,这样的教育方式只能造就一个心理诊所的常客。如,孩子在爷爷奶奶身边享尽了满足的快乐,回到父母身边却受尽了挫折的打击,孩子便可能因难以适应而导致心理问题。



养育方式的传承

一天，儿子遇到一道数学题，要我给他讲解，开始我还能耐心地低声细语，可儿子始终不理解。说着说着，我就急了，嗓门也变大了，最后，我一摔本子冲口而出：“你怎么这么笨，这么简单的题，你都不会！”儿子睁大眼睛望着我，使劲把泪水憋回去，嘴角开始抽搐。他的神情一下让我想起小时候的我，想起自己当时委委屈屈的哭声和“笨孩子”的自卑……我再次意识到，我是在用我父亲教我的方式教儿子。

从孩子呱呱落地，我们就荣升为父母。在此之前，对于这个神圣的职业我们茫然无知，没上过任何父母课程，没学过如何处理与儿女之间的关系。教育学家克劳蒂娅说：从小到大，我们大多数人生活在有连续性的家庭中，对孩子的教育方法会受到上一代的极大影响，往往将父母用于我们身上的一套，纹丝不动地用在我们的孩子身上。也许这也算是“三代出一个贵族”的原因吧。

如果我们反省自己教育孩子的方式，就会发现的确如此。当初曾经反感过的父母的教育方式，现在却不由自主地用在了解决我们与孩子的矛盾冲突上。有一项研究，通过追踪 200 多个新西兰人，分别在他们的 3 岁、5 岁、7 岁、9 岁、13 岁和 15 岁时，记录他们的家庭氛围和受到的养育方式，然后，等到他们做了父母之后，再观察他们和自己的孩子之间的亲子关系。结果显示，母亲在自己原来生活的家庭中所受的养育方式和她们对待自己孩子的方式具有一致性。如儿童中期，在和谐、开放、民主、较少冲突的家庭气氛中长大的女性，对自己的孩子会更温和，更敏感。同样，在青年早期，和父母间相互信任、坦诚相待的女性，做母亲后也会和自己的孩子有这样的依恋关系。



因此，我们今天不光在教育孩子，也在教育孩子的孩子。我们强调教育方法，不仅是保证孩子的心理健康，也是保证子孙后代的心理健康，这是我们强调保证孩子心理健康的第二大理由。

育儿启示

反省父母的养育方式

如果说父母以前的养育方式是“因”的话，我们现在的生活方式就是“果”，从我们自己的成长过程中，就可以检验父母养育方式的利害得失。回想自己做儿女时的心理感受，也能理解现在做儿女的所思所想。

※ 以父母为镜

一个人的智慧增长得益于“以人为镜”，父母就是一面现成的“镜子”。他们的经验正在被我们继承，他们的过失也可以成为我们的财富，前提就是“反省”。我们不可能成为完美的父母，但却可以成为一个相对理性的父母。

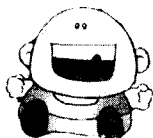
※ 在为养儿育女心烦气燥时，想一想我们的投入与产出比

世上有哪一种职业能与此相比？我们现在的学习与努力不但能带给孩子一生的幸福，还关系到后代子孙的生存质量。

※ 当心孩子也在以我们为镜

不要低估孩子的学习能力，我们现在的言行举止正在给孩子“上课”。孩子不只是坐在课堂上才在学习，家庭也是他重要的课堂，孩子不但在这儿学会了以后如何做丈夫或妻子，还学会了以后如何当父母。因此，人生最重要的课程是在家庭课程里培训出来的。

列夫·托尔斯泰说过：教育孩子的实质在于教育自己，而自我教育则是父母影响孩子最有力的办法。对于孩子而言，家中的氛围主要取决于父母的情感，而家就是最好的指示器，它能指示出孩子的生活状态。



相关链接

打骂也会遗传

既然代际间的连续性有一定的普遍性,我们绝不能以虐待打骂的方式对待孩子。心理学研究反复证实,被虐待成长的孩子为人父母后,也容易成为虐待自己孩子的人。

2001年6月,在西班牙曾开展了一场“教育但不打骂”运动,就是提倡在不打骂孩子的情况下,对孩子进行教育。运动中,组织者给父母以及儿童教育工作者提供讲座,强调打骂不是教育手段,力图使父母们理解,孩子即使犯错也不需要打骂,鼓励家长寻求不打骂也能达到教育的目的和办法。