

超级爸妈的常识妙用



0-6岁

尚晓燕等编著

成就一生

幼儿心理讲义

上海文化出版社

0-6岁

尚晓燕等编著

成就一生

幼儿心理讲义



上海文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

0~6岁成就一生:幼儿心理讲义/尚晓燕等编著.

-上海:上海文化出版社,2005

ISBN 7-80646-844-7

I.0… II.尚… III.婴幼儿心理学 IV.B844.11

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第075746号

责任编辑 孙 欢

封面设计 周艳梅

版面设计 沈 恬

书 名 0~6岁成就一生——幼儿心理讲义

出版发行 上海文化出版社

地 址 上海市绍兴路74号

邮 编 200020

电子信箱 csldcm@public1.sta.net.cn

网 址 www.shwenyi.com

经 销 新华书店

印 刷 苏州文艺印刷厂

开 本 850×1168 1/32

印 张 6.5

字 数 134,000

版 次 2005年7月第1版 2005年7月第1次印刷

印 数 1—6,100册

国际书号 ISBN 7-80646-844-7/G·401

定 价 15.00元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T: 0512-66063782



用爱打造美丽人生

每一次看意大利导演罗贝多·贝里尼自编自演的电影《美丽人生》，都会忍不住泪流满面，不能自己。故事讲述的是第二次世界大战期间的犹太人集中营，父亲为了避免儿子天真无邪的童年在残酷无比的环境里遭到摧残，就骗孩子说这一切都只不过是一场游戏，而他们每经受一次严峻的考验就能获得积分，最后赢取一辆真正的坦克。因此，即使在最黑暗的背景下，小男孩的眼睛始终是清澈和快乐的。想到即将到手的分数和坦克，小男孩时不时地想一个人偷笑。直到反法西斯战争胜利前夜，父亲为了寻找女牢里的母亲被德国人发现并枪杀。影片结尾，获救的孩子欣喜若狂地站在高高的坦克上，找到了受尽折磨的妈妈。许多年以后，男孩终于明白了父亲向他呈现的非凡的父爱。这时，旁白声缓缓响起：

这是我的经历
这是父亲为我作出的牺牲
这是父亲赐予我的恩典……



我想，这位父亲伟大的爱，将影响他儿子的一生，并由儿子传递给他周围的世界。他不会再退缩，也不会心怀恐惧，有的只是爱。对亲人的爱，对朋友的爱，对这个世界的爱。

父母爱孩子，这是谁都会的，但如何爱却并不是每个人都会的。



有个小女孩，她出生才8个月的时候，父亲就抛弃她和她的妈妈了。双腿残疾的母亲没有流泪，也没有抱怨，而是默默地挑起了这副重担！她一面工作一面照顾孩子。虽然吃的是粗茶淡饭，穿的是别人送的衣服，但女孩子一点也没有自卑感。她总是快快乐乐，并且知道如何去帮助妈妈、体贴妈妈。有一次妈妈生病了，小女孩就推着轮椅，整整走了一个小时的路，把妈妈送到医院里。外婆生病住院，她代妈妈去医院照顾。这个扶着妈妈轮椅长大的孩子，现在已是一所重点中学的学生。

有一个父亲，他每次给儿子买玩具都只是买一些配件，然后与孩子一起组装。儿子先是不乐意，嫌自己动手烦。做父亲的就耐心地教他，一旦儿子成功了，父亲就高高兴兴地把他做的玩具珍藏起来；假如做坏了，他就让孩子别泄气，重新做。





慢慢地，孩子的兴趣浓了起来，因为他装的玩具不时得到老师的好评，小朋友们也都羡慕得要和他交换玩具。更重要的是，在动手的过程中，他锻炼了自己的想象力，加深了对父亲的感情，儿子对父亲崇拜得不得了。



总也难忘那个故事。有一天，上帝来到人间，他问一个不幸的孤儿：“我能点石成金，送点金子给你好吗？”孤儿摇摇头说：“不，您最好教给我点石成金的方法。”上帝大惊，问道：“为什么？”孤儿说：“这样我就可以去救那些像我一样的穷孩子了。”上帝深受感动，就将孩子带上天堂，让他成了可爱的天使。

我深深地相信，一个好孩子的身后一定有好的父母，因为父母给予了他深厚的爱，而孩子便会将这个爱传递给他周围的世界。爱是种子，谁播种爱，谁就有资格收获美丽！这样你也明白了吧，是谁给了孩子美丽的人生。



目录

序 / 4

一、心理健康新理念 / 1

一个人事业上的成功，只有15%是由于他们的学识和专业技
术，而85%是良好的心理素质。

让孩子成为一个大写的“人” / 2

从小培养心理上的强者 / 10

孩子成才的奥秘 / 15

自信是孩子成功的保证 / 22

孩子生病的心理护理 / 27

准小学生的心理准备 / 30

二、孩子交往新诀窍 / 34

在宽容中长大的孩子，懂得容忍；在交往中长大的孩子，深
具自信。

不合群的孩子 / 35

如何矫治孤独的孩子 / 38

让孩子远离孤独 / 44



抱着狗狗看电视 / 49

别让孩子爱上“猫” / 53

沉默不是金——选择性缄默症 / 57

父母要学会放手——胆小 / 60

三、如何应对“讨厌鬼” / 66

孩子是可愛的，但有时又“刁钻古怪”，让人觉得讨厌，该如何对待那些让你头疼的问题呢？

宝贝也疯狂——孩子的第一反抗期 / 67

妈妈的小尾巴——缠人 / 71

比一比谁的拳头硬——打人 / 75

犟头倔脑——倔脾气 / 80

狼来了——对撒谎说 NO / 84

喂小猫喝牛奶——淘气 / 89

“修理”讨厌鬼——蛮不讲理 / 93

放下你的手——冲动型人格障碍 / 97

像箭一样飞来飞去的孩子——多动症 / 102

弟弟？妹妹？——性别认识障碍 / 106

都是情绪惹的祸——喜怒无常 / 110

喜欢对妈妈说“不”的孩子——逆反 / 113

爱抹眼泪的小姑娘——懦弱 / 117



孩子为什么会“人来疯” / 121

“作天作地”的棒棒 / 124

苹果为什么会落地——好奇心 / 128

孩子，你今天问了多少问题？——好问 / 133

四、拒绝不良坏习惯 / 137

孩子每一个行为的后面都有其来历。追踪其来龙去脉，你会发现他的父母，或其他最亲近的人有意或无意的笔。

家有小小“马大哈”——乱丢东西 / 138

墙角里的鬼——夜惊 / 142

可怕的“魔怪屋”——怕黑 / 145

比别人慢一拍的孩子 / 148

喜欢摸“小雀雀”的男孩 / 152

还孩子一片温和的天空——发脾气 / 157

骂出来的结巴 / 160

披着毯子立壁角——遗尿 / 163

取消陪读——父母惯出来的坏习惯 / 167

芸芸为什么不肯吃饭 / 171

爱咬指甲的孩子 / 177

喜欢数星星的孩子 / 181

不做害羞的孩子 / 186

躲在角落里一个人玩——退缩行为 / 190

放飞的小鸟——当孩子长大时 / 195





心理健康 新理念

一个人事业上的成功，只有15%是由
于他们的学识和专业技术，而85%是靠良好的
心理素质。



让孩子成为一个 大写的“人”



健康的心理，应该包括身体健康和心理
健康两个方面。有位医生把这两个方面比作
“人”字的笔划，左边一撇是“身体健康”，右
边一捺是“心理健康”，两笔加起来，才可使
“人”稳稳当当地立起来。真正健康的幼儿也
必须是身体和心理都健康的幼儿。

身体健康的标准是很明确的，儿科医生
都会按比较统一的标准来衡量孩子。而心理
健康的标准则要复杂得多。幼儿的心理健康
主要表现在：能以积极、正常的心理状态去适
应周围环境，包括家庭环境、幼儿园环境等。
所谓正常的心态是指：

智力正常

对周围事物抱有较大的兴趣，具有一定
的好奇心和求知欲；感知觉、记忆、思维的
水平和注意力稳定的水平与大多数同龄儿童不
相上下。

情绪正常



0-6岁成就一生

情绪开朗，情感丰富，能以快乐的情绪占主要地位；此外，情绪反应虽然比成年人强烈，但是容易调节。

口语发展正常

在掌握语言方面，从简单到复杂，到6岁的时候，应该基本上掌握同自己生活相适应的全部口头语言，而且表达比较清楚。

行动活泼有一定自制力

与同龄儿童相比，有比较相近的自制能力和坚持性。

逐步合群

逐步适应集体生活，适应新环境和新的学习方法，与小朋友的关系基本协调。

有初步的自尊心和自信心

有初步的荣誉感和羞耻感；受到表扬会感到高兴，挨了批评会产生羞愧感。



没有过分胆小、畏缩、孤独自闭的行为。

儿童心理健康的关键

自主——羞怯和怀疑

当孩子学会了爬、走、跑、跳等动作，开始自己探索外部世界时，就开始形成以自我为中心的独立自主的感觉。他懂得怎样用身体各部分来达到不同的目的，开始努力确立自己是一个与他人分离的个体，并要去获得对自己身体和环境的“控制力”，于是他就越来越觉得能够自主了。这期间的幼儿处处喜欢显示自己的力量，对成人的帮助往往喜欢用



“不”来拒绝。作为父母，应该鼓励孩子多学习和参与游戏，比如让他自己吃饭、穿脱衣服、玩各种游戏，即使开头弄得很糟糕也很正常，要鼓励孩子的每一个进步。

这期间，家长要建立与孩子是“伙伴”的教育理念。在与孩子的游戏过程中，要以幼儿为主体，提供让孩子自己作决定的机会，例如玩什么、怎么玩。同时，每当孩子表现较好的时候，要给予孩子表扬和鼓励，以充分发挥孩子的自主性。

探索的过程对孩子来说也是其心理发展的过程，他们对周围的事物充满了好奇与怀疑的矛盾心理，徘徊于独立和依赖之间，不时需要成人的关心与爱护。这期间如果父母或家人对幼儿的行为过于限制，批评过多，甚至惩罚过分，便可能使孩子对自己的控制能力产生怀疑。因此，这一时期对孩子的教养应温和、有弹性，以鼓励为主。

进取心——内疚感

学龄前儿童已基本形成了语言和社会交往的能力，其生活环境由家庭扩展到外部世界，并开始主动探索周围的世界，进取心日渐增强。孩子尽其所能地游戏、生活，会因完成某种活动而产生满足感，并感到自己长大了。他们对待事物的态度一方面是有进取心、跃跃欲试，但另一方面是碰壁后就会感到内疚。当他们接受了父母的教训但发觉自己不能遵行时，他们会感到内疚，会尝试着管束自己，以避免父母的责备。

学龄前孩子会问出许多关于生与死、是与非、性别差异等方面的问题，会喜欢玩创造性的游戏。因此，父母应多提



一

供机会让孩子探索周围的世界，鼓励和引导孩子参与集体活动；对孩子的创造性行为一定要及时表扬；对孩子的好奇心要充分满足；对孩子提出的有关出生、性别方面的问题不要去回避，应以适当的方式正确引导；同时对周围人的行为作出合理评价，告诉孩子合理的标准或管理制度，以建立孩子的道德观念。

学龄前孩子以自我为心理社会活动的中心，同时又有不同程度的依赖心理。父母应充分鼓励他的进取心，让他在依赖家庭的心理和探索外部世界的独立性之间取得平衡。因此，正确的教养方法应建立在对孩子心理充分了解的基础上，并根据其生长发育不同阶段的心理特点，采用相应的方式，这样才能培养出健康的孩子。

心理不健康的表现



咬指甲

这是儿童时期很常见的不良行为，男孩女孩都可发生。程度轻重不一，重者可引起局部出血，甚至甲沟炎。这种儿童常伴睡眠不安、抽动。

吮吸手指

在婴儿时期是一种常见的现象，到2-3岁以后，这种现象明显减少。随着年龄增长，会逐渐消失。如不消失，则为一种不良的行为偏差。

口吃

是指说话时言语中断、重复、不流畅的状态，是儿童期



常见的语言障碍。约有半数口吃儿童在5岁前发病。

不肯吃饭

是指儿童不喜欢或不吃某一种食物或某一些食物，是一种不良的进食行为。偏食在儿童中很常见，尤其在城市儿童中占25%左右，农村孩童中占10%左右。

遗尿

指5岁以上的孩子还不能自己控制排尿，夜间经常尿湿床铺，白天有时也尿湿裤子，男孩多于女孩。

入睡困难

是指儿童在临睡时不愿上床睡觉，即使是躺在床上，也不易入睡，在床上不停翻动，或反复要求父母给他讲故事，直到很晚才能勉强入睡。

夜惊

指在睡眠中突然惊醒，瞪眼坐起，惊慌失措，表情痛苦，常伴哭喊、气急、出汗等症状，多半发生在入睡后两小时，醒后不能回忆，以5-7岁的儿童最为常见。

梦魇

指从噩梦中惊醒，能生动地回忆梦里的内容，是孩子处于极度紧张和焦虑状态的一种睡眠障碍。多半发生在后半夜，常见于学龄前儿童。

退缩行为

是指胆小、害羞、孤独、不敢到陌生环境中去，不愿与小朋友们玩的不良行为。这种儿童对新事物不感兴趣，缺乏好奇心。

言语发育延迟



是指儿童口头语言出现较同龄正常儿童迟缓，发展也比正常儿童缓慢。一般认为18个月不会讲单词，30个月不会讲短句者均属于言语发育迟缓。

选择性缄默症

是指已获得语言能力的儿童，因精神因素的影响，在某些特定场合下，发生说话时言语中断，或出现一种保持沉默不语的现象，如在学校里不讲话，但在家里讲话。多在3-5岁时起病。

抽动症

指局限于身体某一部位的一组肌肉或两组肌肉出现抽动。表现为眨眼、挤眉、皱额、咂嘴、伸脖、摇头、咬唇、模仿怪相等，多见于5岁以上的儿童，男孩多于女孩。

性识别障碍

是指儿童对自身性别的认识与自己真实的解剖性别相反，如男性特征像女性，或持续否认自己具有男性特征。多见于3岁以上的儿童。



孤独症

是一种以严重孤独、缺乏情感反应、语言发育障碍、刻板重复动作和对环境奇特反应为特征的疾病，多见于男孩。

总之，不管孩子多大，只要出现行为异常、学习困难、睡眠障碍、性格缺陷、情感障碍、社交不良、性角色偏差等，都应及时带他们去儿童心理门诊求教于心理医生，接受心理治疗。

培养健康心理的方法



对于父母来说，培养幼儿健康的心理应贯穿在孩子日常生活的方方面面。不少父母往往在发现孩子有了异常表现之后才开始注意。父母应该尽早地正面引导孩子，防患于未然。具体做法：

正确爱抚孩子

爱抚包括体贴、关心、爱护、信任等，使孩子体会到幸福，从而心情愉快，积极进取。同时，也要让孩子学会真挚地去爱别人。与爱抚相反的是溺爱，溺爱指迁就、放纵，对孩子百依百顺，放弃合理的要求。溺爱会使孩子脾气骄横，情绪控制力差，自私，还会产生不健康的心态。

创设和睦的家庭环境

和睦平稳的家庭环境，使孩子有安全感，从而心理平和、快乐，并形成积极进取、乐观、自信、与人为善的良好心态。

陶冶孩子的心灵

艺术的陶冶包括音乐、美术、文学等形式，使孩子的心灵在健康发展的同时还获得美的享受。

不用不正确的方法、态度对待孩子

打骂、威吓、哄骗、滥表扬等错误的态度和方法，会损害孩子的心理健康。打骂和恐吓往往会造成孩子紧张、胆怯的心理，还会使孩子形成粗暴的性格或说谎等缺点。而滥表扬往往使孩子盲目地自信，自以为是，产生不适当的优越感，拒绝批评，降低心理承受能力。闭门教育往往使孩子脱离小伙伴，逐渐产生沉默的态度和孤独的心理。

