

别让孩子只是不开心

孩子不诚实、爱撒谎 怎么办?



孩子脾气暴躁 怎么办?



不会交往、自卑 怎么办?



不爱读书 怎么办?



不集中 怎么办?



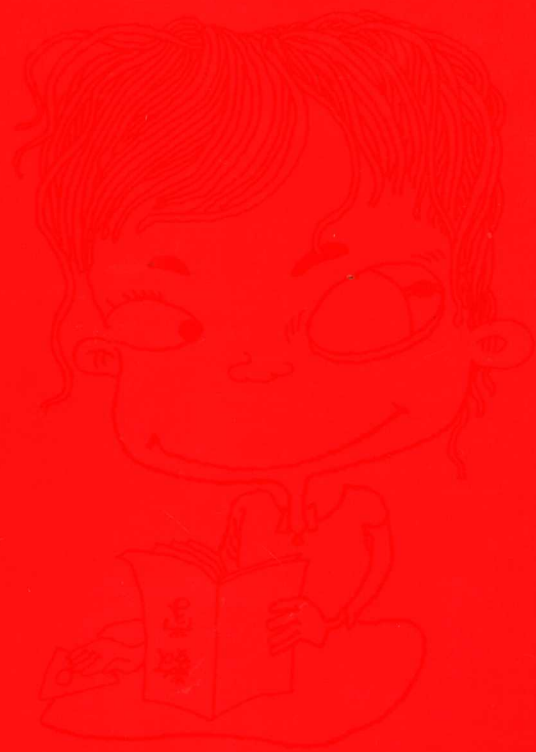
怎么办?



怎么办?



怎么办?



解决之道

张晓东 著

吉林美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

童心不只是天堂 / 张晓东编著.

—长春: 吉林美术出版社, 2004.7

ISBN 7-5386-1652-7

I. 童... II. 张... III. 小学生—心理卫生—健康教育 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 066129

童心不只是天堂

作者: 张晓东

漫画插图: 王平

装帧设计: 北京冰火写意广告有限公司

特约编辑: 关峰

责任编辑: 鄂俊大 郝熙敏

技术编辑: 赵岫山 郭秋来

整体策划: 北京淞泉文化传播有限公司

制版: 北京图文天地中青彩印制版有限公司

印刷: 北京盛通彩色印刷有限公司

版次: 2004 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 787 × 1092/16

印张: 10

书号: ISBN 7-5386-1652-7/J · 1345

定价: 28.00 元

孩子不诚实、爱撒谎 怎么办?



孩子脾气暴躁 怎么办?



孩子不会交往、自卑 怎么办?



孩子不爱读书 怎么办?



孩子注意力不集中 怎么办?



孩子做事、写作业慢腾腾 怎么办?



孩子得了低分数 怎么办?



孩子害怕上学 怎么办?



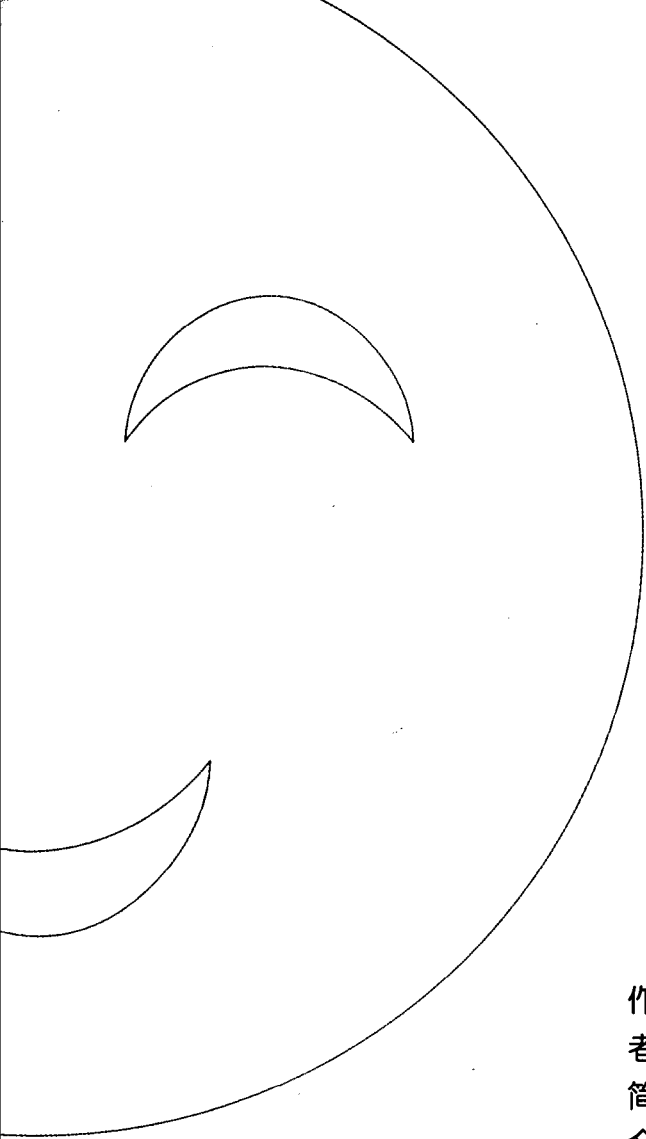
孩子有学习和阅读障碍 怎么办?



孩子沉溺电脑网络游戏 怎么办?



让孩子出色的解决之道



作者简介

张晓东，女，37岁。清华大学附属小学高级语文教师及心理辅导教师，中国管理科学院思维科学研究所副研究员，中国心理测量委员会认证心理测量师。著作有《宝宝心理训练100招》、《小学生心理训练100招》、《中学生心理训练100招》等。曾在中央电视台《大风车》栏目做心理辅导示范课。

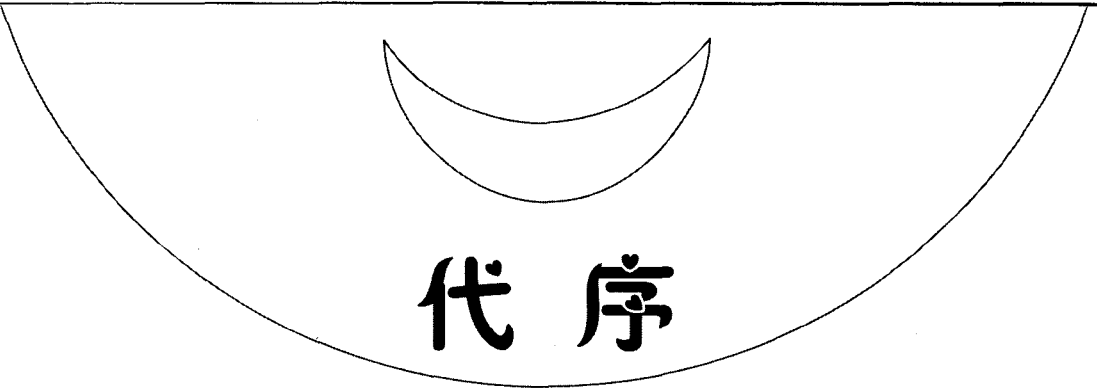


童心不只是天堂

让孩子出色的解决之道

张晓东 著

吉林美术出版社



代序

教子的好助手

我诚恳向大家推荐《童心不只是天堂》一书（以下简称《童心》），因为它会使大家懂得什么是教育孩子成长的艺术。父母是孩子的第一任老师，家庭是孩子的第一所学校，任何人都无法否认家庭对孩子成长的重大影响。家长把孩子的心理健康教育完全寄托于学校是不现实的，也是不负责任的。只有家长具备了一定的教育手段和技巧，才能使孩子真正走上健康的成长之路。

《童心》一书用朴实的语言娓娓道来什么是心理健康，突出了以孩子为本，以心育心，在家长与孩子的互动中共同成长的理念。书中列举了孩子成长过程中，父母可能遇到种种困惑，如做人教育、健康个性品格的形成、人际交往、情绪疏导、生活习惯和学习习惯的培养，以及当孩子出现学习障碍、情感饥渴、注意缺失、感知失调等情况时的应对策略，并对这些案例进行了通俗的分析阐述，使家长不仅能够知其然，而且能够知其所以然。这是此书的一大特色。

本书的另一个特色是文图并茂，邀请著名漫画家绘制了80多幅插图。这些插图传神达意、幽默风趣，使家长在轻松阅读中领悟教子妙法，增强了本书的可读性和休闲性。

张晓东是工作在教育一线的心理辅导老师，接触了众多的家长，了解了很多成功和问题儿童背后的不同教子方法，所以，本书最具吸引力的特色就是具有很强的实用性。在“身边故事”中，通过一个个鲜活的有代表性的案例提出问题；接下来在“心理茶坊”中通俗

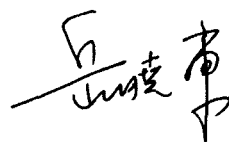
地分析问题；随后在“家长在线”和“教子妙法”中提供切实可行的解决办法，让你可以直接把这些方法拿来一试。

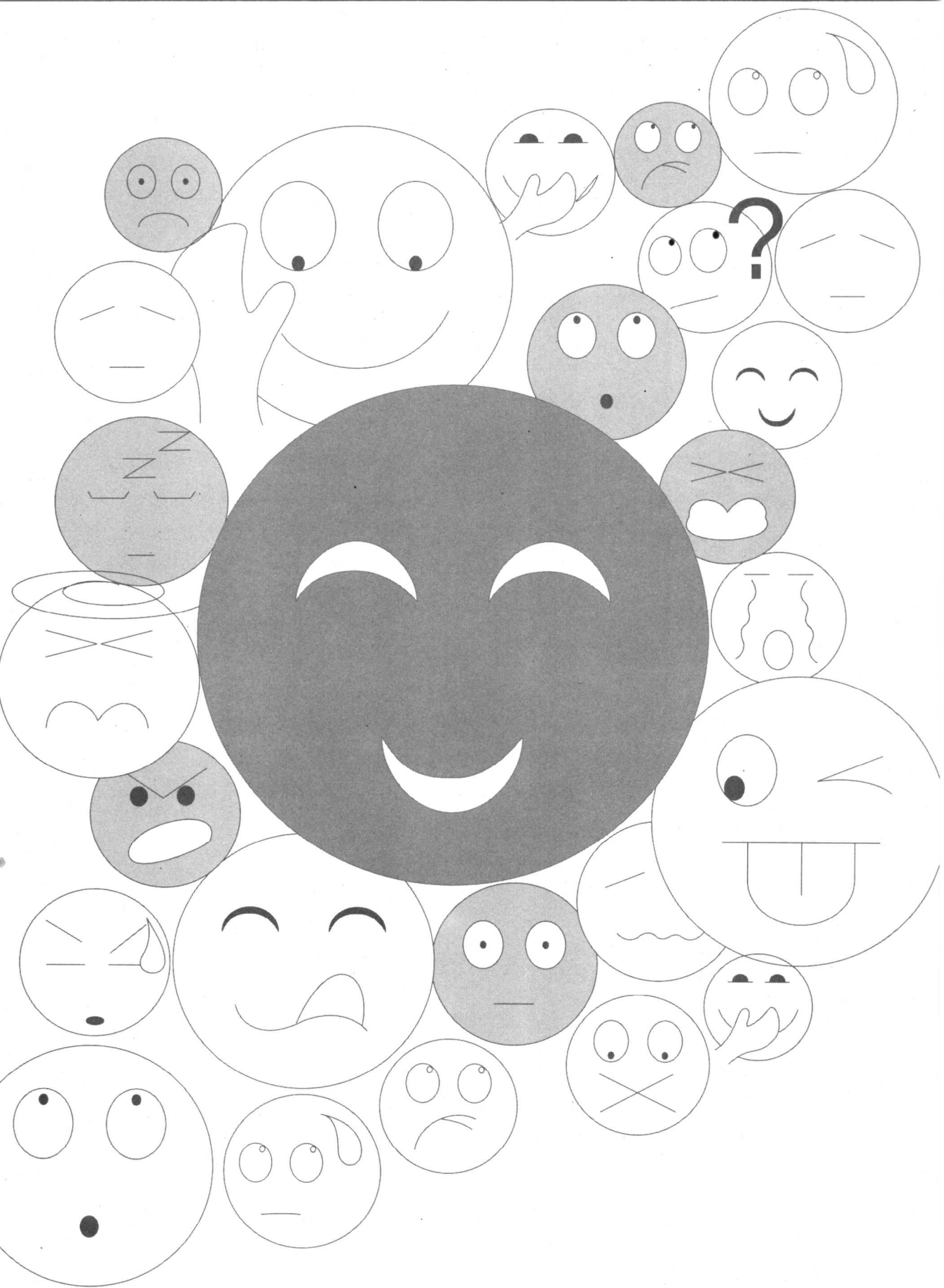
张晓东在书中还多次提到自己的儿子——一个各方面都很优秀，并且是北京市三好学生的孩子，叙述了自己的教子心得。书中的每一点感悟都是从亲身教子的实践中得来，更显出本书的实用性和可操作性。

现代社会的快速发展，使得家长大多没有时间去读大部头书。《童心》给家长送上的是一份教子快餐——章章可读，节节独立，你可任意点击自己需要的主题，还可跳过不感兴趣的部分，按照快捷目录，迅速搜索目标。

相信这本书会成为家长教子的好助手，也会让孩子找到天堂的感觉。

岳晓东
哈佛大学心理学博士
香港城市大学助理教授
2004年6月1日

A handwritten signature in black ink, appearing to read '岳晓东' (Yue Xiaodong), written in a stylized, cursive script.



一百零一个点子

——写在前面的话

一顽皮小儿，手拿一条蠕动的毛毛虫跑进家，对他妈妈说：“妈妈，快看！多可爱的毛毛虫！”妈妈害怕这软绵绵的家伙，灵机一动说：“快送毛毛虫回家去，它的妈妈一定在找它呢。”小儿一听，转身出去了。妈妈心里正得意自己的招数妙，不料小儿又跑回来了，手上爬着两条毛毛虫，说：“我把毛毛虫的妈妈接来啦！”

教育孩子是一项挑战智慧的活动。一位母亲说：“儿子有一百个调皮的行动，我就得有一百零一个点子应对他。”请读一读本书中的“身边故事”，这里或许有您熟悉或似曾相识的经历和做法；走入“心理茶坊”坐坐，听一听孩子们的心声；连线“在线家长”，感悟家庭教育的智慧；实践一下“教子妙法”，放飞孩子一颗健康的心。

健康的心理是提高学习效率和成绩的基本条件。

学业成就不仅与孩子的智力水平有关，更与下面所列心理因素息息相关：

稳定的情绪、浓厚的兴趣、高涨的热情、十足的自信、明确的追求、顽强的毅力、高度的自制。孩子心理健康了，学习自然就好了。

健康自己的心灵，耕耘内心的田地，让孩子重回阳光明媚的家园，快乐生活，健康成长，感受天堂般的温暖……



张晓东

2004/5/7 写于清华园

万事德为先13

我们是圣诞老人的助手 14

孙悟空的“小师妹”
圣诞老人的回信
给儿子做几个木偶
怎样抓住教育机会呢？

让孩子成为品德高尚的人 19

英雄不是为自己死的
“德”的要求居首位
吉米的爸爸认错了
磨练—立志—礼仪

责任心是培育成的 24

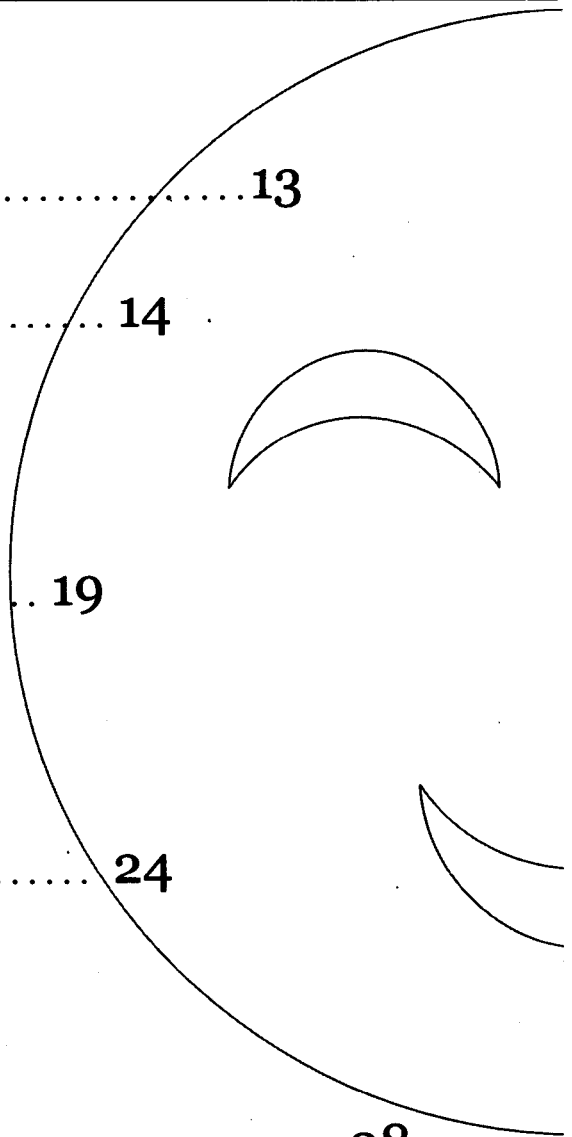
这事也不能怨我
里根的过失
孩子应承担的责任
家长如何培养孩子的责任心？

让孩子步入爱的殿堂 28

8岁孩子出手打无奈的爸爸
一沙一石铸就爱
特殊的家庭作业——为妈妈洗脚
莫用爱去压迫人

孩子说谎了怎么办？ 34

臆造的体育副队长
诚实是一个人最宝贵的品德
孩子养成说谎的原因
如何改掉孩子已经形成的说谎的毛病？



39..... **饥饿的不仅是胃**

40..... **打孩子，你的手疼吗？**

把孩子追到桌子底下打
爸爸招我，我就招人
身体和心灵一起受伤害
耐心等待，平静倾听

45..... **记载你的快乐**

闷闷不乐的小铭
妈妈，我不原谅您
快乐是一种心态
让家中充满欢声笑语

49..... **你的孩子情绪饥饿吗？**

一发怒就咬自己的胳膊
钉钉子与拔钉子
是什么原因造成孩子情绪饥饿呢？
帮助孩子管理情绪的方法

53..... **让孩子学会交往**

小悦的朋友被父亲拒之门外
你的孩子是“嫌弃儿”吗？
我回来了！
让孩子的小朋友多起来的办法

58..... **自信的青蛙**

我是不是长得太黑了？
爬出油坛的青蛙
你在地上用牛奶画的白云还真棒！
孩子产生自卑的原因

63..... **我们与孩子互相鼓励和欣赏**

我再仔细给你讲一遍
和孩子一起徒步前进
请把画得最好的地方圈起来
明早小闹钟也会为你唱歌的

学习不是苦差事69

让书引领孩子成长 70

他已能用心去感受作者的情感了
与孩子共享读书乐趣
爱读书的孩子会有什么优势呢?
读书中的参与者、竞赛者、挑战者
推荐给小学生的参考书目

注意力不集中影响学习 76

好动的小路
打开“学习知识的门户”
注意力缺乏的特征
训练注意力的游戏和方法

未完成作业睡觉不踏实 79

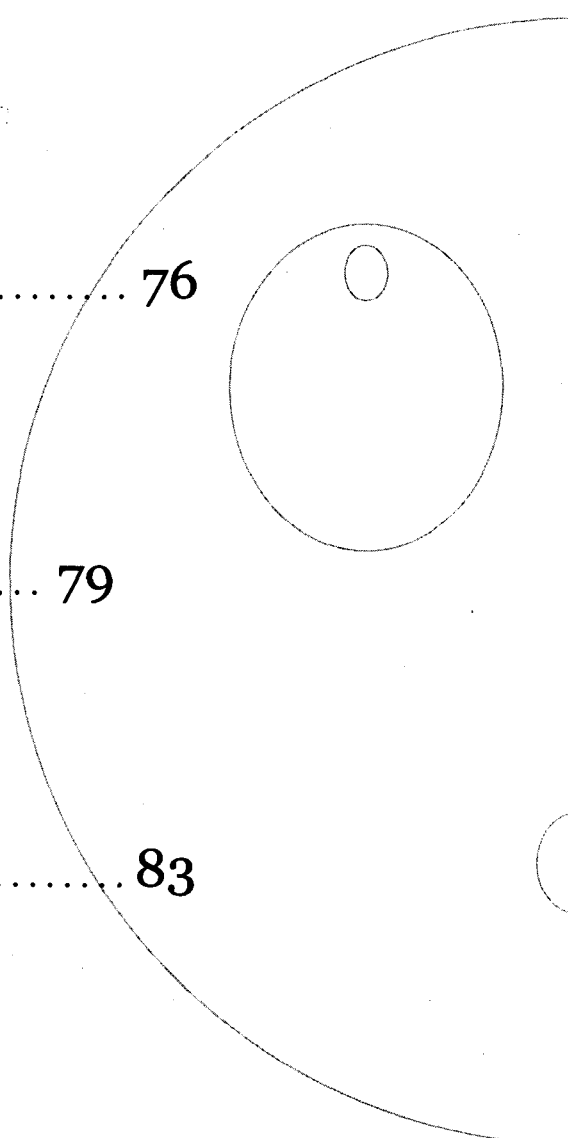
学习是一件轻松愉快的事
双重的学费
每个孩子应具备的 81 个好习惯
培养专心听讲的习惯

“成功智力”伴孩子成功 83

她为什么下岗?
到生活中去寻找“成功智力”
鸟窝和小船
砖头还可以干什么?

写作业速度快起来 87

你摔坏了我最好的笔
计时器的妙用
做事写作业慢的原因
不良习惯要逐个解决



91..... 孩子生就是天才

92.....用心找出孩子的 10 个优点

夸夸自己的儿子

每个孩子都是生就的天才

为什么不喜欢自己写的字？

评价的艺术

95.....如何面对孩子低分数？

军法从事？

0 分的冷处理

压力过大会造成考试焦虑

怎样对待考试？

99.....孩子的实践能力有多强？

妈妈教我炒鸡蛋

劳动是一种美德

小学生实践能力面面观

如何培养孩子社会实践能力？

102.....坚持一小时，就能得到第二块糖

小力的爱好

受伤的冠军

不严不苦，能学到手艺吗？

一件事情做到底

健康的心灵最重要107

用彩虹做碗面条 108

没有人疼爱我
牙膏是我挤到牙刷上的
用彩虹做碗面条
永远不要拿孩子当武器

孩子害怕上学怎么办? 111

学校恐怖症
严重的儿童心理疾病
恐学症的根源
家长该做的几件事

学习障碍的种种表现 115

“卡”字怎么会写反?
导致儿童学习障碍的原因
学习障碍的种种表现

有阅读障碍怎么办? 118

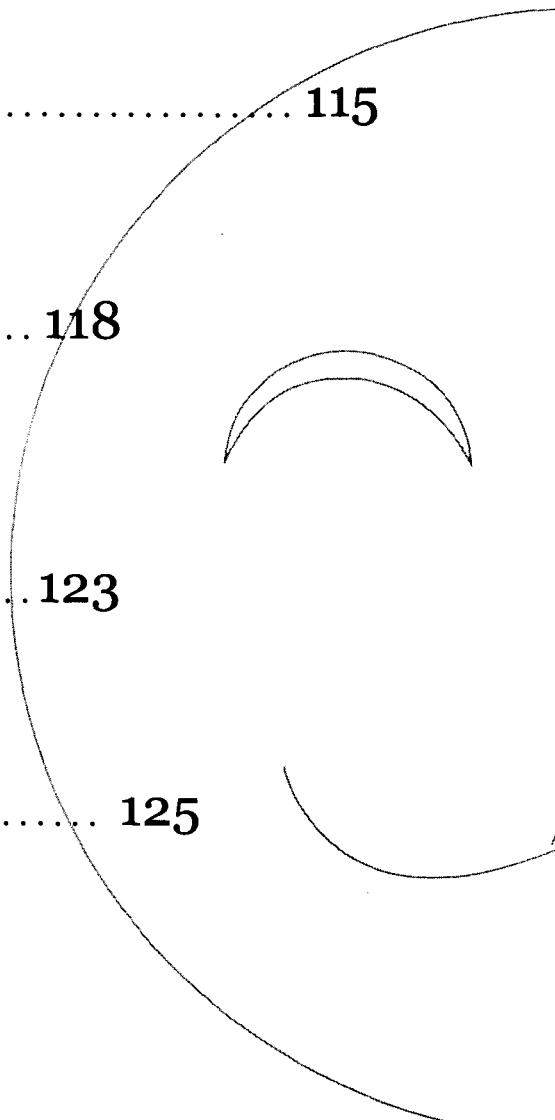
语文学习困难
好莱坞影星也有阅读障碍
形成阅读障碍的原因
提高阅读能力的家教方法

眨眼、点头、耸肩是病吗?123

斜着眼看老师
造成抽动症的原因
转移注意力

孩子成绩突然下降是铅惹的祸 125

血铅超了标
隐形杀手
家长怎么防治孩子铅中毒?



129.....我们是“天堂”的建设者

130.....孩子沉溺电脑网络游戏怎么办？

爱好游戏的儿子

智慧的父亲

潘多拉的盒子

如何对待孩子上网、玩游戏？

135.....注意稳定性的测试及应对策略

图册数字标记测试

注意力稳定性训练

137.....脑功能轻微失调简易测试法

儿童行为评定

指鼻与翻手

140.....感知运动障碍与应对策略

手部精细动作不佳

训练孩子的小肌肉和大肌肉

144.....记忆测试与训练方法

短时记忆简易测试

怎样衡量一个人的记忆力？

协同记忆效果好

“天鼓”鸣响操助记忆

148.....一个“自闭症”小女孩的转变

152.....家庭教养方式问卷调查

155.....家庭教养方式思考

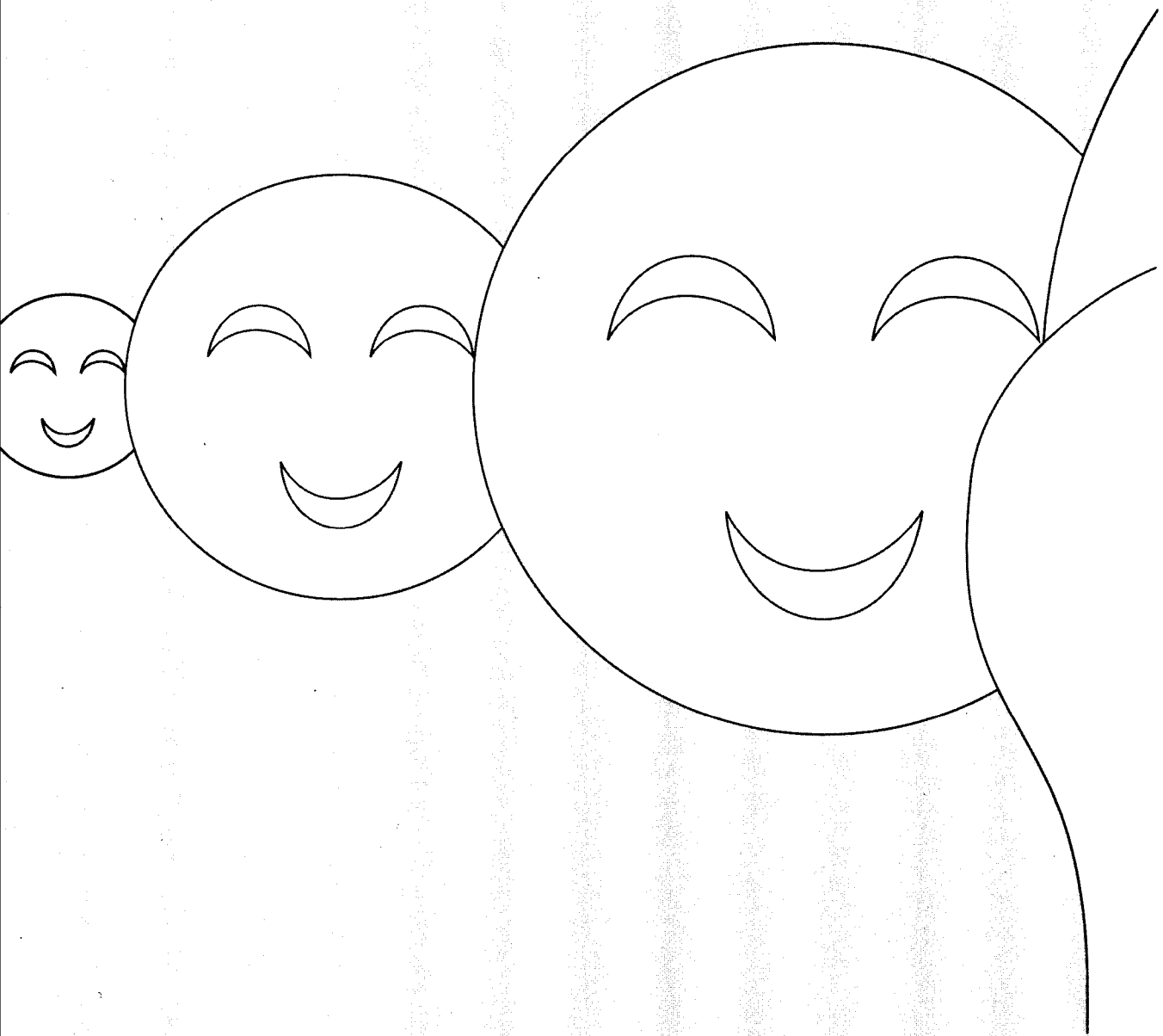
家庭教养方式

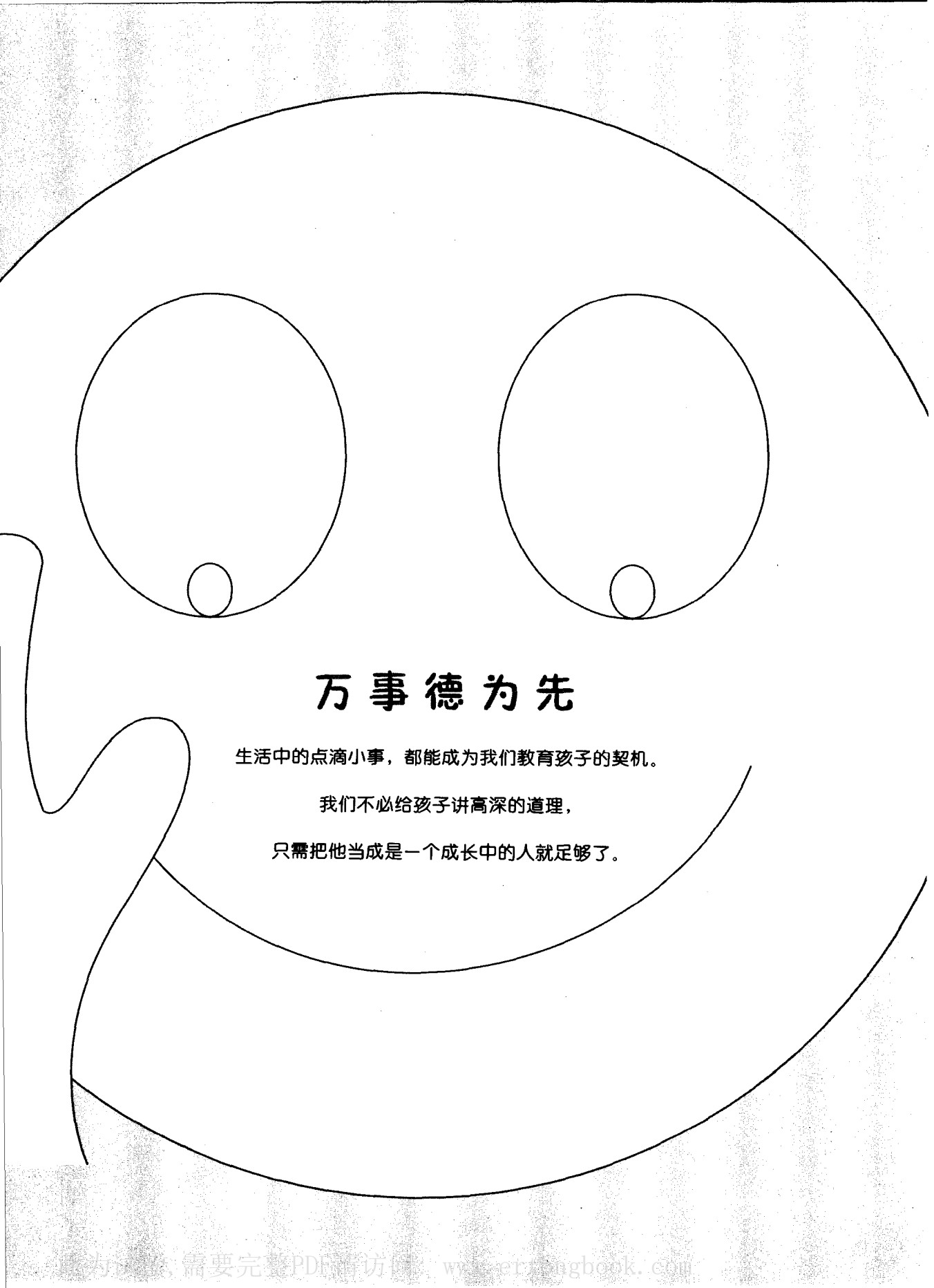
小学阶段的孩子常常出现心理问题

影响孩子学习成绩的因素

家长教育孩子的需求

159.....我们是“天堂”的建设者





万事德为先

生活中的点滴小事，都能成为我们教育孩子的契机。

我们不必给孩子讲高深的道理，

只需把他当成是一个成长中的人就足够了。