

破译

PO YI HAI ZI XIN ZHONG DE MI MA

孩子心中的 密码

主编：伊文领
牛玉芝



天津社会科学院出版社

破译孩子心中的密码

主编 伊文领
牛玉芝

天津社会科学院出版社

破译孩子心中的密码

主 编:伊文领 牛玉芝

出版发行:天津社会科学院出版社

(天津市南开区迎水道7号 电话:022-23366354 邮编 300191)

经 销:新华书店北京发行所

印 刷:天津腾龙印刷厂

850×1168毫米 1/32开 印张:10.75 字数:268千字

1999年4月第1版 1999年4月第1次印刷

00 001 - 05 000

ISBN 7-80563-737-7/G·194 定价:14.60元

版权所有

翻印必究

序

张秀岩

面对独生子女,家长只有一次教育子女成长的机会,如何正确施教,开始时可以说无经验可谈,而我们当中的不少家长辛辛苦苦把孩子培养大了,也积累了教子经验,可又派不上了用场。《破译孩子心中的密码》一书,正是这些经验的结晶,为跨世纪的家庭教育,为孩子的家长提供了科学的方法和实用的手段。

家庭教育是一门科学,也是一门艺术。说它是一门科学,是因为家庭教育中有家家需要遵循的规律和原则;说它是一门艺术,是因为在运用这些规律和原则的时候,家长必须付出创造性的劳动。

孩子是一本内容极其丰富的书,每一位父母只有潜心研读孩子,真正了解孩子,才能准确地“破译孩子心中的密码”。书中提出的一个个“为什么”和“怎么办”,可能正是初为父母者心中的困惑,也可能正是孩子成长过程中的迷惘所在,对这些问题的解答,书中没有更多的说教,而是通过一个个的教子成长实例的深刻感受,为更多的家长提供开启教育子女之门的钥匙。这些教子经验,尽管各具特色,许多只是一个侧面的“教子一得”,但他们都是从孩子的心理、生理发展和变化的规律着眼,体现了家教科学和艺术的真谛,因此,他们的经验是值得借鉴的。

本书的主编、副主编均是多年从事学校管理工作的校长和教育报刊的编辑、记者。作者是长期在教育、教学一线工作的优秀教师和教育学、心理学研究人员,他们其中有曾宪梓奖的获得者,

考上名牌大学学生的家长。他们从青少年心理入手,由表及里,透过现象分析其心理成因,具有一定的科学性与实用性。

《破译孩子心中的密码》一书中有许多文章已在全国报刊的青少年心理或家庭教育的专版上发表,在社会上产生了一定的影响,也得到了广大教师和家长的欢迎。因此,本书是指导家长正确实施家庭教育的教科书,是孩子成长的良师益友,是沟通家长与孩子的心桥,也是中小学开办“家长学校”的一本好教材。

社会呼唤新世纪高素质的建设者和接班人,每一个家庭都渴望培养新世纪出类拔萃的下一代,如何培养 21 世纪的合格人才,已成为跨世纪教育的一大主题。愿《破译孩子心中的密码》一书日臻完善,每个家庭都成为培养孩子成才立业的摇篮,每个家庭的子女都成为 21 世纪的新型人才。

1999 年元月于天津教科院

序/张秀岩

家长 = 教师

*家长 = 教师/1

*为什么越来越“不认识”自己的孩子/4

*如何区分少年的逆反心理与反向行为/8

*发现孩子吸烟怎么办/10

*面对孩子的隐私/13

*为什么有些孩子热衷于“空中交友”/15

*孩子追星怎么办/19

*当发现孩子手淫之后/22

*女儿偷看与性有关的书籍怎么办/25

*☒为什么会产生代沟/29

*☒如何逾越代沟/32

*如何衡量青少年心理是否健康/34

*孩子青春期焦虑怎么办/37

*☒青春期的少年为何渴望接触异性/40

*为什么游戏和好奇心会导致青少年犯罪/42

*生活不会尽善尽美/45

*孩子为什么会遗忘/49

*教孩子学会花钱/51

*如何防止“好孩子”综合症/54

*家长应帮孩子完善心理防御机制/57

*考试焦虑症与自我调适方法/61

附：考试焦虑度测验

*引导孩子循序渐进地学习/67

- *构筑一个良好的学习氛围/69
- *高考前家长应为孩子做些什么/71
- *在学习上“懒惰”怎么办/73
- *如何看待学校的张榜排名/75
- *与孩子出现“僵局”时怎么办/77
- *如何看待校访和家访/79
- *如何尽快地适应高中学习/81
- *如何培养孩子锻炼身体/83
- *生活富裕了,家长怎样教育孩子/85
- *怎样指导孩子有效合理地复习/87
- *怎样安排孩子的双休日/89
- *如何面对“没主意”的孩子/91
- *给孩子选什么样的家教/93
- *孩子考试期间家长应做些什么/95
- *怎样培养孩子的科学素质/98
- *寻找孩子的爱/101
- *怎样培养孩子的主体性/103
- *孩子“人来疯”怎么办/105
- *怎样对待孩子的异性交往/107
- *听孩子诉说/109
- *给孩子创造一个“书的氛围”/111
- *转笔刀的风波/113
- *教孩子“疼人”与“财迷”/115
- *该还手时就还手/117
- *学个特长好养“家”/119
- *情、爱、性——我们怎样告诉孩子/121
- *给孩子一份责任/125
- *远离罪恶/127

- *不妨教子学“公牛”/130
- *孩子怎样看电视好/133
- *女儿在班集体中的威信是怎样树立的/135
- o *如何与孩子谈心/137
- o *怎样对待任性的孩子/139
- *家庭是讲理的地方吗/141
- o *如何使孩子孝敬父母/143
- *怎样与孩子的老师沟通/145
- *如何去开家长会/148
- *家庭中如何实施美育/150
- *家长怎样做孩子的知心朋友/152
- *孩子心中没有家长怎么办/154
- o *家长如何对独生子女爱而有“度”/156
- o *孩子尊重喜欢什么样的父母/158
- *哪些家庭的孩子不能健康成长/160
- *家庭应维护孩子的哪些合法权益/162
- *孩子过失伤人家长应该怎么办/164
- *因时而异实施法制教育/166
- *“拔刀相助”应在法律允许范围之内/168
- *青少年犯罪的心理特征/170
- *为单亲家庭的孩子呐喊/173
- *如此集邮断不可取/175
- *青少年犯罪的特点/177
- *方法不同效果迥异/179
- *青少年逆反心理的表现及分析/181
- *孩子犯错之后/184
- *家长指导孩子复习的要点/186
- *有益的电脑家庭培训班/188

- *电脑学习机为何走俏/189
- *家庭需要什么样的计算机/190
- *使用家庭电脑必须养成的几个良好习惯/192
- *怎样购买计算机书籍/194
- *电脑不是摆设/195
- *多媒体教育将改变传统的教育方式吗/197
- *为孩子过生日讲排场对吗/199
- *让女儿当家/201
- *我家的“实习餐厅”/203
- *爱孩子就是一种教育/205
- *“父严母慈”不是成功家教/207
- *慎重请家教/209
- *让孩子向您敞开心扉(一)/211
- *让孩子向您敞开心扉(二)/213
- *家庭教育要“潜移默化”/215
- *学习用品与“开小差”/217
- *培养孩子俭朴的品德/219
- *学习用品不宜奢华/221
- *临场发挥与心理素质/223
- *指导孩子复习的几种忌讳/225
- *从 60 分起步/227
- *孩子上课“走神儿”怎么办/229
- *家长文化水平低怎么办(一)/231
- *家长文化水平低怎么办(二)/233
- *非要孩子考第一名吗/236
- *培养孩子的几种能力/238
- *让孩子学会自立/240
- *价值观是父母影响子女成长的核心内容/242

- ① *价值观是父母影响子女成长的重要因素/244
- *家务劳动,使您的孩子更聪明/246
- *星期天应该属于孩子/248
- *帮助孩子提高考试成绩/250
- *如何帮助孩子克服学习中的粗心大意/252
- *“学困生”的成因及帮助办法/254
- ① *怎样培养孩子的自信心/256
- *怎样提高孩子的学习效率/258
- *培养孩子具有爱心,帮助他人/260
- *孩子应有的学习习惯和方法/263
- *培养孩子具有正确的竞争意识/265
- *帮助孩子处理好人际关系/267
- ① *同理心:走进孩子心灵的通行证/270
- *指导孩子复习的几种忌讳/272

参考与旁佐:心理咨询记录

- *被孩子瞧不起怎么办/275
- *情感不利的家庭如何教育孩子/277
- *如何对待孩子的社会生活/279
- ① *孩子的孤僻是怎样形成的/281
- *孩子不爱劳动怎么办/283
- ① *如何培养孩子的自信心/285
- *平静、常态的生活更美丽/287
- *“高原”过后是晴空/288
- *圆梦者的呼救/290
- *友情,如何常伴我征程/292
- *不懂爱时莫言爱/295

- ✱集体不能没有你/300
- ✱纠正“回报”心理,生活充满阳光/303
- ✱他为什么变了一个人/307

家教回音壁:解答家长的来函

- ✱如何对待精力充沛的孩子/311
- ✱孩子疲疲塌塌怎么办/314
- ✱聚精会神才能学好/317
- ✱怎样教育孩子节约粮食/320
- ✱用理智控制情绪/322
- ✱你该这样解脱/324
- ✱因势利导 扬子之长/326
- ✱父子冷战不是法儿/330
- ✱缺角的太阳需要爱/332

后记/335

家长 = 教师

家庭是一个人非常重要的生活场所,家庭是社会的细胞,从某种意义来讲,家庭就是一所学校。家庭教育是社会教育和学校教育的基础,一个孩子从小长大,成长为人,家庭教育起着奠基的作用。在家庭教育中家长就是义不容辞的“教师”。做孩子终身教育的导师,这是家长的天职。

法国思想家卢梭曾经指出“教育是随生命的开始而开始的。”前苏联教育家马卡连柯也讲过:“主要的教育基础是在五岁以前奠定的,你们在五岁以前所做的一切,等于整个教育过程的百分之九十的工作。”他还讲过:“在你们的家庭里,在你们的领导下,成长着未来的公民,未来的事业家,未来的战士。如果你们处理无方,教育出不好的人来,那么,由此所得的苦痛,不仅是你们的,而且是许多人的,是整个国家的。”即使儿童进了学校,父母决不能减少对孩子教育的责任。前苏联教育家苏霍姆林斯基明确指出:“学校的复杂的教育过程中产生的一切困难的根源也都可以追溯到家庭。”托尔斯泰更尖锐地指出:“全部教育,或者说千分之九百九十九的教育都归结到榜样上,归结到父母自己生活的端正和完美上。”从教育家的名言中,不难看出,做为导师的家长,做为基础教育的家庭,对一个孩子的成长是何等的重要。

古今中外,多少有为之士莫不是在吮吸着父母教育的乳汁,活动在和谐温馨家庭摇篮里茁壮成长,勤奋成才。

早在二千年以前,“孟母三迁”不正是展示了一个母亲为了孩子健康成长而构建良好环境的良苦用心吗?唐代著名的大散文家

柳宗元年仅 13 岁就写出了一篇论文，题为《为崔中丞贺平李怀光表》，当时一下子轰动了整个京城长安，柳宗元为什么能“童子得奇名”，这同他从小在家庭教育下刻苦学习，注意积累是分不开的。柳宗元的父亲就是一个有学问而正直的人，他在柳宗元小的时候就希望孩子做一个“廉洁守志，疾恶不惧”的正派人，他给柳宗元起了一个字号叫“小厚”，也正是寄托了这种希望。在柳宗元四岁的时候，母亲卢氏就一字一字地讲，一句一句地教古诗古文，柳宗元十二三岁就通习“六艺”，而后一举成名，为后人崇为“唐宋八大家”之列。

近代史上，为世人记传的宋氏三姐妹，之所以称得上一个时代的风云人物，他们的父亲宋耀如就指出：只要 100 个孩子有一个成为超人式的伟大人才，中国就有四百万超人，还怕不能得救，现在中国在多数家庭还不能全心全意培养子女，我要敢为天下先。”正是有这样的家庭的教育，宋庆龄才成为一代伟人留芳百世。

世界著名的诺贝尔奖金创始人——瑞典化学家诺贝尔，从小就受到良好的家庭教育。他父亲不惜重金在家里办起“小学校”（请家教）请有名望的教师任教。由于早期的开发教育，对他以后走向发明创造之路有着很大的影响。

我国大学问家胡适，5 岁丧父、家境贫寒，6 岁时母亲就送他往私塾读书，为使儿子成才，教诲他“焚膏继晷，灯下苦读”也就是在夜间点灯，定时地刻苦读书。由于胡适勤奋苦读，善于思考终于成为近代的大学者。美国亿万富翁洛克菲勒，腰缠万贯，可谓天下第一首富，然而对其子女教育是极其严的，除了认真上学求知外，生活的节俭更近于“苛求”。他明确孩子 7 岁至 8 岁每周的零花钱为 3 角，9 岁至 10 岁 5 角，11 岁至 12 岁 1 元。12 岁以上 12 元，同时每人必须要记账，以备检查。他还鼓励孩子自治自立，参与生活劳动，培养艰苦奋斗、勤俭节约的精神，培养热爱生活，学会生活的美德，致使他的孩子们事业有成。有的当上了国家的副总统，有的当

上了企业家,有的当上了银行的总裁。

纵观历史的长河,不平凡的人正是受到家庭不平凡的教育,一个孩子在成长的漫长的道路上,父母所尽的天职是何等的重要,真可谓“可怜天下父母心。”

当今在改革开放的大好形势下,为了培养孩子早日成为跨世纪的人才,为了更坚韧地锤炼孩子的整体素质,让我们的所有家长都担负起“孩子第一任的教师”的重任。

(孙宝泉)



为什么越来越“不认识” 自己的孩子

总有些家长在孩子进入青春期年龄后向我提起,自己的孩子上初中后越来越不听话,更难管束了;有的甚至说孩子变得快让自己不认识了,亲子关系紧张。同时,在心理咨询过程中,也不断有孩子向我诉说,家长对自己的不理解。可以认为,这不是个别性的问题。

我认为,上初中的孩子如果还同上小学的孩子一样,时时、处处听家长的话、依赖家长,那才是不正常。孩子长大了,就会有自己的主见,不会总是满足家长的安排。如果家长对孩子正常的发展变化不理解,就会产生诸如前面的那些抱怨。但是,需要家长注意的是,这个年龄的孩子也确实容易出现边缘行为和越轨行为。为了帮助家长更好地认识自己的孩子,我简略介绍这个年龄段孩子的主要心理特点。

当今心理学界一般认为,女孩 11—12 岁、男孩 13—14 岁进入青春期。这个时期的孩子内分泌水平、性器官都迅速发展,一般以性成熟作为青春期来临的生理界标。

一些心理学家分别称这个时期是“暴风骤雨、疾风怒涛的时期”,是人生的“第二次诞生”,是心理“断乳”时期,是“反抗期”和“否定期”。因为这个年龄段又是违法犯罪率呈上升趋势的时期,又被称为“危险期”。青春期既象一轮冉冉升起的朝阳,充满生命力,是人生最美好的一个时期。同时,这个时期的孩子又面临许多

心理上的变化。

1. 情绪易于波动并潜藏不安,带有明显两极性特点。由于本能的启动,个体逐渐将注意力转向自己,昔日平静的心田被搅乱,陷入以反抗、蛮横、怠慢、冷淡等表现形式为特征的否定与不安情绪之中,有时会做出一些不负责的事来。这个时期的孩子虽然仍喜欢团体生活,但交友更为选择,密友的数量有限,喜欢独自思考一些问题,并关心他人对自己的评价。

2. 憧憬未来并富于幻想。这是一种寻求未来情境的情绪体验,是摆脱烦躁不安的心境缓解情绪不安的一种自我情绪调节机制,又是青春期少年进行创造性想象活动的动力。可以使人预先“看到”未来理想的远景,并因此缓冲情绪的激动,忘却暂时的挫折。

3. 情绪内容广泛,反应强烈,具有较前更长的延续性。随着思维能力的发展,兴趣、爱好的广泛,常对许多事物、人和社会事件产生情绪反应。如体育比赛、追星、服装时尚等,并因此产生高兴、苦闷等情绪,还逐渐出现了高级情感,如,集体荣誉感、爱国主义情操、正义感,为事业献身的精神,而且这种情绪在时间上表现出延续性的特点——形成了稳定的心境。如果同家长闹别扭,也不会再象小孩子似的一会儿就过去,或一哄就破涕为笑。因此,这种表现也会被不了解孩子心理变化的家长认为不懂事。

4. 认同感逐渐增强,成人意识出现,想独立地做一些事。如自己安排活动日程、自己决定选择什么样的礼物等,这并非不好,但由于一些家长从小到大习惯了包揽孩子的事,不适应孩子这种独立性的要求,因此产生两代人的对抗。当然,孩子的独立性要求会表现在方方面面,有些会更令家长不安。但是,单纯的压制可能会限制孩子的正常发展,也有可能迫使孩子以其他边缘行为、越轨行为来实现自己的心理平衡。

5. 价值取向的形成和评价能力的发展。什么是有价值的,不

同时期的人会有不同的选择。比如,今天青少年中狂热的追星现象就很令一些家长不安,有些人则表现为自私自利,对他人缺乏理解和同情心。这时期的孩子对事物的评价标准往往不以父母的价值作为参照体。但凡是有事业心、有远大理想的青少年们,他们的价值取向最终是会以社会的需要为中心的。

6. 闭锁心理的出现。儿童时期的注意力更多地指向外部世界,而青年则将注意力越来越多地转向内心生活。与成人感同步产生了青年人的闭锁心理,在许多情况下与家长的沟通明显减少。形成了“私密感”和个人隐私,如朋友间的窃窃私语,以通信的形式交流自己的内心体验、以日记形式记录保留自己的隐私、自我倾诉,还会出现最初的钟情——初恋。有的心理学家将少年晚期、青年初期的初恋称为小猫小狗式的爱情,因为他们尚不具备对自己行为负责任的能力。虽然,少年男女间的依恋——初恋绝大多数并不导致结婚,但孩子一旦产生这种感情一个时期内可能很执着,常令家长不安。

7. 行为方式的改变。这时的孩子开始以大人自居,模仿大人说话办事。一些学习不好的孩子会以吸烟、饮酒、交异性朋友等边缘行为的方式来证明自己。这种行为的出现是一种客观的情况,也是社会化过程中出现的一种需要纠正的误导。

如此等等,这个时期青少年的心理变化还可以列举一些。以上这些心理变化都会令那些心理准备不足的家长感到不安。因为这些情况同以前十几年形成的生活模式相比,变化实在太太突然了,仿佛自己与孩子之间的距离一下被拉大了,并因此感到孩子的陌生。殊不知,没有这些变化孩子是不会成长为大人的。

心理学的研究表明,人进入青春期后,人的心理、生理、智力水平都得到迅速发展,许多有成就的人物往往在这个年龄段就开始奠定了事业的基础。如,伽利略 17 岁就发现钟摆的原理,加罗华 17 岁创立群论,海寿保 20 岁创立量子力学,曹禺 23 岁写出话剧