

♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥ 用爱心关注成长 用教育启迪智慧 ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

智养

父母必知的儿童心理学

Parents must know child psychology

一位教师的教子手记 梅子◎著



教育孩子，不仅要了解孩子独特的心理动态，
还应该针对孩子的个性特征，不断地在生活和学习
实践中摸索了解合适的教育方法。



北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

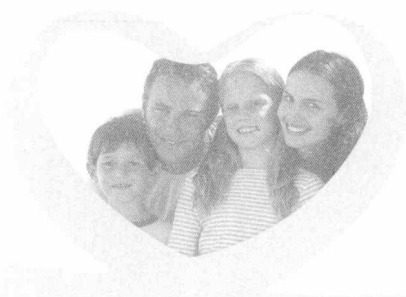
一位教师的教子手记

智养

Parents
must know child psychology

父母必知的儿童心理学

梅子◎著



版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

智养：一位教师的教子手记 / 梅子著. —北京：北京理工大学出版社，
2010. 3

ISBN 978-7-5640-3074-2

I. ①智… II. ①梅… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 034777 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / [http://www. bitpress. com. cn](http://www.bitpress.com.cn)

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京市通州富达印刷厂

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 17

字 数 / 230 千字

版 次 / 2010 年 3 月第 1 版 2010 年 3 月第 1 次印刷

责任校对 / 陈玉梅

定 价 / 29.80 元

责任印制 / 母长新

图书出现印装质量问题,本社负责调换

因势利导，因材施教

爱孩子，更要懂孩子。人们常说，孩子的心灵如同一张洁白的纸，在这张纸上画什么便呈现什么，而图上第一笔色彩的人就是父母。孩子能不能有一个美好的未来，在很大程度上取决于父母的教育是否正确。从某种意义上看，未来的竞争与其说是孩子之间的竞争，不如说是家长之间的竞争。

但是世上没有两片完全相同的树叶，也没有两个孩子能在任何方面完全一样，所以不可能有一个万能的优秀的教育方法。一句话可以让一个孩子自卑很多年，却可能激励另一个孩子很多年，所以简单地复制别人的教育是不科学的，只有在耐心地观察和体会自己孩子的特点后，才能找到最适合自己的教子之路。

孔子在因材施教方面就做得很好，值得广大父母学习借鉴。

有一次，孔子讲完课，回到自己的书房，学生公西华给他端上一杯水。这时，子路匆匆走进来，大声向老师讨教：“先生，如果我听到一种正确的主张，可以立刻去做吗？”孔子看了子路一眼，慢条斯理地说：“总要问一下父亲和兄长吧，怎么能听到就去做呢？”子路刚出去，另一个学生冉有悄悄走到孔子面前，恭敬地问：“先生，我要是听到正确的主张应该立刻去做吗？”孔子马上回答：“对，应该立刻实行。”冉有走后，公西华奇怪地问：“先生，一样的问题你的



回答怎么相反呢？”孔子笑了笑说：“冉有性格谦逊，办事犹豫不决，所以我鼓励他行事果断。但子路逞强好胜，办事不周全，所以我就劝他遇事多听取别人的意见，三思而行。”

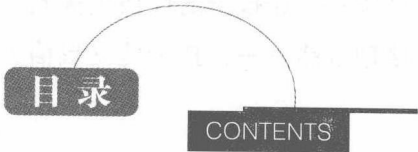
身为父母，不仅要学会在潜移默化中规范孩子的品行，让孩子养成良好的生活和学习习惯，还要在日常生活中培养孩子的兴趣，让孩子插上梦想的翅膀，更重要的是在孩子遇到问题时与他们面对面地沟通，从而正确地引导孩子健康成长。

本书作者梅子老师从事儿童教育多年，总结出一套独有的教育经验。她认为成功的父母不在于所取得什么地位和多少金钱，而在于如何用“智养”的方法教育出优秀的孩子。

梅子老师在书中向广大父母介绍了如何信任孩子的心灵感悟和实用的新方法、新技巧，包括如何让孩子体会到你对他们的信任；如何正确地给予孩子爱；如何把握好孩子成长的关键时期；如何激发孩子的潜能；怎样发现孩子的优点和不足；怎样像朋友一样平等地对待他们；怎样不让孩子觉得父母讨厌等丰富而切实的内容。

梅子老师的教育方法完全可以归结为“智慧”两个字，具体表现就是不蛮干，不教条，充分尊重孩子的个性特长，引导其成长成才。表现在家教思想上就是因材施教，因势利导。

如果你想培养一个阳光的孩子，如果你不懂孩子为什么越来越不按成人的想法生活和学习，如果你不想让孩子变成冤家……那么这本书将为你排忧解难。你会懂得每个生命都蕴含着神秘性和不可知性，陪伴孩子成长是父母送给孩子最好的礼物。让我们跟着作者的指引，走进孩子的世界，去体会孩子眼中的美好和新奇，让我们为孩子营造一个良好的生长环境、一个幸福的世界，使他们身心健康成长。



目录

CONTENTS



第一章 变化的规则，寻觅孩子成长的轨迹

关注幼儿神奇的敏感期 / 2

妈妈有世界上最好听的声音 / 5

爸爸，不要你来开门 / 7

0~1岁，信任的桥梁在此搭建 / 10

谁偷走了孩子3岁前的记忆 / 12

别忽视孩子“潮湿的水泥期” / 14

凝固“水泥期”的成长记录 / 18

12岁前，孩子的第一反抗期 / 20

心理断乳期，谨防精神肥胖儿 / 24

踢开孩子的三个不快乐时期 / 27



第二章 从小开始，为心理健康添砖加瓦

夸奖——“营养”孩子的内心 / 32

批评——给孩子种下羞耻心 / 35

约束——给孩子自律的拐杖 / 38

拥抱——给孩子生活的幸福感 / 40



身教——给他圈住幸福的自控力 / 42

合作——让孩子的性格更优质 / 45

接触自然——让孩子建立自信 / 48



第三章 小嘴巴大秘密——听孩子在说什么

“我要！我还要！”——占有欲的开端 / 54

“让我自己做！”——自信心的觉醒 / 57

“爸爸，亲我一下”——依赖性增强 / 60

“妈妈，我做梦了”——梦境反映孩子的内心 / 63

“那个是我的！”——自我意识的萌芽 / 66

“我真的生气了！”——独立意识的觉醒 / 69

“我就不听！”——情感丰富的开始 / 72



第四章 不听话的原因——父母要做心理师

乱扔东西——在“捣蛋”中长见识 / 76

只看一本书——习惯在慢慢养成 / 79

自言自语——快速成长的阶梯 / 81

没事就抠鼻子——精力充沛的小家伙 / 85

爱重复别人的话——孩子的幽默细胞在跳舞 / 88

闲不住——小发明家的探索欲 / 90

喜欢玩捉迷藏——孩子富有冒险精神 / 93

顶嘴——孩子在强化语言能力 / 95

以吓唬人为乐——顽皮的孩子并不坏 / 98



爱问为什么——“问题”儿童不简单 / 101
凡事信以为真——他有惊人的想象力 / 104



第五章 警惕！解读孩子的求助信号

信号 1：撕书——帮助他疏导攻击的欲望 / 110
信号 2：吮吸大拇指——关注孩子的另类饥渴 / 113
信号 3：怕生——帮助孩子缓解社交恐惧 / 116
信号 4：恋物症——给孩子的情感找个寄托 / 119
信号 5：不敢迈出的脚——鼓励孩子建立自信 / 121
信号 6：大声尖叫——给孩子一个倾诉的平台 / 123
信号 7：异食癖——经常咀嚼吞食异物 / 125
信号 8：躲避检查——小男孩的“阉割忧虑” / 127



第六章 开启孩子心灵的钥匙

蜡笔——孩子五彩人生的创造者 / 130
玩具——矫治孩子心理的首选 / 133
宠物——幼儿成长的好伙伴 / 136
语言——文明礼貌的符号 / 139
游戏——好性格靠它来形成 / 143
水——打开求知欲的阀门 / 146
沙堆——触觉的学习过程 / 148



第七章 每个第一次，对孩子都很重要

- 第一次用筷子——孩子手的协调性发展 / 152
- 第一次制作——孩子的创造精神苏醒 / 155
- 第一次等候——孩子的情商逐渐确立 / 157
- 第一次挑食——分辨能力的觉醒 / 160
- 第一次劳动——参与社会活动的开端 / 164
- 第一次与人交流——建立交际圈的开始 / 167



第八章 心灵营养：缓解孩子的负面情绪

- 嫉妒——安抚孩子的内心恐慌 / 172
- 害怕——还孩子倾诉的权利 / 175
- 害羞——鼓励和赞美最有效 / 179
- 暴力——让孩子学会忍耐 / 182
- 自虐——指导孩子表达情绪 / 185
- 抑郁——帮助孩子走出死胡同 / 188
- 孤独——为孩子找到心理的支点 / 192
- 自卑——肯定孩子做的努力 / 195
- 任性——收起多余的溺爱 / 198
- 生气——给孩子一个好榜样 / 201



第九章 爸爸妈妈们：我们哪里做错了

- “电视保姆”：影响孩子的脑发育 / 206
- 高度保护：父母成了孩子的负担 / 208
- 溺爱：让孩子关上了心门 / 212



- 语言暴力：摧毁了孩子的堡垒 / 215
- 恐吓：孩子胆怯的“元凶” / 217
- 早入托：孩子的恐惧被漠视 / 220
- “皮肤饥饿”：孩子的智力被影响 / 222
- 父爱缺失：导致孩子“父爱饥渴” / 225
- 夫妻冷暴力：孩子是第一受害者 / 228
- “假累现象”：孩子需要成就感 / 232
- 打屁股：危及孩子的性健康 / 234
- 是什么导致孩子性早熟 / 236



第十章 测试吧：留下孩子成长的小脚印

- 你了解自己的孩子吗？ / 240
- 你与孩子之间有哪种代沟？ / 241
- 从玩具看孩子的性格 / 244
- 从色彩看孩子的性格 / 245
- 孩子是否属于很敏感的人？ / 247
- 测试孩子的自控能力 / 250
- 测试孩子的心理健康程度 / 251
- 孩子属于哪种交往类型？ / 254
- 孩子的音乐智能如何？ / 257

变化的规则，寻觅孩子成长的轨迹

如果你用眼睛看到的是一个生命，并关爱这个生命，你就会从孩子的角度看孩子，用孩子的眼光看世界，生命就会得到理解。不要把孩子当成一个东西或者物件，我们只有陪同孩子走过眼前这一步，而且是快乐地走过，才算是智慧的爱，而不是仅仅停留在对孩子未来的疑惑上。





关注幼儿神奇的敏感期



我们知道人的生命非常独特，人类是地球上最高等的生物，因为人类拥有智慧、思想、情感和判断力，会用双脚行走、使用语言交流及使用工具，而这些有别于其他动物的能力大多在人类婴幼儿时期就已经形成。

如此复杂的思想和情感，婴儿是怎样学会的？有些成人花几十年时间也学不会另一种语言，而孩子却可以在生命最早的6年轻轻松地学会，不用背不用反复地听磁带，这又是为什么呢？其实，在生命最早的6年里，造物者赋予人类一样宝贵的东西，让人类可以在最短的时间内学会所有生存技巧及形成独立健康的人格，这就是敏感期。

起初，“敏感期”一词是荷兰一位生物学家在研究动物成长时使用的名称。后来，蒙台梭利在长期与儿童的相处中，发现儿童的成长也会产生同样的现象，因而提出了敏感期的原理，并将它运用在婴幼儿教育上，对提升婴幼儿的智力有卓越的贡献。根据蒙台梭利对婴幼儿敏感期的观察与研究，可以归纳出下列9种：

1. 语言敏感期

孩子在语言敏感期里，表现出对语言的强烈兴趣，通常在0~6岁，我们会时常看到他目不转睛地注视大人说话的嘴形，并很有兴致地开始模仿，说明他的语言敏感期到来了。学习语言对成人来说是一个困难的过程，但幼儿能很容易学会母语，因为幼儿具有自然所赋予的语言敏感力。因此，若孩子在2岁左右还迟迟不开口说话，应带孩子到医院检查是否有先天障碍。语言能力影响孩子的表达能力，父母应经常和孩子说



话,给他讲故事,或多用“反问”的方式加强孩子的表达能力。

还要说明的是语言能力分为口头语言能力和文字语言能力,3岁以前是口头语言的敏感期,3岁以后才会出现对书写、阅读等文字语言的兴趣。

2. 秩序敏感期

这一时期在2~4岁显现,此时孩子总会对一些秩序很苛刻,如果稍有改变,他们就会大哭大闹,这是孩子秩序敏感期的表现,他需要一个有秩序的环境来帮助他认识事物、熟悉环境。一旦他所熟悉的环境消失,就会令他无所适从。我们经常会看到孩子因无法适应环境而害怕、哭泣,甚至大发脾气。因而确定“对秩序的要求”是幼儿极为明显的敏感力。

幼儿的秩序敏感力常表现在对顺序性、生活习惯、所有物的要求上,如果成人没能提供一个有序的环境,孩子便没有一个基础以建立起对各种关系的知觉。所以家长一定不要误解此时孩子的举动,从而使他们惊慌,失去安全感。

3. 感官敏感期

和语言敏感期处于同一阶段,即0~6岁也是孩子的感官敏感期,他们会借着听觉、视觉、味觉、触觉等感官来熟悉环境,了解事物。3岁前,孩子透过潜意识的“吸收性心智”吸收周围事物;3~6岁则更能具体地透过感官分析、判断环境里的事物。因此我们可以借助一些感官教具,比如听觉筒、触觉板等,以增强孩子的感官敏锐性,引导孩子自己产生智慧。

我们也可以在家里准备多样的感官教材,或在生活中随时引导孩子运用五官,感受周围事物。尤其当孩子充满探索欲望时,只要是不具有危险性或不侵犯他物时,应尽可能满足孩子的需求。

4. 对细微事物感兴趣的敏感期

大人经常会因忙碌而忽略周围的微小事物,但是孩子却常能捕捉到各种奥秘。在孩子眼中,总有一个与成人不一样的世界。因此,如果孩





智养 —— 一位教师的教子手记

子对泥土里的小昆虫或衣服上的细小图案产生兴趣，正是我们培养孩子具有巨细无遗、宗理密微的习惯的好时机。

5. 动作敏感期

2 岁的孩子已经会走路，正是活泼好动的时期，他们总是闲不住，对什么都很好奇，此时父母不要过分限制，应让孩子充分运动，使其肢体动作正确、熟练，并帮助左、右脑均衡开发。除了大肌肉的训练外，我们也不要忽视孩子肌肉的练习，即手眼协调的细微动作练习，这种练习不仅能让孩子养成良好的生活习惯，也能促进其智力的发育。

6. 社会规范敏感期

2 岁半的孩子逐渐脱离以自我为中心，而对交朋友、群体活动表现出明显的喜好。这时我们应与孩子建立明确的生活规范、日常礼仪，使其日后能遵守社会规范，拥有自律的生活，为以后的社会交往奠定基础。

7. 书写敏感期

3 岁半左右，孩子可能会突然喜欢拿着笔乱画，甚至拿些东西胡乱挥舞，假装在写什么东西。这时候，我们可以开始教宝宝写字或者画画，但是不要过于约束他，任他肆意发挥。

8. 阅读敏感期

在 4 岁半到 5 岁半的时候，孩子的书写能力与阅读能力开始发展。如果孩子在语言、感官、肢体动作等敏感期内得到了充分的学习，其书写、阅读能力就会自然产生。此时，我们可多选择读物，布置一个书香的居家环境，使孩子养成爱读书的好习惯。

9. 文化敏感期

幼儿对文化学习的兴趣萌芽于 3 岁；而到了 6~9 岁则出现想探究事物的强烈需求。这时期孩子的心智就像一块肥沃的土地，准备接受大量的文化播种。我们可在此时给孩子提供丰富的文化资讯，拓展孩子的思维，启发他学习。

敏感期是孩子天赋的学习催化剂，如果能提供适当的环境和学习条





件,加上恰如其分的刺激,就可以加快他们的潜能变为现实能力的速度,从而达到事半功倍的效果。但若错过了这个时期,结果往往会事倍功半,甚至造成难以弥补的损失。敏感期的教养应注意下面几个重点:

(1) 相信孩子为有能力的个体。孩子是具有能力的天生的学习者,他们会循着自然的成长法则,不断使自己成长为“更有能力”的个体。

(2) 观察敏感期的出现。每个孩子的敏感期出现的时间并不相同,因此父母必须客观、细心地观察孩子的内在需求和个性特质。

(3) 布置丰富的学习环境。当观察到孩子某项敏感期出现时,应尽可能为孩子提供一个满足他成长需求的环境。

(4) 鼓励孩子自由探索、勇敢尝试。当孩子获得了尊重与信赖后,就会在环境中自由探索、尝试。

(5) 适时协助而不干预。当孩子热衷于有兴趣的事物时,父母应放手让孩子自己做,不要太多干预,适时予以协助、指导。

妈妈有世界上最好听的声音



孩子都是依恋母亲的,看到妈妈他们就会有安全感。宝宝在妈妈的肚子里每天都是伴随着妈妈心脏的搏动声,和那充满憧憬的歌声成长,感受妈妈的温度和抚爱。出生后,妈妈无微不至地关怀,更加促成了孩子对妈妈的依恋。妈妈的一言一行、一颦一笑都深深地印在他们幼小的心灵中。吃奶要妈妈喂,玩耍要妈妈陪,妈妈悦耳动听的声音时时刻刻在宝宝耳边萦绕。很自然地,孩子认为妈妈的声音是世界上最好听的声音,只要听到妈妈的声音,他们就会高兴,感到幸福满足。因此,作为母亲的我们更应在孩子的语言敏感期里多与他沟通,传递期望、爱和教





育，给他提供最适宜的成长环境和最有效的教育。

女儿玥玥10个多月大时，我一有空就抱着她出去散步。小家伙对外面的世界充满了好奇，瞪着眼睛东望西看。每每这时我总会借机与她说话，用愉悦的声调将自己的心情和沿路的好风景告诉她：“妈妈很高兴带你出来走走，今天的天气真好！公园里的树真高，还有许多美丽的花。你看！那边有好多大哥哥、大姐姐在玩滑梯，他们玩得多开心啊！”

玥玥听着，尽管不是很明白话中的意思，但嘴里还是发出咿咿呀呀的声音。

1岁以前的婴儿表面上看似不会沟通，但不能低估他的潜在学习能力。他虽不会说话，也听不懂别人说话的内容，却能够意识到大人说话有着不同的含义，此时与孩子沟通，可以用简单的语言描述发生的事情，来帮助孩子学习。

除了语言沟通外，孩子还需要父母给予非语言的沟通，如注视、拥抱、亲吻、抚摩等表情和动作。

当孩子很乖巧地玩玩具或听音乐看电视时，可以不去打扰他。如果他把目光转向父母，父母可以注视他，告诉他：“宝贝好乖啊！”或“音乐好听吧！”作为回应。又如，当孩子发出“妈妈”的单音，或在地板上努力爬向父母时，可以轻轻拍手鼓掌说：“你好棒哦！加油！”这不但让孩子开心，更容易建立孩子的自信心。同样的，当孩子做出不当的行为时，父母也应该用温和的否定态度和语气来教育孩子。

一天玥玥在地板上玩，突然她发现地上的电源插头，爬过去伸手去摸。这时我有点慌了，急忙跑过去，将玥玥抱起，表情严肃，口吻严厉地说：“不要玩，危险！”玥玥像是受了委屈似的看着我，开始哭闹，还不知轻重地用手打我。

看到玥玥哭闹的表现，我不禁反省自己的行为。其实孩子和大人一样也喜欢听好话，而不想被呵斥。所以在与孩子沟通时，一定要注意谈话的方式和语调。蹲下身子，放下身价，以亲和的口吻和商量的语气交



流,给他一个温柔、和蔼、信任的目光,让他知道妈妈在关心他。当孩子感觉得到了关爱和重视时,才会听话,才会愿意和父母亲近、交流,从而更好地展开适合他的家庭教育。

有时,孩子会以哭闹的方式争取他们的权益,父母若要拒绝,可以使用反映式倾听的方法。除了能表示理解孩子的感受外,也显示自己坚定的态度。如:“我知道你现在很生气,因为我不给你买这个玩具。我的理由是家里已经有类似的玩具了(或太贵、不安全等)。”听到这样的话,孩子就会以哭闹迫使父母给他买。此时,越保持心平气和越能帮助孩子了解无理取闹是行不通的。千万别上他的当,也许过去的经验让他学到,在公众场合哭闹,父母通常会让步。如果想以后减少这种烦恼,并且帮助孩子学习一些规矩,父母就不要顾忌面子问题。

针对孩子不同年龄、性别、性格,不同的家庭背景及当时面临的不同情况,沟通的方式和途径也不一样。采取什么方法与孩子沟通要根据具体情况而定,但都要本着合理有效的原则。需特别注意的是,沟通时父母要调整自己的心态,暗示自己:我有这样一个可爱的孩子,我们要一起成长,一起面对问题,让他更幸福快乐。

爸爸,不要你来开门



我们园里有个2岁8个月的孩子,名叫乐乐,入园已经4个月了。自入园以来她情绪一直很稳定,但最近开始,她总因为一些小事哭闹不停。

一天,乐乐的爸爸妈妈开车来接她回家,妈妈抱着乐乐,爸爸顺手将车门打开,乐乐忽然大哭起来,嚷着:“让妈妈开车门。”爸爸赶紧