

鲁杰家教



帮父母 读懂幼儿心

0~3岁儿童心理解读与教养行为引导



鲁杰 著

权威专家点睛家教秘密，助力父母突破育儿困境

是谁误解着孩子？又是谁误导着孩子？

88个家庭教育实例，33个育儿新概念

父母的第一本智慧教养书

贵州出版集团
贵州人民出版社

帮父母 读懂幼儿心

0~3岁儿童心理解读与教养行为引导

鲁杰 著

贵州出版集团
贵州人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

帮父母读懂幼儿心 : 0-3 岁儿童心理解读与教养行为引导 / 鲁杰著. — 贵阳 : 贵州人民出版社, 2015.12

ISBN 978-7-221-12939-0

I . ①帮… II . ①鲁… III . ①儿童教育—家庭教育 IV . ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 005440 号

帮父母读懂幼儿心 : 0-3 岁儿童心理解读与教养行为引导

BANG FUMU DU DONG YOUER XIN : 0-3 SUI

作者 鲁杰

责任编辑 武波 范春雪

贵州人民出版社出版发行

贵阳市中华北路 289 号 邮编 550004

发行热线 : 010-59623775 010-59623767

三河市明华印务有限公司

2016 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

开本 710mm × 1020mm 1/16

字数 95 千字 印张 9.5

ISBN 978-7-221-12939-0

定价 22.00 元

版权所有 · 翻印必究 未经许可 · 不得转载
如发现图书印刷质量问题, 请与本社联系。

目 录

代 序 最佳教养方法是观心	1
第一篇 父母育儿新概念	
一次只玩一个玩具	6
帮助孩子交些大朋友	7
让小“蘑菇”更有效率	8
早期过度干预不是早期教育	9
早期发展的目的是为了终生发展	11
培养小小外交家	12
让当代孩子爱上读书	13
亲子女通话应注意什么?	14
让孩子在“拉钩”中培养信任与安全感	15
夸孩子少说你真棒	17
小宝宝的色彩心理学	18
颜色偏好蕴藏宝宝个性心理特征	19
颜色使用适宜有益宝宝心理发展	21
“胎梦”真能预示宝宝性别吗?	22
新爸爸上岗如何适应?	26





新爸爸：初为人父烦恼多	29
新妈妈呵护新爸爸	32
爸爸要跟宝宝单独相处	34
准爸陪产的是与非	35
宝宝的心理发展是一个完整的圆	39
培养时代化与国际化宝宝	43
心灵不能被物质溺爱	43
独立宝宝更健康	45
父母在做 孩子在看	46
亲子关系伤不起	47
脾气不好会毁了宝宝吗	48
给宝宝平等与尊重	52
帮宝宝赢得社会化“绿卡”	53
乐天宝宝更聪明	55
修身养性是育儿根本	56
宝宝入园安全手册	58
全方位关注新生入园安全	61
幼儿园的主要培养目标是什么	62

第二篇 育儿热点专题问答

行为1 多动 VS 好动	66
行为2 爱发脾气甚至喊叫和摔东西	67
行为3 女儿过分注意外表	69

行为 4	太爱提问题	70
行为 5	恐惧情绪严重	71
行为 6	胆子特别小	72
行为 7	怕 生	74
行为 8	淘气并反抗	76
行为 9	喜欢炫耀	77
行为 10	孩子跟父母不亲	78
行为 11	孩子喜欢出洋相	79
行为 12	不合群	80
行为 13	孩子太拘束	82
行为 14	结 巴	83
行为 15	黏妈妈	83
行为 16	因父母情绪而受委屈	84
行为 17	抢小朋友玩具	85
行为 18	爱尖叫	86
行为 19	恋 母	87
行为 20	忧 郁	88
行为 21	记性不好	89
行为 22	不愿分享	90
行为 23	怕死亡	91
行为 24	退缩 VS 自卑	92
行为 25	爱看广告	93
行为 26	女儿太疯	94





行为 27 怕 黑	95
行为 28 不听话	97

第三篇 育儿案例解析

专题 1 宝宝为什么爱顶嘴	100
专题 2 不急不恼“人来疯”	103
专题 3 宝宝吃手指，难道是缺乏安全感	107
专题 4 从小帮助宝宝清晰性识别	110
专题 5 宝宝为什么喜欢重复听一个故事	113
专题 6 让宝宝在分享中快乐成长	114
专题 7 教育中的禁言与妙语	117
专题 8 “独”是宝宝的错吗？	120
专题 9 面对这样的孩子，我做得对吗？	125
专题 10 延迟满足益处多	128
专题 11 焦虑妈妈 VS 聪明娃娃	133
专题 12 如何帮助宝宝学会自控？	136
专题 13 爱也会使宝贝脆弱吗？	140

代 序

最佳教养方法是观心

人的心理世界充满了神秘，可以说和宇宙一样深邃莫测，而婴幼儿的内心更是纯净而奥妙：一幅素白的绢布，蕴涵着世界上所有最美丽的色彩与景象，向我们传递着来自远古的本真质朴、浑然自在的气息，这似乎空无一物的气息却容许有亿万颗心智性情的种子在里面萌生、成长、成熟。

长大后，他要一个人面对生活，他或独立自信安宁、勤奋真诚、热情好奇、友好开朗、才华横溢，或畏缩焦虑、惰性虚荣、冷淡漠然、封闭敌视、庸碌无为，还很有可能内心始终充满纠结，冲突矛盾不断，优点与缺点鲜明地并存，热爱着怨恨着，上进着消沉着，勇敢着胆怯着，勤奋着懒惰着，自己与自己相处得疲惫不已、痛苦不堪。

父母如何给孩子一个最好的可能？

若父母下工夫去悉心体味、点滴浸润，孩子的内心画面就会逐渐展开一派和谐而生机勃勃的卷轴，既保留了活力自然而快乐无比的天性，又能适应人类社会生活。若父母不断探索幼儿的心理世界，更会察言观色，更能在直觉的纤微之处及时领受到孩子的情绪波动，同情理解他的行为，关注他，陪伴他，肯定他，支



持他，引导他，就是父母在与孩子一同创造他命运的蓝本。按照这个蓝本，他的人格就会发展得更成熟健全，由此，学习、事业、生活一定会更成功。

经常会有幼儿父母困惑不解地发问：“我叫了他好多声，他怎么装作听不见，不理睬我呢？直到我急了，他才动一动。”还有的父母很苦恼：“孩子每天晚上不睡，早上不起，每天我们要催促很多遍，最后一遍必须要跟他急。怎么才能让孩子听话呢？”最重要的是，所有的父母都希望自己的孩子从小培养好习惯，有一个健康的心态和好性格，可孩子敏感胆怯爱哭怎么办？特别争强好胜、爱发脾气、任性是怎么回事？也有父母提出隔代教育不一致的问题，夫妻之间教育有分歧怎么解决……这些问题在早期教育中都至关重要，每一个问号都牵扯着父母的心，连动着父母对生活的期望，关系着孩子的健康与幸福。

这本书正是为0~6岁期间的孩子的父母精心写作的，都是针对此期间的父母在家庭教育中遇到的各种常见问题进行的探讨。

事实上，一些父母平时都特别忙，读书也只为急于寻求到“秘方”：孩子哭闹不听话时我该怎么办？最好给我一个几秒钟之内就见效的“高招”；对，我只想要知道怎么办，也就是方法，而有些大道理和心理知识我都懂，我看过的书很多，都快背下来了。然而，父母眼中的行为问题，却只是婴幼儿的行为表象，父母以何种知识及经验的背景来加工处理幼儿的行为，用何种开放、深刻而周全的思维方式去推理判断，用何种悲观乐观的心态去投射，就会最终产生何种教养方法，然后就有了何种人格特点的孩子。

幼儿的每一种行为背后，都有着深刻而复杂的原因。他们对安

全十分敏感，依恋父母，期待自己得到承认，需要被尊重，却同时又想实现自我的需求。幼儿期间的孩子正在发育大脑，渴望更多的感知和动作经验，想象力丰富多彩，却又在探索过程中因对失败过于敏感而容易退缩和放弃；既心灵开放渴望友谊，又因自我中心而不肯分享。父母既要读懂幼儿愈加丰富的内心，又要在每一回亲子交流中让孩子感受到父母最值得信任，父母的爱没有离开过他一秒钟。

直接在洪水泛滥的地段围追堵截洪浪般地控制孩子的情绪和行为，从来都是本末倒置，劳而无功。情绪与行为来自于意念。读书，是父母透过文字读孩子的心，也是父母在读自己的心。读懂了心，就能产生真实纯善的生命体验，清晰明朗的意念开始觉醒，情绪、行为才尽在掌握。这时，最好的教养方法就水到渠成般，从心里，从脑中，从手上，从眼睛和声调里，从体态上，一齐恰到好处地涌现出来，幼儿顷刻之间，就领悟了父母全部的爱，他会特别配合、心甘情愿地按照你的指令去做好他自己。那时候，父母不需要特别的招数，只须说：吃饭了，睡觉了，起床了，刷牙了，读书了，妈妈累了抱不动了，爸爸今天没有带够钱……最简单而朴实的要求，足矣。孩子内心本身就能量充足，需要父母更巧妙圆融地把他的能量激活，只要拥有心智成熟功德圆满的父母，孩子的心都知足常乐。

父母永远不可能完全清楚地了解自己，也永远不可能完全清楚地了解孩子。父母养孩子的过程，更是父母养自己的心的过程。父母在遇到困惑苦恼时，唯一要做的就是：放下纷杂混乱的思绪与情绪，垂下眼帘，观自己的心，不停地回到内心那个平静纯善的起点





去理解，理解爱，感悟爱；再尝试着看着孩子的眼睛说话，柔和、小心翼翼而坚定地，欲言又止，思虑再三，只说几句话，留下一大堆话咽回肚子里；心里期待和祝福着孩子，对所有家人的态度都更诚恳和谦卑，行动上更勤恳，情感上更慷慨，把心灵敞开，让孩子及所有的家人都进来。

第一篇

父母育儿新概念





一次只玩一个玩具

壮壮的玩具有好几大整理箱，书柜里也有各种幼儿图书，还有那些体积太大放不到箱子和柜子里的电瓶车、小摇椅、羊角球等玩具，加在一起占了他自己房间的一半。壮壮每天都与他心爱的玩具在一起，时而翻箱倒柜找出一些玩具，然后拿到客厅里，把电视机打开播到动画片频道，同时左手拿着回力车，右手握着奥特曼，身边地上还堆着一大堆磁力球节或积塑块等拼接类玩具，甚至几百块多米诺牌，还有微型小桌球等，每天都玩得兴致勃勃，兴奋时自己还大声喊叫，到处奔跑甚至到厨房卫生间故意搞破坏。妈妈经常因为收拾玩具和壮壮发生冲突，原因是壮壮只负责摆摊不负责收，妈妈认为从小培养孩子的自理能力很重要。

壮壮妈只关注到了房间整洁和壮壮自理能力培养的问题，事实上，幼儿同时玩多个玩具的弊端很多。首先是不利于专注力的培养，宝宝身边很多玩具，可以随手拿过来玩，注意力不停转换，很少能

稳定并集中起来，由此也不利于幼儿思维深刻性的发展；再有，幼儿注意力不断摇晃，情绪总是起伏不定，情绪管理能力很弱，情绪过于放纵，自我约束力薄弱，在家里容易言行过度，出门在外遇到不如意又容易感到压抑或手足无措；再有，孩子身边玩具过多不利培养孩子的责任心，不珍惜物品，不珍惜父母的劳动。

为此，父母要尽量把幼儿玩具收到父母的房间或储藏间，或即使在儿童房间里，也提前跟宝宝约定好，一次只玩一个玩具，如果想要玩下一个玩具可以用上一个玩具来换，除非孩子想要用更多的玩具来做一个完整的游戏活动。

帮助孩子交些大朋友

杉杉妈觉得自己的女儿似乎总是比同龄的小朋友显得更稚嫩，只喜欢跟比自己小一些的小朋友一起玩，玩的游戏也是小小孩子们喜欢的活动，跟同龄小朋友在一起，杉杉就明显地表现出无所适从，总是跟在别人后面。妈妈说，同龄的小朋友从来不会谦让她，总是忽略她的感受。杉杉在家里脾气却有些大，杉杉从一出生就被姥姥、姥爷捧着抱着惯着，稍不如意就会生气。妈妈担心长期这样下去，杉杉与周围的孩子心理年龄差距会不会越来越大，这样会不会影响女儿的心理发育？

现在的独生子女在人际交往能力上普遍都会或多或少地表现出先天欠缺，从宝宝一出生一直到成人，身边始终没有朝夕相处的同伴去与他一同分享、谦让、互助，同时也没有人与他在产生分歧冲





突甚至争吵时去感受懊恼、去反思和受教育。很多孩子都像杉杉一样心理一直稚嫩，个性既强同时社会化却很弱，在家里像小老虎，出门像个小老鼠，心理始终难以成熟。而同龄的小伙伴往往是游戏的伙伴，很难做到行为规范、个性品质、智力发育、道德约束等方面的导引，因此，帮助孩子交一些大朋友能有利地弥补与同龄小朋友交往方面的不足。

父母可以留心同事、同学、朋友及小区邻居家稍大两三岁乃至四五岁的孩子，带着孩子去对方家做客，或两三家人一起带孩子们外出做游戏活动。大朋友较为成熟的气息，比如说话更流畅，思维更清晰，行为上更有约束力，都会给小朋友留下深刻的好印象，让他们产生对成长的向往；而大朋友对幼小朋友也较为谦让，让小朋友感到平和友好，很少产生与同龄孩子交往的竞争心态，让小朋友能模仿同时在日后的交往中去尝试更包容更有风度地与人相处。

让小“蘑菇”更有效率

龙龙在三四岁的时候，有一段时间最让妈妈头疼的事就是磨蹭。他脾气本身就温和，说话做事都慢吞吞的，经常晚上不睡，早上不起，关电视慢，收拾玩具慢，穿衣吃饭、刷牙都特别慢，有时他爸爸照顾时被他弄烦了，就大声严厉训斥他几句，他才咧着嘴行动一点，出了门才哭出来，连表达委屈都比别人慢几拍。

仔细分析，除了龙龙本身就有的慢性子外，他在幼儿园已经一整天了，一定是感到身心特别受拘束，因此，回到家之后特别需要

放松一下，特别想在爸爸妈妈跟前耍耍赖，好让紧张的神经得到缓解；而反观自身，妈妈发现自己是自由与爱的教育过多，过于平和，甚至有些慈祥到老年化，使得孩子心理缺少活性，自我约束不强。

当妈妈意识到主要的原因在自身时，就更同情龙龙的“磨蹭”，感觉主要原因不是在于他先天的粘液质气质和故意耍赖，而是妈妈没有特别尽职尽责地培养好他的行为习惯。

此后，妈妈每次对他提出收拾玩具、关电视、刷牙、睡觉等要求时，都尽量把语气放得活跃一些，让他跟妈妈比赛，或全家三个人一起比赛，妈妈发现他越来越兴致盎然，做事的速度快了许多。如果实在不适合比赛，妈妈都会在此之前看着他的眼睛亲切而坚定地跟他约定好，然后再提前半小时温和有力地提醒孩子三到五次，如果到了说好的最后一次他再磨蹭或找借口，妈妈的态度就变得平静而略微严肃，将他手里玩的东西取走，或亲自关掉电视。最初一两次他也很委屈，嘴瘪着要哭，可妈妈很平静地走开，忍着自己对他的泛起的过度同情，他也忍受着改变习惯的不适。时间不长，磨蹭的毛病就得到了很大改善。

早期过度干预不是早期教育

当代父母格外重视孩子的早期教育，这是一个十分可喜的现象。在早期为孩子提供丰富的环境刺激，目的是为促进大脑神经系统的正常发育、培养优良的行为习惯、拥有健康的身体、形成良好个性与社会性。因此，父母越早注重早期教育就越有益于孩子的身心健





康发展。

意识到当代广大父母的需求，很多人感到其中商机无限，于是，数不清的儿童早期潜能开发的教育机构也应运而生。据国外一项调查发现，没有一种投资比投资儿童大脑开发更有社会效益和经济效益。而每一个教育机构提供的产品、课程活动及服务，都会尽力先树立一套与产品及服务密切相关的理论做基础，并以讲座、宣传单、文章及书籍包括广告的方式向父母们进行宣讲，更使得儿童早期教育概念受到了人们极大的关注。

早期教育机构通用的理念为：21世纪将是人才竞争的社会，社会的发展要求下一代不仅要有健康的体魄，更要有聪明的大脑和卓越的社会适应能力；儿童时期，青少年早期，是孩子行为习惯、个性、智力发展极为迅速又极其重要的关键时期，这个时期发展的好坏，对于儿童的一生具有决定性的作用，因此，父母们一定要密切关注孩子的早期教育和课外教育，要让孩子在人生的早期就起步快跑，赢在起跑线上。

受到这些理论宣传的影响，同时看到身边越来越多的父母及孩子先后开始报各种早教班、补习班，父母们既困惑又无奈，无论怎样坚持，到最后都会对孩子开始进行早期干预，即让孩子多学东西。幼儿是学画画、围棋、弹琴、舞蹈、体育、武术、英语，甚至提前学习拼音、生字、数学，而中小学生的父母则为孩子请家教、报补习班，并选择让孩子学一些特长，日常在家催促孩子写作业。孩子则表现为抵触情绪日渐严重，意志消沉，对学习懈怠，对游戏酷爱着迷；父母则长期焦虑，在长达十多年的时间里，无数父母与孩子都感到无论是做为教育者还是学习者都很疲惫不堪甚至亲子间冲突