

优教系
书系
六

破解孩子的

心理密码

「奥地利」阿尔弗雷德·阿德勒
Alfred Adler 著

金玉 编译



Crack Child's
Psychological Password

世界知名心理学大师阿德勒，带您读懂孩子的心；

帮助孩子走出自卑、孤僻、害羞、敏感、暴躁、自怨自艾、依赖性强的阴影。

黑龙江出版集团
黑龙江教育出版社





破解孩子的 心理密码

Crack Child's Psychological Password

[奥地利] 阿尔弗雷德·阿德勒 著

Alfred Adler

金玉 编译

 黑龙江出版集团
 黑龙江教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

破解孩子的心理密码 / (奥) 阿德勒著 ; 金玉编译 .

-- 哈尔滨 : 黑龙江教育出版社 , 2015. 9

ISBN 978-7-5316-8461-9

I. ①破… II. ①阿… ②金… III. ①儿童心理学—人格心理学—研究

IV. ①B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 225576 号

破解孩子的心理密码

POJIE HAIZI DE XINLI MIMA

作 者 [奥] 阿尔弗雷德·阿德勒

译 者 金 玉 编译

责任编辑 宋舒白 吴 迪

装帧设计 Amber Design 琥珀视觉

责任校对 徐秀梅

出版发行 黑龙江教育出版社 (哈尔滨市南岗区花园街 158 号)

印 刷 北京鹏润伟业印刷有限公司

新浪微博 <http://weibo.com/longjiaoshe>

公众微信 heilongjiangjiaoyu

E - m a i l heilongjiangjiaoyu@126.com

电 话 010-64187564

开 本 700 × 1000 1/16

印 张 13.75

字 数 160 千

版 次 2015 年 11 月第 1 版 2015 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5316-8461-9

定 价 28.00 元

前言

一段神奇的旅程——破解孩子的心理密码

我们经常会看到孩子会在生活中做出这样的事情：当你不让他出去玩，以外面下雨或者太冷的理由拒绝他的时候，他时不时表现出生气或沮丧的样子，尖叫或两脚乱踢；有的孩子更让家长头疼，他们经常在半夜12点或者早上6点突然醒来对你说：“我要吃冰淇淋。”而当你用会吃坏肚子为由不让他吃时，他就以苦恼对抗你的反对。

家长经常会觉得，现在的孩子实在太难讨好了。你尽量满足他，给他他所想要的，他不但不领情，还常常无缘无故地大哭；刚刚还赖在地上打滚的孩子，不到一刻钟，又跑过来向你撒娇；正在你的怀里撒泼打滚，一会儿又抓你的头发挠你的脸，让你既无奈又无语。

尽管我们不太明白孩子的许多动作和行为，但是一定要记得，孩子在儿童和幼年时期，除了探索自己的身体，并找出自己能做的事之外，他还发现了他身体内潜伏的一种奇怪的因子——家长所谓的“情绪”，而心理的因素诱发他做出各种各样的行为。



三四岁、五六岁的孩子其实是不能很好地表述自己的具体感知的，他只是靠感觉行事，只有经过多次的经验和教训，他才会慢慢地体会到自己不同的情绪及接下来不同的行为表现。当他开始有了这种领悟，你就可以开始教他掌握、控制自己的情绪了。

家长通常不理解孩子的情绪，孩子更不知道家长也是有情绪的。对于孩子而言，自己的家长是很伟大的，他们需要什么，就从家长那里索取。快乐了，就跟家长在一起亲热；难过了，从家长那里寻求安慰。事实上，孩子害怕你在他们面前显露脆弱的一面，他想像不到你需要什么，但他会尝试一种别的方式，使你恢复原来坚强的样子。

情绪的转变突如其来、难以掌握，但任何人都可以掌握自己的表达方式，你的孩子也不例外。其实孩子的情绪控制是由家长调教的，教孩子控制情绪的首要条件是父母也要有平稳的情绪。当你发觉自己的压力过大，经常发脾气时，就放自己几天假，或即使只是一两个小时的休息，都会让你轻松不少。

《破解孩子的心理密码》相对于一般的育儿教子书而言，即使它不能成为你教育孩子成绩上进以及弥补孩子性格缺陷的蓝本，但是它却可以帮你分析孩子情绪和性格的方方面面，从各个方面指引你发掘孩子的情绪和性格。本书不仅汲取了奥地利著名心理学家阿德勒在人格心理方面的精华思想，还采纳了贴合时代的教育孩子情绪的核心观点。根据阿德勒的观点，孩子身上发生的各种心理问题，都有着复杂而深刻的家庭原因、社会原因。而按照心理治疗的程序和步骤，让孩子看到自己的努力方向，强化他们的社会情感，重建他们的社会目标，鼓励他们的斗志，努力改变自己，并一步一步将孩子的生活引向正轨。

本书将为众多因孩子的负面心理、叛逆行为而烦恼的父母、教师提供

良好的指导，并通过各种真实的案例提供解答办法，让你更加了解孩子不同时期的心理，引领你走进孩子的心理世界，破解孩子的心理、情绪密码。让你从此在教育孩子上不再感到无所适从，进而培养出快乐、自信、独立、勇敢的孩子。

译者

2015年10月



1 / 第一章 孩子的自我认知和自我指导

我们的孩子并非很无知	3
别忽略了孩子的人格	5
别总是让生活考验孩子	7
什么样的孩子需要特别呵护	10
要当好父母，先学好“个体心理学”	13
怎样帮孩子打开“陌生社会”的门	15

19 / 第二章 孩子人格的统一

想了解孩子，先看看他的“后背”	21
惩罚错误，但不要“挖地三尺”	24
从“夜尿”看出了嫉妒	26
草率地避开困难，不可取	30
别用孩子的错误惩罚他	32

目标下得越早，优秀来得越快	35
每个孩子都是有待雕琢的璞玉	38

41 / 第三章 超越自卑 接近优秀

自卑情结显而易见	43
不要给孩子自欺欺人的机会	45
自卑也会带来优越感	47
越渴望优秀，越能超常发挥	49
接受孩子“贴合实际的雄心”	51
不要让孩子失去平衡感	53
勇敢是超越自卑的第一行动	56
“坏孩子”也是宝	58
自卑和优越的源头在哪里	63

67 / 第四章 引导孩子走向优秀

让孩子和社会建立友谊	69
培养孩子的社会情感	71
处境不同的孩子会有不同的情感表现	74
懒惰的孩子怎么教	76
善待有“小毛病”的孩子	78
孩子的毛病大多是家长制造的	81

85 / 第五章 自卑了，哪里说理

完美家长易教出自卑儿童	87
目标过于高远会引起自卑	90
冷漠容易让孩子产生自卑	94
孩子怯懦了，我们来帮	97
让孩子勇于“照镜子”	99
爱他，就给他归属感	102
荒谬的“自卑与生俱来”	105
告诉孩子，“你很棒”	107

111 / 第六章 孩子在家庭中的地位

没有孩子的家庭是不完善的	113
给予孩子情感依赖	115
孩子的地位能超过伴侣吗	117
教育孩子要有“性别对待”	120

125 / 第七章 孩子的心理处境

同一环境下的孩子也要因材施教	127
处在新情境里的孩子的心理	129

提高孩子的“心理弹性”	132
变故更容易看清孩子的性格	134
家长可以适当“视而不见”	136
无奈的新情境——离异家庭的孩子	138
孩子对新环境能否适应的测试	142

145 / 第八章 在学校里的孩子

入学前的心理准备	147
跳级、留级、更换老师和男女同校	149
教师的犀利	152
培养孩子的入学兴趣	155
智力不是学习好的首要因素	157
不进步，是孩子心理停滞了	159
学习能力也能遗传	161

165 / 第九章 在外面的孩子

孩子成长的“危险暗礁”	167
“不知情表扬”下的自负孩子	169
让孩子和陌生人说话	171
大起大落的环境会影响孩子性格	173
隔辈人的“最爱”会危及孩子	176

孩子的阅读领域 178

181 / 第十章 青春期的孩子

过于苛刻对孩子没什么好处 183

青春期了，就想脱离家庭了 185

假勇敢，真怯懦 187

把更多的关心留给“胆小鬼”女孩 189

别避讳跟孩子谈性 191

辨别性早熟的真假 194

197 / 第十一章 父母和教师的失误和责任

大男孩和小男孩的不同教育 199

家长和教师的宽容 201

自信易垮不易建 203

第一章
孩子的自我认知
和自我指导

*Crack
Child's
psychological
password*



破解孩子的心理密码

孩子的无意识习惯是在孩子的儿童时期，在他们不知不觉的过程中形成的。但不管孩子的习惯是好是坏，都不能怪孩子，家长应该思考自己对孩子的教育和培养。孩子从小形成的一些不良习惯，到了七八岁已经基本上定型了，家长要尊重这个事实。而有些家长对于孩子的一些坏习惯，不从自己身上找原因，而是把所有的责任都推到孩子身上；不是引导孩子通过努力去改正和克服，而是动辄打骂。这样做不仅是对孩子坏习惯的不负责，也是对自己缺点的纵容。

我们的孩子并非很无知

“现在的孩子啊，怎么能那么无知？”

“像我们那个年代，孩子多好管，现在的孩子怎么变成了这个样子。”

这是很多家长在教育孩子的问题上常常发的牢骚。教育是什么？如果简单归结的话，教育就是一种自我认知和自我引导的过程。对孩子是这样，对家长也同样适用。不过具体说来，教育对于大人和孩子之间存在具体的差异。教育在成年人身上具体表现为自我引导，而对于孩子们来说，教育是家长如何引导孩子，让孩子体会到这个引导的过程。当然了，如果我们愿意，完全可以放任孩子按照他们的意愿成长。而且，如果他们的一生足够长的话，一百年、二百年，他们当然也能成长为可以适应现在文明社会的人。显然，我们的一生没有那么多的时间可以用在自我无限制地成长上，所以孩子的成长需要家长的引导和教导。

现今的许多家长总是在责怪自己的孩子，说他们淘气、不听话、学习不好……甚至说孩子无知。但是，孩子为什么无知呢？对于这一点，许多家长始终没有弄明白，因为他们根本就没有意识到一个人的才能、智力、品质不是与生俱来的，而是来自于后天的教育。不要说孩子，就是成年人也要认识自己及情感和爱憎的原因。认识自己，本身就已相当困难，对于知识面和 life 经验都非常欠缺的孩子来说，更是加倍的难事了。

许多家长都喜欢这样的孩子：服从、礼貌、俯首帖耳，觉得这样的孩子好管教。但是家长们却没有考虑到，如果每个家庭都是这样的孩子，那么孩子自由的天性就遭到了扼杀。他们变得毫无生气，终日生活在不要吵闹、不要顽皮、不要说谎、要守规矩等的环境中。对他们而言，生命成为一个漫长的否定过程。在很多专业人士看来，这种教育是低俗教育，它只能培养出人的低俗品质，即很听话、唯命是从、害怕批评、举动不违礼俗、不犯过错、从不怀疑别人教给的东西等。塞德尔兹博士认为：循规蹈矩的儿童，长大成人以后必然会成为俗物。

小哈恩是个活泼好动的孩子，经常和同龄的小朋友在外面玩耍嬉戏，为此他的父亲哈赛多次训斥他：“孩子，你要老实待在家里！不要总在



外面风风火火地瞎闹。到了考试的时候，如果你的成绩不好，看我怎么收拾你！”哈恩虽然嘴上答应着，可是背后照样我行我素。每当小哈恩犯错误时，哈赛总是一顿训斥，邻居们都说就是因为哈赛太严厉了，哈恩才会比较叛逆。如果哈赛能好好和孩子讲道理，哈恩就不是现在这样不听话了。

孩子无知，是因为

缺乏教育或者家长的教育不合理。虽然家长都一直在说素质教育尤为重要，但是他们自己却不知道素质是什么，只是一味地按自己的心愿，培养听话懂礼貌的孩子，并且一再要求学习成绩。这种单方面的教育，只能造成孩子知识的匮乏，由此被人们认为无知。

别忽略了孩子的人格

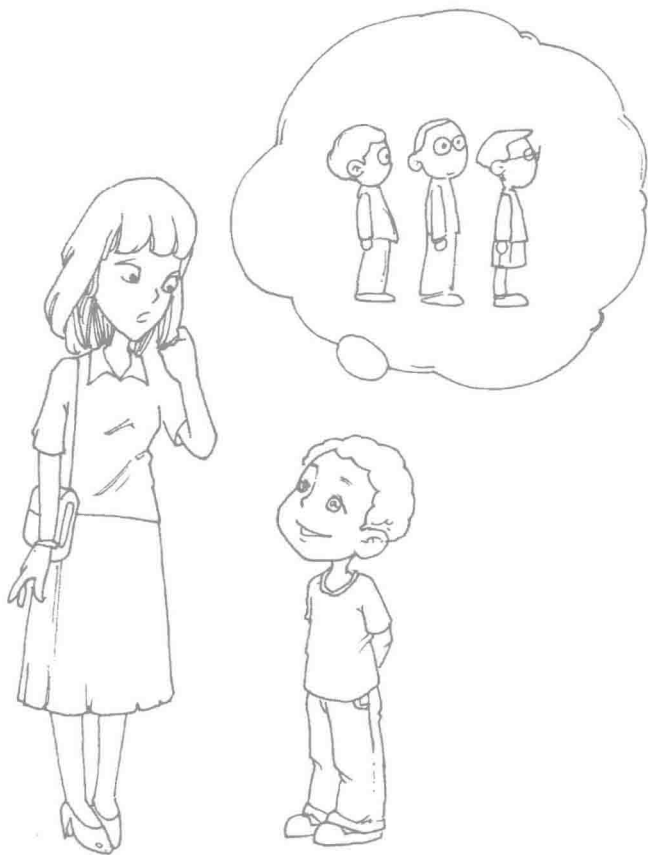
说到孩子的人格问题，估计好多人都会露出惊异的眼神。连家长都没有弄清楚人格的教育呢，更何况孩子？人格的概念千般万种，也千奇百怪，每个人的理解都有不同。不过即使再不同，我们也要培养孩子人格的形成。因为人格的形成，是孩子心理发展趋向成熟的一个标志。

记得有个这样的故事：有位幼儿园教师带着班上的小朋友去纪念场所参观。进大门之前，教师让小朋友排成一排，并规定后面一个人要看着前面一个的后脑勺。小朋友参观完毕回到家里，家长问他们在纪念馆都看到了什么，他们回答说：“前面小朋友的后脑勺。”

多少年来，人们对这种模式化、简单化的东西习以为常、见怪不怪，不觉其危害，从而不知扼杀了多少孩子的想象力和创造力。这些年大家接受了一些国外的教育思想和模式，就会发现，与外国的学生比较，中国的孩子往往考试成绩不错，但在活力和动手能力方面不如外国的孩子。这种情况跟中国家长轻视个性、创造性的培养方式不无关系。人格教育的缺失、薄弱会造成一些孩子独立意识、主体意识的缺乏。

在日常生活中，我们往往会用宠、惯、溺爱的方法来“疼爱”孩子，然后在他们犯错误的时候就用粗暴的方式对待他们，伤害他们的自尊。家长、教师总是数落孩子的缺点，让他觉得自己毫无优点，家长把孩子当作

完全隶属于自己的私有财产，教师把学生当作必须绝对服从自己的绵羊，这必然使他们从小丧失独立人格和自尊。



在孩子的人格形成中，有两方面可以重点塑造：开发智力和塑造行为。只不过我们在教育孩子的过程中只是开发了智力，而没有很好地塑造行为；或是只是塑造了行为，而没有很好地开发智力。孩子人格的形成，表现为孩子在无意识的情况下形成的各种习惯已经趋于稳定，孩子的意识已经在心理活动中占据主导地位，并有了独立的思想，也就有了做人的尊严，也就有了独立的人格。在培养孩子独立人格的方面，家长有很多方面