

刘臻◆编著

你 其实不懂 儿童心理学

DON'T TELL ME YOU
KNOW CHILD PSYCHOLOGY

南方出版社

来了”是因为爱撒谎吗？

真的只是因为喜欢？捣蛋虫，真的只是因为好动？

其实你不懂儿童心理学！现在让我告诉你什么是儿童心理学！



DON'T TELL ME YOU
KNOW CHILD PSYCHOLOGY

你其实不懂 儿童心理学

刘臻◆编著

图书在版编目(CIP)数据

你其实不懂儿童心理学 / 刘璩编著. —海口: 南方出版社, 2012.3

ISBN 978-7-5501-0644-4

I. ①你… II. ①刘… III. ①儿童教育: 家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第036206号

书 名: 你其实不懂儿童心理学
编 者: 刘璩

出 版 人: 赵云鹤

出版发行: 南方出版社

地 址: 海南省海口市和平大道70号

邮 编: 570208

电 话: (0898) 66160822

传 真: (0898) 66160830

经 销: 新华书店

印 刷: 北京佳顺印务有限公司

开 本: 690×960 1/16

印 张: 13.5

字 数: 100千字

版 次: 2012年4月第1版 2012年4月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5501-0644-4

定 价: 28.00元

该书如出现印装质量问题, 请与本社北京图书中心联系调换
电话: (010) 65068303-622

序言

父母是孩子最好的心理医生

心理学家皮亚杰毕生致力于儿童心理的研究，为 20 世纪亲子教育的发展提供了大量的实验资料和理论指导。他创立了认知结构主义儿童心理学理论，强调要根据儿童的自身情况，结合儿童的心理特征，对儿童进行卓有成效的亲子教育。这个理论为亲子教育打开了全新的视野。如果父母不了解自己孩子的心理，那么在孩子的智商、情商教育上，就会出现很多问题，轻者事倍功半，重者甚至出现反面效果。因此，有专家呼吁，父母必须要懂一点儿童心理学，做自己孩子的心理医生。

随着电视、网络的普及，孩子越来越成人化。这种心理变化让很多父母措手不及，孩子们不再是他们眼中的“小小人”，孩子们的童年经历跟他们自己的童年经历完全不一样了。很多父母因为准备不足，心有余悸：现在的孩子提问题有时很直接，让他们都不知道怎么回答。很多父母因为亲子关系处理得不好而焦头烂额。

当下的家庭教育有一种普遍的现象，父母本着父爱和母爱，希望孩子

全盘接受自己为孩子作出的安排，却忽视甚至全然不顾孩子自身的感受。

父母的动机当然是为孩子好，但是父母的行为未必是对的。当孩子的认知水平远超过父母当年，甚至对父母当下的认知水平也产生了巨大挑战的时候，在父母眼里孩子就成了“不懂事”“不能体察父母良苦用心”的人。父母的用心良苦和孩子的不领情相碰撞导致亲子关系出现裂痕。父母应该意识到，仅仅以自己的主观意愿来对孩子好，是不行的。其实，孩子拥有自己的判断力和诉求，这对孩子和父母来说都是好事，但很多父母却感觉备受打击。这种情况的出现，是因为很多父母觉得：孩子不好管，胆大妄为、目无尊长；过于自我，不会体谅人；不求上进，不能理解父母的苦心等等。父母为此苦恼不已，却找不到行之有效的解决方法。

事实上，父母纠结于这些表面问题，而忘了去寻找最根本的解决方法。父母对孩子的爱没有改变，孩子对父母的依赖也没有改变。父母是孩子的第一位老师，家庭是孩子的第一所学校。从古至今，这些都是言之凿凿的。不过由于社会环境的变化，情况发生了改变，或者说是，亲子关系中一直存在的问题，也产生了相应的变化。在亲子教育中，孩子的心理健康问题越来越受到重视。心理学家指出，孩子的心理健康会影响孩子的一生，关乎孩子的幸福指数，因而也是父母避不开的话题。

父母应该知晓常见的一些儿童心理疾病的起因、伤害程度等。例如，孩子在一种不健康的环境下会形成心理扭曲，导致可怕的心理疾病。这种疾病会让孩子做出过激的举动，伤害自己和他人。即使一般的心理疾病，对个体的伤害也远远超过我们的预判。例如自闭症、极度缺失安全感以及恋物癖等。至于其他一些更常见的心理问题，诸如过分的自负、依赖、自私等，也会破坏孩子的人际关系，妨碍他以后的成就。

童年的经历对人的一生具有蝴蝶效应。孩子的优秀品质可能因为父母的某些行为得到了确立和强化，孩子的劣势心理和负面情绪也可能因为父母的视而不见而根深蒂固。就此而言，在某种程度上，是父母造成了孩子的心理问题。做父母的一定要意识到，对于孩子来说，只有心理健康，才有美好的未来，心理不健康的人要么生活得很压抑、苦闷，要么会做出疯狂之举对社会和他人造成伤害。因而，对于父母来说，亲子教育应该侧重于心理教育，每一对父母都应该懂得生活中常见的儿童心理学法则，做好孩子的心理医生。孩子的言行举止，都可以在儿童心理学中找到对应的揭秘法则。父母熟悉并掌握了心理学，就好像有了“火眼金睛”，孩子的负面情绪和不健康心理都将清清楚楚地展现在面前，然后再结合对应的方法，成功的亲子教育将不再是难事。

本书通过对孩子常见言行的深入剖析，找出其背后隐藏的心理问题，总结出父母需要掌握的心理学法则。

如果父母会解读孩子的行为和情绪，就能因势利导，帮助孩子建立起一生受益的习惯和技能。即使孩子出现了心理异常，父母也不再一筹莫展、束手无策，而是有了明确的诊断和有效的治疗方法，迅速地将问题消灭。比如，通过孩子说什么和做什么的外在行为表现，我们就能知道孩子内在的真实目的。如此，父母既不会再因为不懂心理学，而误将孩子正常的举动视为乖张的行为，也不会对孩子因为一些心理疾病而流露出来的古怪举动熟视无睹。

同时，对孩子心理的了解和把握，反过来对父母也提出了较高的要求，让父母对自己行为背后的心理学密码有所了解。教学相长，孩子和父母的心理都得到了有效的清理和健全，这是学习儿童心理学最大的收获。

希望所有的父母都不再为不了解孩子的心理而烦恼，也不再为自己

的教育无效而忧愁，更不再因为某些显而易见的教育误区，给孩子的心理带来不好的影响。当父母成为孩子的心理医生，父母对孩子的教育就会事半功倍。

目录

Contents

第一章 做最称职的父母——儿童心理学入门

确定你孩子的性格类型:因材施教 / 3

熟悉孩子的常见心理:有的放矢 / 12

尊重孩子的安全边际:平等原则 / 22

给孩子更好的成长空间:适度关注 / 26

爱孩子,更要会爱孩子:细心原则 / 29

第二章 从哀叹为什么到知道怎么办——父母的苦恼一扫光

孩子为什么不听话:禁果效应 / 35

孩子为什么撒娇:安全效应 / 39

孩子为什么怕黑:睡眠障碍 / 43

孩子为什么不耐烦:超限效应 / 47

孩子为什么忘性大:遗忘曲线规律 / 50

孩子为什么人来疯:选择性缄默 / 53

孩子为什么爱说谎:心理畸变 / 57

孩子为什么坐不住:多动障碍 / 61

第三章 言为心声——孩子这么说，父母这么听

- “我要！我就要！我还要！”：提防孩子的占有欲 / 67
- “不要你们帮，让我自己来！”：培养孩子的自信 / 70
- “好爸爸，快亲我一下啊！”：拒绝孩子的依赖性 / 74
- “妈妈，我做了个奇怪的梦！”：引导孩子的沟通欲 / 77
- “那个是我的！不给他玩！”：建立孩子的自我意识 / 81
- “你再这样，我真的生气了！”：彰显孩子的独立意识 / 84
- “我就不听！我就不听！”：拓展孩子的情商 / 88
- “看看那个老奶奶，她真可怜！”：激发孩子的同理心 / 92

第四章 正确解读信号——孩子异常行为背后的心理密码

- 撕书扔东西：孩子的攻击欲望强 / 97
- 吮吸大拇指：孩子有另类饥渴 / 101
- 怕生不敢说话：孩子患有社交恐惧 / 104
- 奇怪的恋物癖：孩子找不到情感寄托 / 107
- 不敢尝试第一次：孩子极度缺乏自信 / 110
- 大声尖叫情绪失控：孩子渴望被关注 / 113
- 可笑的异食癖：孩子不安全感在增强 / 116
- 孩子躲避检查：不可忽视的阉割忧虑 / 119

第五章 孩子不爱学习怎么办——心理学教父母因势利导

- 椰壳效应：帮孩子克服厌学心理 / 125

- 兴趣心理:让孩子喜欢上学习 / 128
- 成就动机:让孩子主动去学习 / 131
- 感官协同效应:提高孩子的学习效率 / 134
- 7±2 法则:给孩子的学习任务要适量 / 138
- 高原现象:有效应对孩子学习成绩止步不前 / 141
- 倒 U 形假说:给孩子适当的压力 / 144
- 马太效应:自信带来成功,成功增强自信 / 147

第六章 让孩子与众不同——利用心理学法则培养孩子

- 避雷针效应:及时疏导孩子的坏情绪 / 153
- 凯迪拉克效应:让孩子发挥自己的特色 / 156
- 洛克定律:有专一目标,才有专注行动 / 159
- 甘地夫人法则:让孩子从容面对挫折 / 162
- 南风效应:宽容比惩罚更有效 / 166
- 罗森塔尔效应:有一种期望可以激励孩子 / 170
- 狐狸法则:培养孩子的独立性 / 173
- 亲和效应:让孩子拥有好人缘 / 176

第七章 “坏孩子”父母造——父母不可不知的心理教育误区

- 父母行使否决权,破坏了首因效应 / 183
- 父母爱唠叨,孩子容易患上心理疾病 / 186
- 父母一味溺爱,导致孩子的任性 / 189
- 父母的占有欲,刺激孩子的自私 / 192

父母开空头支票，让孩子习惯撒谎 / 195

父母使用冷暴力，给孩子带来一生的阴影 / 198

父母互相拆台，导致孩子的自闭心理 / 201

第一章 做最称职的父母 ——儿童心理学入门

孩子不听话，不让自己满意，甚至和自己对着干；自己不能理解孩子在想什么，需要什么，亲子教育遇到了大麻烦。碰上这些情况，很多人喜欢一言以蔽之：代沟。但是代沟只是对现象的描述，而不能成为解决问题的良方。哀叹“我和孩子之间有代沟”是很不负责任的说法。事实上，代沟完全是父母的“无知”造成的，因为他们对孩子真的一无所知。如果父母能了解一点儿童心理学，很多问题都将迎刃而解。所以，想要成为称职的不烦恼的父母，就要学习儿童心理学。



确定你孩子的性格类型：因材施教

王女士的孩子2岁时，脾气就特别执拗，要小心哄着才听大人的话。但是，随着年龄的增长，孩子的脾气越来越大，什么事情都很顶真，不依不饶。王女士的脾气也很大，有的时候气急了还会关孩子禁闭，不让吃饭甚至是打孩子屁股。不过让她失望的是，这些方法都收效甚微，孩子还是我行我素，经常和父母顶嘴。

王女士不知道她的孩子是典型的胆汁质。这种类型的孩子随着年龄的增长，自我意识会迅速觉醒，这个时候父母对他们的要求如果违背他们的“天性”，轻则他们对父母的安排失去兴趣，重则产生抵触和反抗心理。而当父母比较强势时，在亲子关系中，就会出现对峙。

其实，这种状况很多时候父母要担负主要责任。孩子的性格类型是什么？兴趣是什么？孩子为什么会产生这样的兴趣？父母知之甚少。所以，父母只有解决了这点，然后顺藤摸瓜，才能懂得孩子，才能知道如何与孩子相处，以及如何教育和引导孩子。

古希腊名医希波克拉特认为，人体内含血液、黏液、黄胆汁、黑

胆汁四种体液，人的外在表现视这四种体液的多寡搭配而定。俄国生理学家巴甫洛夫通过实验研究发现，神经系统的兴奋和抑制过程具有强度、平衡性、灵活性三种基本特性。根据这三种特性的差异组合，人的高级神经活动可以分为四种类型，与希波克拉特的分类恰好可以一一对应，即可划分为四种性格类型：多血质、黏液质、胆汁质和抑郁质。

从儿童心理学角度入手，根据儿童的性格类型因材施教很有必要。性格是先天的，无好坏之分。父母需要明确的是，性格类型不能决定一个孩子将来成就的高低。许多父母总以为多血质、胆汁质的孩子将来成就大，而抑郁质、黏液质的孩子日后成就有限。这种看法是片面的。更值得警惕的是，当父母存有这种先入为主的观念时，对孩子的发展是极为不利的。因为性格类型只能在孩子的先天特质上修补，而不能完全推翻。如果父母强行要求自己的孩子从抑郁质变为多血质，只会给孩子带来可怕的结果。

每一个性格类型既有积极方面，也有消极方面。胆汁质的孩子热情好动，但显得冲动缺少耐心；多血质的孩子活泼亲切，但可能轻率肤浅；黏液质的孩子恬静稳重，但可能略显迟钝；抑郁质的孩子感情深刻，但可能内向孤僻。因此，每一种性格类型都有不稳定性，最终会向积极的还是消极的方面发展，这取决于父母在日常生活中是否施加正确的影响。

父母可以采用具体的方法，强化各种性格类型中好的一面，压制甚至消除不好的一面。为了达到这一目的，父母首先应了解孩子的性格类型，教育孩子正确地对待自己的气质类型，改造自身的消极方面，使个性更为完美。孩子出生后，虽然性格类型已经确立，但典型性格特征还需要后天来完善。大多数孩子是以某种性格特征为主，而同时又兼具其他性格特征的某些特点。在社会生活和成长过程中，在父母的教育影响



下，兼具的这些特点是可以进行微调的。根据孩子所属的性格类型，父母可以有针对性地进行教育引导，以更好地塑造孩子。

下面我们具体来分析一下孩子的不同性格类型和父母应该采取的相应方法。

胆汁质的孩子

从胆汁质的气质特征来看，胆汁质的孩子一般目标很明确，做什么事都以目标导向为基础，他们独立性很强，不太希望别人援手。他们需要的是自由的成长空间，如果父母总是习惯性地对他们加以限制，打击他们原始、向上的精神，显然会让他们积极主动的天性受到伤害。

有一个著名的实验，说是科学家将跳蚤放在一个封闭的环境里，然后不断降低这个空间的高度，到最后，由于长期的高度限制跳蚤都不会跳了。胆汁质性格有很多优点，一旦父母利用强制手段限制他们，这些优点可能就会消失。孩子由“跳蚤”变成“爬蚤”，估计是所有父母都不愿意看到的情景。

胆汁质的孩子比较有主见，爽快率直，不拘小节，自我约束能力不强，并且有很强的支配力，不希望其他人总是支配和压制自己。胆汁质孩子的最大特点就是性子急，遇事容易仓促作决定。他们总是安静不下来，不是坐在椅子上乱动，就是到处走来走去，还会常常发出奇怪的叫声，显得很好动，像患了多动症。

在胆汁质的孩子身上，短板效应尤其明显。短板效应说的是，能够决定一只木桶蓄水量的最短的那块木板。胆汁质的孩子优点明显，但缺点也很明显。他们比一般孩子更勇敢，更容易对外界的刺激作出反应，所以在幼儿园里，他们的表现往往更突出一些。不过他们也容易形

成“骄娇”二气，没有耐心，做事容易失败。这是他们性格中最明显的短板。因而胆汁质的孩子总是被他们的缺点扯了后腿，制约了发展。

胆汁质的孩子比较自信，独立性和自主性都很强，往往会忽视他人的善意忠告，一意孤行，酿成苦果。所以对于父母来说，让胆汁质的孩子学会接受他人意见，显得尤其重要。只有学会接受意见，他们才能更好地适应环境，更顺畅地与他人合作，获得成功的可能性也会大大增加。要让胆汁质的孩子接受别人，首先要让他们学会认识自己。然而胆汁质的孩子恰恰是最难认清自己的，他们常夸大自己的优势面，对自己的缺点往往视而不见。通过性格气质的分析，父母就能够让孩子对自己有所了解，否则的话，即使父母给他充足的空间，他也会受制于自己的短板，难于展翅飞翔。

在日常生活中，常常看见胆汁质类型的孩子在行为表现各方面都很优秀，但自控能力很差，所以父母应该注重培养他们的自控能力。对于这种孩子来说，一般的约束可能不仅起不到相应的作用，反而会引起他们的抵触心理，特别是父母限制太严的情况下，很容易激发他们的反叛心理。所以，对胆汁质的孩子来说，父母需要讲究一定的技巧，宜采用“指导”而不是“领导”的办法，为孩子创造一个更大的空间，这样才能使孩子比较容易接受自己的建议，从而才能够更最大限度地发展孩子的潜力。

抑郁质的孩子

抑郁质的孩子一般都比较胆小，不爱讲话，不爱与人交往。他们说话的声音很小，对出头露面的事情不太关注。他们的情感细腻，容易受到外界的影响，例如受到表扬和批评时，就会表现出情绪的高涨或低落。