

鲁杰家教



帮父母 读懂幼儿心

3~6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

3~6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 (CIP) 数据

帮父母读懂幼儿心 : 3-6 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 978-7-221-12940-6

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 005441 号

帮父母读懂幼儿心 : 3-6 岁儿童心理解读与教养行为引导

BANG FUMU DU DONG YOUER XIN : 3-6 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 102 千字 印张 10

ISBN 978-7-221-12940-6

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	呵护幼儿心理健康	
行为 1	做游戏喜欢当弱者喜欢被保护	6
行为 2	在家里保持沉默疑自闭	8
行为 3	孩子需要感统训练吗?	10
行为 4	孩子这段时间不开心	11
行为 5	忽然不明原因哭闹着不愿去幼儿园	14
行为 6	孩子遇到挑战就爱哭	16
行为 7	女儿心事太重	18
行为 8	孩子喜欢自言自语	21
行为 9	孩子动不动就爱哭	23
行为 10	孩子自尊心过强	27
行为 11	孩子胆怯敏感怕失败	32
行为 12	孩子早晚磨蹭急死人	36
行为 13	喜欢摆弄自己身体	41





第二篇 培养良好习惯与个性

行为 1	女儿乱涂乱画拆东西	46
行为 2	孩子个性不活跃	48
行为 3	儿子爱模仿小朋友	50
行为 4	孩子太逆反了	52
行为 5	孩子一到饭馆就兴奋而淘气	55
行为 6	女儿迷上电脑	57
行为 7	儿子自理能力退化	59
行为 8	女儿特别害羞	62
行为 9	孩子性子很急	65
行为 10	孩子没有耐心坐不住	68
行为 11	孩子做事慢吞吞	71
行为 12	看电视没完没了	75
行为 13	孩子表达能力很弱	80
行为 14	孩子突然结巴了	84
行为 15	孩子开始爱说瞎话	88
行为 16	孩子爱当客人面表现自己	94
行为 17	女儿特别爱使“小性子”	98
行为 18	女儿畏缩胆小	102

第三篇 父母育子养心与互动成长

行为 1	儿子淘气老爸该如何做	106
行为 2	孩子怕我，跟我不亲	108
行为 3	爱人说我太过男性化思维	111
行为 4	宝宝不听话爸爸唱黑脸	113
行为 5	女儿喜欢跟爸爸疯	116
行为 6	宝贝跟爸爸疏远	118
行为 7	孩子专门与爸爸作对	120
行为 8	孩子跟谁都只亲热一会儿	122
行为 9	孩子犯错屡教不改	124
行为 10	搞怪孩子不服从大人	127
行为 11	女儿与父亲是死对头	130
行为 12	叫孩子多少声都不理你	132
行为 13	孩子总是无理取闹	137
行为 14	女儿爱生气情感易对抗	140
行为 15	孩子总跟大人乱发脾气	143
行为 16	孩子下楼玩就不愿回家	146



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。怎样才能让孩子听话呢？”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种。

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

呵护幼儿心理健康





行为1 做游戏喜欢当弱者喜欢被保护

家长叙述：

我儿子五岁半了，个头不高，平时说话动作都是怯生生的，有什么要求也不说，就自己在心里想着，让我们猜。尤其是和小朋友做游戏时，他胆子特别小，玩那种有角色的游戏时喜欢做被警察保护的弱者，在玩动物角色的游戏时也愿意扮演小猪而不是维尼熊，他喜欢被保护被呵护的感觉，这会不会影响男孩子的心理发育和性格发展呢？

专家解读：

传统的男孩性别角色的确是有胆量、勇敢坚强、主动支配、有责任心、勇于担当、乐于保护弱者，即使幼儿期间的男孩子们还做不到这些，但已经出现了渴望做强者、做男子汉的愿望，这是幼儿渴望成长的标志，但不是所有的男孩都能在幼儿期间表现出男性特

征的萌芽,一个五岁半的男孩子没有对男性角色有强烈明显的意识,也是自然而正常的。在他心中,还认为自己是个小宝宝,即使上了小学到了五六年级之后,也经常有男孩子在父母面前耍赖、被老师训哭的情况。也有不少小的时候爱哭依赖的男孩子,长大后更独立自主,更主动更有责任心。

孩子性格的发展关键在于父母长期的引导。如果始终被呵护,被保护,剥夺孩子主动探索的机会,胆怯的孩子就会自我评价较低,形成被动依赖的个性。

专家引导:

建议父母,尤其是父亲,要多带孩子参加大运动量的游戏活动。父亲的力量很强,冲击力强,对孩子胆量与自信的影响较为明显,比如可以让父亲和孩子一起跑步、爬山、跳楼梯台阶、踢球等。孩子胆怯有其生理因素的重要影响,胆怯的孩子通常大脑不是很容易兴奋起来,气血运行的速度也不够快,身体的力量也不够强,经常参与活动能使孩子的身体更健康,对自己的活动能力更自信。

同时,建议父母锻炼孩子的自理能力,洗小袜子、叠衣服、摆碗筷,吃饭穿衣更是要自己动手,自理能力强的孩子的自主性更强一些,更喜欢尝试新的事情和活动。

再有,家里的大事小事都和孩子聊一聊,让孩子拿主意,包括上哪个学校、选哪个颜色的衣服、玩具怎么摆放,父母要细心发现孩子独到的见解并及时给予肯定鼓励。若孩子有了需求并流露出来,父母判定合理后要尽可能满足孩子,孩子才会胆子大一些,以后会逐渐表达自己的需求。





此外，孩子一旦有犯错误的情况只要孩子默不作声就等于默认了，不要一定逼着孩子说我错了。内向胆怯的孩子其实是很自责的，越自责胆子就越小，经常得到关爱和鼓励才更有动力把握自己的内心。

行为2 在家里保持沉默疑自闭

家长叙述：

我的儿子今年三岁多了，我总觉得他和同龄人相比太内向沉默了，不爱说话，也不愿见人。问过他们班上的老师，老师说孩子在幼儿园表现得还好，各方面都很正常。不知道为什么只要一回到家，他就总是保持沉默，根本不愿意与我交流。请问他是不是患有孤独症？会弱智吗？

专家解读：

儿童孤独症也称自闭症，通常的表现是社会交往退缩，表情、行为和语言都十分刻板，语言表达尤其是与人语言的交流非常困难，不会按照他人的提问回答问题，却常常拥有很高的智力（因此不是弱智）。许多孤独症儿童喜欢音乐，也喜欢旋转的玩具和物品如电风扇，有的则喜欢没完没了地在地上转圈或跑圈。

患孤独症的孩子无论在幼儿园还是在家里都会表现出社会交往退缩和语言表达及交流困难，他们基本上无法正常地学习必要而基本的交往规范、行为规范及各类知识，总的来说处于“不吸收”并

且“不交换”的状态。他们自己的需求和苦恼无法表达，也往往给老师及家长们的教养观念及教养方法带来很大的挑战和阻力，经常会使成年教育者有挫败感。如果老师说孩子在幼儿园表现很好，各方面都很正常，就不应该是孤独症，因为孤独症的孩子在幼儿园根本无法正常与其他孩子和老师交流，语言表达非常困难，常常需要一个专门的老师看护。

如果回家后总是保持沉默，根本不愿意与家长交流，原因可能是多重的，其中一个很重要的原因就是孩子的气质类型天生内向。再有，请问家长与孩子之间从前的交流是否过少？孩子小时候是由老人或保姆带的还是由家长亲自带的？家长了解孩子的个性和爱好吗？父母喜欢和孩子一起做孩子喜欢做的活动吗？只有解决这些问题，家长才能走进孩子的内心世界，和孩子交流。

专家引导：

建议家长多读一些儿童心理及家庭教育的书籍，以期在教养实践中不断以理论来帮助孩子升华自己；与幼儿园保持密切的交流，动态了解老师眼中的孩子的行为、喜好和个性，与老师探讨教育孩子的各种方法；尽可能与其他家长多交往，与他们交换育儿经验，也尽力向相关教育心理老师咨询。最重要的是，父母要经常陪伴孩子，多在旁边细心观察孩子，父母对孩子越了解，就会越靠近孩子的内心世界。同时，要多请孩子喜欢的小朋友到家里来玩，为孩子提供交往的机会，相信能培养孩子开朗的个性。





行为3 孩子需要感统训练吗？

家长叙述：

我的儿子四岁半，做事注意力不集中，动手能力不好，爱疯爱闹，但真做起游戏总不如别的孩子做得又快又好，越是这样他的脾气就越大。别的家长说我儿子可能是感统失调，需要感觉统合训练，我不太懂，请问专家是这样吗？

专家解读：

因为大脑、身体、感官的神经系统非常复杂，各种感觉交错在一起出现，幼儿期间孩子还没有充分整合各种感觉的能力，也没有丰富的整合经验，比如，幼儿明明以为在眼前的球伸手却没有触摸到，眼睛与手经常会不协调，无法完成穿珠、积木与拼图游戏。幼儿的触觉与视觉会发生冲突，味觉与嗅觉也会错位，对事物的判断往往在内部的各种感觉上就会自相矛盾，不能统一，所以需要统合，这就是感觉统合。

人类从婴幼儿时代到老年的整个生命过程中，几乎每时每刻都在进行着感觉统合。如果大脑对身体感觉器官输入信息的统合能力不足，身体感官与大脑的学习便会协调不佳，造成混乱，出现感觉统合失调现象，连带着心态也会出现失衡的状况，幼儿则会出现这位家长所谈到的孩子注意力不集中、动手能力不好、情绪不稳定的情况。

感统失调在四五岁的孩子身上表现得十分突出，几乎所有的幼儿都会在发育期间或多或少地遭遇感统失调的问题，只是程度各有不同。感觉统合是孩子大脑、身体及感官发育良好的生理心理状态。

在婴幼儿期，孩子的大脑发展特别快，大脑学习信息依赖于身体和感觉器官的输入，学习后的大脑则发令指挥身体及感官的能力，身体上的感觉器官与大脑之间不断地相互模仿与发展、排斥与整合着。

专家引导：

建议孩子适当参加一些感觉统合的游戏活动及体育活动，双手投篮、走平衡木、跳绳、抛接球、走“之”字形路线等，都是非常有效的感觉统合训练项目。如果发现孩子在运动、情绪、交往等方面有问题，家长则更应该让孩子多参加一些多人的体育或训练活动，让孩子在放松的状态下锻炼感觉统合。

现在的感觉统合训练机构很多，但建议父母一定要深刻理解感觉统合的内涵，并亲自与孩子在一起，进行各种切合孩子实际兴趣和能力的游戏。只有父母的真爱，才能唤起孩子进行感觉统合的愿望，才是推动孩子进行感觉整合的原动力。

行为 4 孩子这段时间不开心

家长叙述：

我家闺女已经五岁多了，一直最黏我。可最近一段时间我工作特别忙，不能接送她，改由保姆接送。结果我女儿每天早上起床和

