

孩子的心声， 您要听

HAIZI DE XINSHENG
NINYAOTING

邓琼芳◎编著



聆听孩子真实心声
指引孩子健康成长

北京工业大学出版社

孩子的心声， 您要听

邓琼芳◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子的心声, 您要听 / 邓琼芳编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2010.4
ISBN 978 - 7 - 5639 - 2334 - 2

I. ①孩… II. ①邓… III. ①家庭教育—教育心理学
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 045721 号

孩子的心声, 您要听

编 著: 邓琼芳

责任编辑: 康 路

封面设计: 天之赋设计室

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码: 100124

电 话: 010 - 67391106 010 - 67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.net

承印单位: 大厂回族自治县正兴印务有限公司

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 700mm × 1000mm 1/16

印 张: 16

字 数: 240 千字

版 次: 2010 年 4 月第 1 版

印 次: 2010 年 4 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978 - 7 - 5639 - 2334 - 2

定 价: 25.00 元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换

前言

“我这孩子，从来都不听话，在幼儿园老是打人，唉，你说我该怎么办呢？”

“我家的姑娘也不省心！现在刚进高中，就想着谈恋爱的事儿，你说她心里是怎么想的！现在的孩子啊，该怎么办才好？”

每一个做家长的人，相信对这样的对话一点也不陌生，甚至，他们也曾经多次说过。在他们的眼里，孩子总是有那么多的问题：抽烟、诈病、不让大人翻看日记、总是不爱上学、喜欢泡在网上、和异性同学走得太近、情绪常常失落……

天哪！父母每每想到这些，就感到头疼。于是，大人们集体出动，妈妈唱红脸、爸爸唱白脸，一边骂一边劝，可是却总得不到良好的效果。所以，家长们只好相互诉苦、相互埋怨，恨不得数落出孩子的“十宗罪”，这样才能心满意足。

父母总看到孩子身上出现的问题，可是，为什么不挖掘这其中的原因呢？其实，孩子一些不好的行为，不仅让父母感到头痛，就连他们自己，也会感到非常纠结。但是若父母只知道一味地训斥、打骂，那么孩子又怎会认识到错在哪里，又怎会进行改正呢？

在现实的生活中，很多青少年身上都有问题，可是每当他们想和父母沟通时，父母却总表现得那么不耐烦。久而久之，孩子也不



孩子的心声,您要听

愿再和父母交流什么了，这才是父母总对孩子“恨铁不成钢”的重要原因。为什么父母不能冷静下来，仔细聆听孩子的心声，与孩子一起解决问题呢？

一粒水珠可以折射整个世界。同样，孩子的一句心里话，也能够表现出他的心态。只要父母能深度挖掘孩子的心里话，那么，他们也许就会发现，孩子的那些问题都能迎刃而解。

我们编写《孩子的心声，您要听》一书，就是为了帮助您听清孩子的心里话。也许您会认为，这类书在市面上已有很多，但《孩子的心声，您要听》却突破了此类书籍传统的生涩、枯燥，运用孩子事例、孩子心声两大板块，让您充分了解，当孩子出现问题时，心里到底有什么想法；紧接着，各种实用的技巧和建议，会让您完全明白，到底该如何行动，才能让孩子摆脱困境。而“爸爸的话、妈妈的话”一定会让您会心一笑：“原来，案例中父母的想法，和自己是那么一致！看来，我一定是一个成功的家长，会培养出成功的孩子……”

好了，各位家长们，在茶余饭后，借着温和的灯光，看看自己的孩子，是不是就藏在这本书里……

目录

第一章 “子不教，亲之过”

——爸爸妈妈，我需要你们的言传身教

父母是孩子的启蒙教育者，每个孩子的所思所为都深受着父母的影响，“上梁不正下梁歪”并非只是耸人听闻的话语。幼小的苹果树能否结出健康的果实，关键是看园丁是否能用最科学的方法呵护、照料它。

第一节	吞云吐雾最美妙，爸爸就是这么讲	2
第二节	妈妈带头闯红灯，我却受到了批评	6
第三节	请不要对我说谎	9
第四节	爸爸的脏话很难听	13
第五节	你们难道就不犯错么	16
第六节	贫穷难道就是可耻么	19
第七节	要我孝敬你，请先爱爷爷	23
第八节	爸爸，说话算数真的很难么	28



第二章 “爸爸妈妈， 再爱我一次”

——相对于物质的丰盛，我更希望得到心灵的慰藉

许多父母曾发出这样的感慨：“现在的孩子怎么了？生活条件越来越好了，而孩子们的心理却越来越不正常了。他们要什么我们就给什么，怎么还这么不懂事？”一位哲人说过：“物质的进步并不能代表人类的进步，而心灵的升华才是社会前进的标志。”正如这位哲人所说，孩子成长的标志更重要地体现在心志的成熟，相对于“显性的养分”，我们往往忽视了孩子们成长所必需的“隐性的养分”——在给予孩子的饕餮大餐中，“心灵鸡汤”必不可少。

- 第一节 我需要的不是名牌 32
- 第二节 爸妈的溺爱，让我成了“小皇帝” 35
- 第三节 和我一起分享快乐吧 38
- 第四节 我不是“诈病” 42
- 第五节 我想回到小时候 45
- 第六节 放开手，让我自己飞翔吧 47
- 第七节 我不奢求太多，我只需要父母的微笑 50

第三章 “爸爸妈妈， 我需要你们的尊重和理解”

——我也是人，我也需要公平！

“我这孩子，我一说话他掉头就走，你说，他这是不是太不礼

貌了?”其实,父母总觉得孩子对自己不礼貌,但他们是不是想过,自己的某些行为,也是对孩子的不尊敬?不让孩子说话、总是唠叨孩子、看不惯孩子的行为,这些,在每个家长身上几乎都会出现,正是这些行为,让孩子感到了平等与尊重的缺失,所以,他就会以牙还牙地“报复”父母。尊重是双向的,只有父母学会尊重孩子,孩子才会以同等的尊重回馈父母。

第一节	不要再说我“叛逆”	56
第二节	爸爸妈妈,请给我话语的权利	59
第三节	我是家里一分子,有权知道一切	63
第四节	爸爸妈妈,我也有“面子”	66
第五节	妈妈,你能不摆架子么	70
第六节	无心犯错就打我,我的内心很受伤	73
第七节	别翻看我的日记	77
第八节	我要的是信任,不是唠叨	80
第九节	爸妈离婚了,我的未来在哪里	84
第十节	不尊重我的朋友,谈何尊重我	89

第四章 “学习学习, 我该如何对待你”

——关于学习,我有很多不解和困惑!

“我努力学了,可是我考不好”、“我讨厌老师,他总针对我”……每个孩子说起学习时,都是那么滔滔不绝。因为在孩子的成长过程中,学习是他们的主要任务,所以,孩子们才有那么多的抱怨,才有那么多的不解。父母只有帮助孩子激发学习兴趣、养成学习习惯、改善师生关系,那么,孩子才能学会在茫茫学海里正确



使舵、平稳行船。

第一节	成绩不好,但我已经努力了	94
第二节	这样的老师我不喜欢	98
第三节	漫天的作业让我烦	104
第四节	老师凭什么训我,我没作弊	108
第五节	“临时抱佛脚”是好习惯么	111
第六节	我考砸了,我是个“废物”	114
第七节	学习,让我头疼让我忧	120
第八节	体育那么美好,数学那么枯燥	125
第九节	粗心大意,让我一遍遍体会考场落败	129

第五章 “我有自己的 理想与爱好”

——理想和爱好：我选择，我快乐

理想是人类进步的阶梯，而推动人类进步的“阶梯”本身并没有高低贵贱之分。每个父母都想望子成龙，但鲤鱼跃过龙门的概率毕竟不是很高，与其给孩子们设计未来，不如让他们自己去踏实地闯出个未来——海阔凭鱼跃，天高任鸟飞，让孩子们在适合自己的路上快乐前进吧。

第一节	不要总拿我跟别人比	138
第二节	“状元”之路千百条	143
第三节	你们的理想不要强加给我	150
第四节	我又有别的爱好了	154
第五节	我一定要去特长班么	158
第六节	“钱”，我的美丽理想	162

第七节 该死的晨跑，我讨厌你！	167
-----------------------	-----

第六章 “我亲爱的 朋友们啊”

——我的“交际圈”，我做主

从懵懂孩童到垂暮之年，人的一生是一场漫长的旅途。但是，能回想起来的美好时光大部分被定格在青春洋溢的那个年岁，而这期间最耀眼和最令人珍惜的应该是青少年时期的友情了——那份真诚、那份纯洁伴随着孩子们一起成长。作为家长，要相信我们的孩子，不要用过多的成人“标尺”去度量孩子们的交际问题。“放开那条绑在孩子们腰间的‘安全绳’，给予他们自主的权利，因势利导，让他们拥有一个健康、自主的交际圈”。

第一节 友谊与真理，让我难以选择的分岔口	172
第二节 我们只是好朋友	176
第三节 他们叫我“古惑仔”	179
第四节 我希望融入集体，不要被隔离	184
第五节 是我的自负伤害了朋友么	187
第六节 “孩子王”，让我自豪的名号	191
第七节 怯懦让我丢了朋友么	194
第八节 我不想做虚荣的小公主	197



第七章 “阳光灿烂的日子”

——青春期,我理解和支持

《阳光灿烂的日子》是一部电影,影片中夏雨出色的演出诠释了那个年代萌动的青春。任时光荏苒,而孩子们一直是青春永恒的主角。那跳跃的身影,那欢快的歌声是为人父母者心底最容易被触动的心弦。在这个特殊时期,给予孩子们理解和支持,就是对他们释出的最大爱意。

第一节 网络,让我快乐的源泉	202
第二节 追星,让我懂得了许多	207
第三节 我有我的“小秘密”	210
第四节 月经来了,我的心里好恐惧	214
第五节 遗精了,难道我要死了么	218
第六节 青春期的烦恼——我自慰,我内疚	221
第七节 我的未来是个梦	225
第八节 我不想做“丑小鸭”	229
第九节 “单恋一枝花”	233
第十节 妈妈,我恋爱了	237
第十一节 失恋的痛苦	240

第一章

“子不教，亲之过”

——爸爸妈妈，我需要你们的言传身教



父母是孩子的启蒙教育者，每个孩子的所思所为都深受着父母的影响，“上梁不正下梁歪”并非只是耸人听闻的话语。幼小的苹果树能否结出健康的果实，关键是看园丁是否能用最科学的方法呵护、照料它。





第一节 吞云吐雾最美妙， 爸爸就是这么讲

王强刚刚进入初中三年级，学习的压力非常大，每天都是起早贪黑地学习，爸爸妈妈也都极力给他创造良好的学习环境。

可是有一天凌晨，爸爸看到王强的小屋还透出点点光亮，凑过去仔细一看，原来儿子正点着一根烟，躲在小角落里吞云吐雾。

爸爸顿时怒火中烧，一脚把门踹开，不分青红皂白地打了王强一巴掌，并且骂道：“让你学习，不是让你学抽烟！”

爸爸突然的暴力让王强愣了片刻，他揉着发红的脸，说：“我为什么不能吸烟！有本事你把烟先戒了！你自己做不到，为什么要求我？”

爸爸听到儿子的话，愣在原地，不知如何是好。

孩子的心声

爸爸的训斥，让王强更加感到压抑和不满。第二天，他被爸爸关了禁闭。躺在自己的小屋里，王强不明白自己到底做错了什么。他在心里说：“我现在学习压力特别大，父母又对我期望很高，心情特别烦躁。我看到我爸有烦心事的时候就抽烟，我也学着他偶尔吸上几口，烦躁的心情会随着烟雾一起吐出。难道我这样做就是错了么？”

随后的几天，王强变本加厉，总是抽空就会叼上根烟。他在心里，总是狠狠地说：“凭什么你能抽，我就不能抽！”

心理探源

像王强这样的小“烟民”，如今已经越来越多，虽然学校、家长三令五申，却还是有不少同学置若罔闻。

那么，为什么王强在这么小的年纪就开始吸烟呢？这其中的原因有很多，但主要表现为：好奇心的驱使促使一部分孩子，禁不住诱惑吸上了烟；孩子深受家长的影响，如果家长嗜烟如命，无疑是在无形中为孩子创造了吸烟的环境，那么孩子很可能会效仿；部分孩子是在学校、家长的沉重压力下，选择吸烟作为解脱的方式；还有的孩子是叛逆心理在起作用；另外，社会环境、社会舆论对孩子也造成了很大的影响。

（一）被动吸烟的危害

归根到底，父母的影响还是最为重要的。许多父母，尤其是爸爸，觉得吞云吐雾非常舒服。殊不知，自己吸烟会对孩子造成很多危害：

1. 影响孩子的肺部功能

大量研究表明，孩子长期被动吸烟，其感冒、肺炎、支气管炎、哮喘的发病率均高于无被动吸烟的儿童，且家庭成员的吸烟量和吸烟年限与儿童呼吸系统疾病发生率呈正相关。特别是女童被动吸烟，其成年后患肺癌的危险增加70%，且患肺癌的危险与被动吸烟的年限成正比。

2. 给孩子带来不良榜样

健康影响是一个方面，最重要的是，父母吸烟的习惯，可能会给孩子带来不良的影响。尤其是父母在吃完饭时总爱吸上两口，并不断地说“饭后一根烟，赛似活神仙”，这样，孩子就有可能认为，吸烟是没有坏处的，因此自然而然地也想吸烟，从而形成不良的习惯。



因此,想让孩子不吸烟,父母就要学会去戒烟。不要总是抱怨这个过程过于困难,考虑到孩子未来的健康,那么,再大的问题也是能克服的。

(二) 如何让孩子走出“烟雾”

当父母发现孩子已经出现了吸烟现象,这个时候不要训斥和打骂孩子,因为这样只会促成孩子的逆反心理,做出更加极端的事情。

有这样一个经过父母与老师的合理引导,孩子最终戒掉了吸烟毛病的例子:

一位孩子的父亲讲自己的儿子在上初中时,曾经有一段时间染上了吸烟的恶习。首先发现儿子吸烟的是他的母亲,她从儿子身上和口气中闻到了淡淡的烟草味。他们觉得对于正在上学的孩子来讲,采取简单的强制戒烟措施不易见效,于是就主动向孩子的班主任说明了情况,请求帮助。

这位班主任是一位责任心强、富有工作经验的教师。他认真调查后,发现班上的确存在少数学生聚集吸烟的现象,之后,他逐步做了大量细致的工作:挖掘“烟民”的学习潜力,丰富学生业余生活;有计划地组织全班进行“吸烟是否更潇洒”的大讨论,并专门收集了大量反映吸烟危害性的图文资料;还让学生与学生、学生与家长之间结成互助监督小组。

如此不到半年,孩子竟成功地戒了烟。现在回想整个过程,家长的主动配合、科学知识的正面影响、优秀集体的熏陶带动,以及班主任老师富有成效的工作措施,都起到了重要的作用。

所以,对于孩子吸烟的习惯,父母一定要用科学的方法对待。一般来说,父母可以采取以下这些方式对孩子进行劝导:

1. 要向孩子进行正面教育,讲明吸烟的危害

告诉孩子,香烟中含有多种有害物质,特别是尼古丁。吸烟对呼吸器官的机能有很大的破坏作用,易患呼吸道疾病,影响身体健康。未成年人吸烟会降低脑力活动的的能力,使记忆能力和学习能力

受到损害，影响智力、能力的发展。吸烟还容易结识社会上的坏人而走上违法犯罪的道路。家长只有进行说服教育，让孩子深刻认识到吸烟的害处，他们才能自觉地克服和远离吸烟的坏习惯。

2. 要切断易使孩子染上吸烟习惯的“污染源”

家长要引导孩子多参加有益的社会活动，掌握他们在社会上活动的时间和内容，防止他们和社会上的吸烟伙伴经常来往。还要取得学校领导、老师和同学的配合，经常查询孩子是否有吸烟迹象，实行共同监督。

3. 培养孩子戒烟的心理需求

家长要帮助孩子认识到会抽烟并不是成人的标志，大多数成人是不抽烟的。同时耐心开导，帮助他们树立戒烟的决心。千万不能训斥挖苦，更不能打骂或撵出家门。重要的是，让孩子自己从主观上形成戒烟的需求和动机。

4. 家长要以身作则，远离烟草

大多数孩子之所以吸烟喝酒是和父母的类似习惯分不开的。每一位家长都需要认识到，吸烟喝酒确实对健康有很大危害，一支烟中的尼古丁可以毒死一只老鼠。世界心脏联合会主席马里奥·马拉纳奥强调，到2030年，吸烟将超过吸毒、艾滋病和其他疾病成为导致死亡和丧失劳动能力的主要原因。这些数据充分说明吸烟的危害的确是很大的，为了家长的健康，同时也为了孩子们的健康，家长应该带头不吸烟。

爸爸的话

我真的没想到，儿子吸烟是因为我做出的不良榜样。其实我也明白，抽烟对人体健康的危害极大，可是就是下定不了决心戒烟。现在我明白了，要想让孩子不走我的老路，首先我就要自己做好榜样。从这一刻起，我就要开始戒烟！



第二节 妈妈带头闯红灯， 我却受到了批评

一天，妈妈从幼儿园接囡囡放学回家，因为孩子的姥姥刚从外地来，需要家里有人照顾。所以，妈妈一路上自行车骑得飞快。

在经过一个十字路口时，对面的红灯亮了。这时，妈妈却丝毫没有犹豫，直接冲了过去。囡囡不解地问：“妈妈，老师上课时说过‘红灯停、绿灯行’，为什么咱们没有停呀？”

妈妈说：“没关系的，那是对汽车说的，咱们骑车和走路闯红灯不算错！”

妈妈的话被囡囡记在心里。又过了几天，幼儿园玩模拟游戏，当囡囡大摇大摆地闯了红灯被老师批评后， she就把妈妈的话告诉了老师。

老师问囡囡：“那你就是说，闯红灯不是错事吗？”

囡囡趾高气扬地说：“对！妈妈说没有错！”

孩子的心声

当囡囡说完这些话时，所有的小朋友都大笑了，围着圈叫她“小坏蛋”。囡囡无助地哭了起来，心里说：“是妈妈告诉我走路可以闯红灯的，妈妈是不可能骗我的！可是，为什么小伙伴和老师都在嘲笑我？他们到底谁对谁错？我该听谁的？”

自打这以后，囡囡的心理困惑更加严重，不仅对妈妈的话有些不敢完全相信，甚至在幼儿园里也不敢再像过去那样活泼。因为，