

了解孩子常见心理，规范孩子问题行为

儿童行为心理学

儿童行为心理速查速用

牧之◎著

厌学、任性、孤僻、玻璃心、自卑……
这样做撕掉孩子的负面标签！

台海出版社

儿童行为心理学

儿童行为心理速查速用

牧之◎著

台海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童行为心理学 / 牧之著. — 北京: 台海出版社,
2017.3

ISBN 978-7-5168-1323-2

I. ①儿… II. ①牧… III. ①儿童心理学 - 通俗读物

IV. ①B844.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第041053号

儿童行为心理学

著 者: 牧 之

责任编辑: 王 品

装帧设计: 久品轩

版式设计: 曹 敏

责任印制: 蔡 旭

出版发行: 台海出版社

地 址: 北京市东城区景山东街20号

邮政编码: 100009

电 话: 010-64041652 (发行, 邮购)

传 真: 010-84045799 (总编室)

网 址: www.taimeng.org.cn/thcbs/default.htm

E-mail: thcbs@126.com

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 保定市西城胶印有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 150×210 1/32

字 数: 100千字

印 张: 7

版 次: 2017年7月第1版

印 次: 2017年7月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5168-1323-2

定 价: 26.80元

版权所有 翻印必究



孩子是父母眼中的天使，父母是孩子心目中的守护神。孩子的每一步成长都印证着父母的心血与汗水，同时也牵动着父母的心。可是，随着孩子一点点长大，很多父母却发现自己越来越猜不透孩子在想什么。

孩子会在幼儿园里为一个自己根本不喜欢的玩具跟小朋友大打出手；会忽然变得孤僻、敏感，只为一点儿小事就哭个不停；会变得做事磨磨蹭蹭，怎么催也不管用……父母们不禁疑惑：当初那个乖巧、听话的小天使到底怎么了？

其实，儿童的心灵就像是世界上最纯净的水晶，也是蕴含着无穷宝藏的宝库。他们每种行为的背后都蕴含着特殊的心理密码，需要大人们去用心挖掘。但因为儿童心理和思维上与成人存在差异，甚至完全不同，所以很多时候，父母并不理解孩子的行为代表着什么，甚至会和一些正常行为当作异常情况处理，以致引起孩子的不满甚至是反感。



那么，要如何打破父母与孩子之间的隔膜，走进孩子的内心世界呢？《儿童行为心理学》为你提供了最佳答案。本书通过对儿童爱哭、善变、冲动、不专注、独占欲强、爱钻牛角尖、孤僻、爱攀比、说谎、唯我独尊、争强好胜、喜欢提问等一系列最具代表性、最为普遍的儿童行为案例的分析，为你一步步揭开隐藏在孩子行为背后的心理学秘密，同时从情绪掌控、人际关系培养、心理透视、自控力培养、自我管理、树立合理期望值、正面积极的习惯养成以及思维能力锻炼八大方面入手，为家长如何应对孩子的各种异常行为，引导孩子心理健康成长提出了最中肯、实际的意见。

《儿童行为心理学》文字通俗易懂，其中没有高深晦涩的理论，只有最深入浅出的分析与讲解，适合所有对儿童行为感兴趣的人群阅读。如果你想做一个称职的父母，那你更要读一读这本书，因为它将为你搭建起通往儿童内心隐秘世界的桥梁，让你成为孩子心灵上的朋友，陪伴孩子一起健康、快乐地成长。

第一章

孩子发脾气了——妙用心理学疏导孩子的坏情绪

攻击他人——无目的性的情绪宣泄 / 002

乱发脾气——孩子在表达心理需求 / 008

善变——孩子心理承受力薄弱 / 012

爱哭——孩子在释放情绪 / 017

第二章

孩子为什么不合群——用心理学法则帮孩子打造人际关系

不愿称赞别人——在对比中感到自卑 / 024

唯我独尊——孩子没有学会分享 / 028

肢体冲突——辨别是不是真正的“欺负” / 033

交“坏”朋友——孩子道德意识浅薄 / 039



第三章

孩子言行异常——透视孩子心理不要走入教育误区

孤僻——自我意识发展的表现 / 046

爱攀比——孩子理性判断思维尚不完善 / 051

不能接受批评——你的批评不能让孩子心服 / 055

离家出走——孩子在暴力反抗外界压迫 / 061

第四章

孩子没时间观念怎么办——好父母给孩子一点自控力

迟到——孩子缺乏做事的兴趣 / 070

做事磨蹭——孩子缺乏感知时间的思维能力 / 074

半途而废——孩子缺乏专注力 / 080

生物钟——帮孩子取胜的内在节律 / 083

第五章

“我不想学”——解读孩子厌学背后的心理密码

厌学——趋利避害的本能在作祟 / 090

讨厌被管——自主成长意识在萌芽 / 096

控制欲强——被误判的领导能力 / 102

说谎——孩子正在追寻自我管理 / 108

第六章

“我必须最棒”——合理期望才适合孩子身心发展

小皇帝——错误的“焦点”认识 / 116

“永远第一”——违背规律的过高期望 / 122

“一意孤行”——孩子渴望理解与尊重 / 127

秘密王国——正视孩子发展的独立性 / 132

第七章

有缺点的“天使”——21天帮你的孩子养成好习惯

冲动——需要引导的成长现象 / 138

不专注——孩子可能出现了认知混乱 / 144

独占欲——孩子在乞求更多关注 / 151

小霸王——孩子在维护“自我中心” / 159

太敏感——受刺激之后的过激反应 / 166

第八章

别怕孩子与众不同——思维能力是孩子一生的财富

打破砂锅问到底——孩子开始探索未知的世界 / 174

爱钻牛角尖——孩子的思维违反了逻辑 / 182

争强好胜——孩子不懂纵向比较与思考 / 190

一味顺从——孩子缺乏独立思考能力 / 198

“我不行”——孩子头脑中有负面标签 / 205

过分看重奖励——孩子没有领会学习思维的妙处 / 211



第一章

孩子发脾气了——妙用心理学疏 导孩子的坏情绪



攻击他人——无目的性的情绪宣泄

3至5岁是孩子攻击性行为的多发阶段，这时的孩子会因为看到别人的玩具很漂亮，就产生内心想要得到的欲望，最直接的就是伸手拿，如果别人不给，孩子就可能本能地去抢，甚至很自然地用暴力的方式来获得自己想要的。而聪明委婉的孩子可能会直接说这个玩具多么不好，从而让对方难过，主动放弃玩具，自己就可以轻易获得了。因为孩子的逻辑很简单，所以孩子的这种攻击性行为未必是带有目的性的，他们只是想通过攻击获得自己想要的东西，从而间接造成了对他人的伤害。

而稍大一些的孩子可能会联合其他孩子用嘲笑等方式对某个孩子进行言语伤害，以此孤立这个孩子，这样的行为很明显是带有攻击性的，会不利于孩子处理人际关系。所以，不要以为你的孩子会攻击人，就不会受欺负。孩子的攻击性行为家长如果能加以正确引导，就可以变为人格中的积极成分，如坚忍的性格、顽强的意志品质等——这是孩子成长发展过程中所必需的。

幼儿园里，老师让大家在自己的区域内活动，超超看了一会儿《小猴浴室》，觉得无聊极了。于是他便把书往地上一扔，走到书架旁，使劲探头找着，可是找了好久，还是没找到自己喜欢的书，反而将原本整齐的书架翻得乱七八糟。翻得累了，超超就坐在书架旁边无聊地看着大家玩。

无意中，超超看见慧慧正在聚精会神地看《企鹅的故事》，他的眼睛立刻亮了起来，走过去什么也没说，一把从慧慧手里抢过书来，嘴里还说着：“这是我的。”慧慧看得好好的，书就被超超抢走了，心里自然很不舒服。于是慧慧便试着跟超超抢，超超看到慧慧上来抢，更认定这是一本极好的书，于是便挥起拳头打向慧慧的后背。幼儿园老师看见了，赶紧把慧慧和超超分开了，真要是打起来，伤了谁都不好。

后来，幼儿园老师给超超的妈妈打电话，说超超经常在自由活动的时候欺负别的小朋友，已经不是第一次了。有一次，超超拿着呼啦圈一个人在一旁玩，看见别的小朋友坐着蹦蹦球正跳得开心，他竟然上前一把抢过人家的蹦蹦球，并用呼啦圈死死地拽着对方



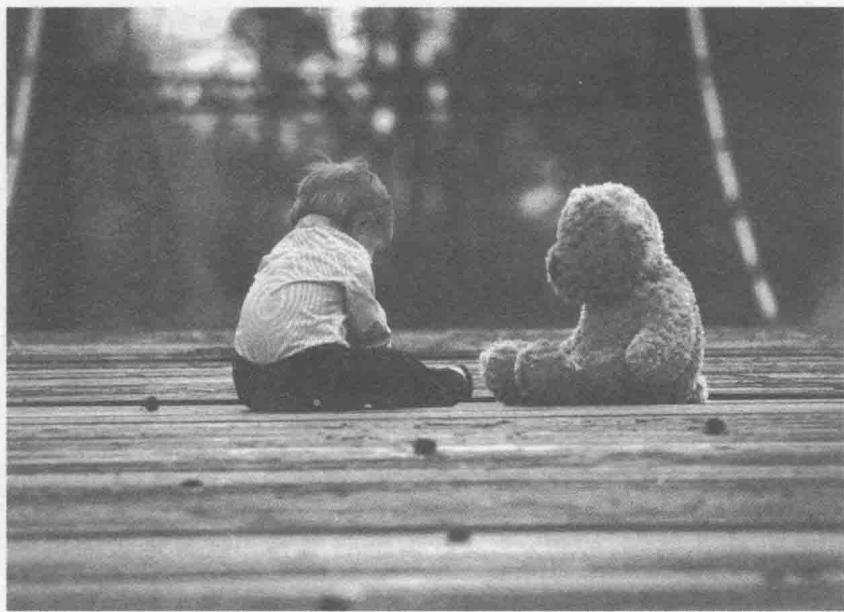
的脖子。超超的妈妈听了很是害怕，这万一要是伤了人家小孩，那可不得了啊！

可是妈妈回家之后转念一想，反正受伤的又不是自己家的小孩，超超这样也是厉害的表现啊！自己工作挺忙的呢，哪有时间管孩子在幼儿园打了谁啊！再说了，哪有孩子不打架的呢！于是她并没有教育超超，想着小孩子怎么会下狠手打人呢，一定是幼儿园老师太过于夸张了。

显然，超超是一个典型的具有攻击性行为的幼儿。在班里，他倚仗自己的优势，欺负比他弱小的同伴。而家长得知后也从不严厉批评他，而是不了了之，甚至有点维护自己的孩子心理，更加纵容了超超的攻击性行为。其实，像超超这种攻击性行为不仅会给别的小朋友带来伤害，甚至还会发生危及别的小朋友生命的事件。何况谁也不愿意和这种有攻击性行为的孩子玩，就会让这种孩子更感到孤独，不利于身心发展。

幼儿攻击他人后如果尝到了“甜头”，得到其所需物品或者受到家长的夸奖，他们就会认为人就应该使用这种攻击性行为，而一般不会对自己的行为进行反省。这样往往会影响到孩

孩子的成长，而攻击性行为则会“定型”或加剧，直接影响到孩子将来的人格发展。而这就需要家长让孩子认识到攻击他人是一种很令人讨厌的行为，会受到别人的嫌弃，使孩子一点点改掉这种行为习惯。



▲ 孩子需要分享、理解与疼爱，不需要说教、责骂与冷落

《情感智商》的作者戈尔曼曾指出：“童年是塑造人生情感倾向的重要时机。”而萌发各种情感的重要时期是幼儿期，更是培养儿童健康情感的黄金时间。有攻击性行为的儿童自我认同感往往较差，他们由于比一般孩子更多地受到批评，故自



卑抱怨心理较强，总认为他人对自己不理解，索性破罐子破摔。这些孩子常对他人进行有意伤害，也包括语言伤害。其实，这更是情感脆弱的一种表现。

年纪小的孩子没有强烈的是非观念，他们的语言往往可能只是一种情绪的宣泄。比如孩子说打死妈妈，也可能是反映自己对妈妈的不满意。也有一种可能，孩子本来比较喜欢妈妈，但妈妈对小孩的管教太粗暴，做法跟孩子的期待有落差。即使在这类幼儿身上的攻击性行为是由其主观情感所影响的，但也必定与这些孩子的成长环境、教育因素密切联系。冷漠的家长总是挫伤孩子的情感需要，并常会反复无常地惩罚孩子，还允许孩子表现攻击性冲动，从而更容易培养出具有攻击性的儿童。

孩子的攻击性其实是一面镜子，家长可以看到镜子里的自己。在幼儿期内，对孩子良好情感的培养和教育是极为重要的，硬性管教孩子的攻击性行为或者对孩子的攻击性行为不理睬，都会酿成恶果，所以要把积极的情感教育作为儿童未来健康发展的良好基础来认真对待。

具体做法是：

- 1.减少攻击性行为的刺激。日常生活中，有攻击倾向的玩具，如玩具枪、刀等，某些影视剧特别是有暴力情节的影视

剧，可能会使孩子学会一些攻击性行为。应让孩子尽量少接触这些，避免孩子模仿。

2.积极引导孩子。当孩子出现攻击性行为时，家长不要训斥、批评孩子的攻击性行为，而是要以平和的方式及时对孩子的行为进行纠正和引导。

3.实行短时间内的“冷处理”。家长可以对孩子的攻击性行为故意忽略，让他独自待在房间里，或暂时剥夺其参加某项活动的权利等，也许会使孩子“若有所悟”。同时，家长一定要让孩子明白为什么会“坐冷板凳”，同时要注意安全，时间不宜过长。

4.反省自己的教育方式。平时家长对待孩子要求严苛，或者对孩子不守信用，造成了孩子心里对家长的极度不满，从而在语言行为上表现出了父母的坏影响。所以，家长越是对那些有打人、咬人倾向的孩子，越是要避免使用暴力。

5.奖惩得当。孩子做对了自然要奖励，而孩子做错了，自然要惩罚。可是打骂可能不但不会使孩子改正错误行为，甚至可能让其变成一个不怕任何打骂的“皮小孩”。惩罚措施最好能触动孩子的心灵。



乱发脾气——孩子在表达心理需求

雯雯是个固执的小孩，对自己认准的事情，不管对错都坚决不回头。雯雯妈妈说：“雯雯要是脾气一上来，谁说都不听，怎么劝都不行。”

雯雯妈妈真是不知道怎么对付这小家伙了，于是就留心观察了雯雯的生活学习一阵子，结果发现雯雯一看到别人不耐烦，自己也就急了。即使别人不耐烦了，她还主动跟人家纠缠；人家都认输了，可她还是不依不饶的。

后来，每次妈妈见到雯雯不耐烦，她就和颜悦色地拥着雯雯：“雯雯能不能告诉妈妈你在难过些什么？又为什么难过呢？”这样问了一阵儿，雯雯终于吞吞吐吐地说：“我看你刚才生气，以为你不喜欢我了。”“妈妈刚刚都发脾气了啊，那就是代表不喜欢我了啊。”雯雯斩钉截铁地说着。妈妈又说：“发脾

气就是不喜欢了？”雯雯想了想，似乎有点触动，不那么凶了。妈妈继而向雯雯声明她最爱雯雯了。于是雯雯便平静了许多，后来，雯雯渐渐变得平和，不那么容易就发脾气了。

雯雯妈妈通过与雯雯的交流，才知道她发脾气是因为感觉妈妈忽视了自己，于是想要通过发脾气来引起妈妈的注意，让妈妈多在乎她点。而在日常生活中，也要让孩子知道在任何时候家人都是在关注着他的，而他的坏脾气只会让别人更难受，这样不会讨人喜欢。由于孩子的自控力比较弱，在不良的环境下容易产生坏脾气，因此父母有必要弄清楚孩子的情绪类型，并采取有效的方法，帮助孩子形成好的习惯、好的脾气，把挑战转化为力量，帮助他成为众人眼中的乖孩子。

英国生物学家达尔文曾说过：“脾气暴躁是人类较为卑劣的天性之一，人一旦发脾气就等于在人类进步的阶梯上倒退了一步。”他还接着分析说：刚生下来的婴儿，不会控制自己，从心理学的角度来看，孩子发脾气是种心理需求的表现。

不错，孩子不可能像成人那样认识事物，也不可能对其进行理性分析，而是凭着自己的情绪与兴趣来参与。随着生理、