

儿童怪诞 行为心理学

了解孩子常见心理 规范孩子日常行为
爱TA，就读懂TA的心灵

吴雨庭◎著

倾听孩子、接纳孩子、陪伴孩子成长
没有熊孩子，只有不懂孩子的家长
读懂孩子怪诞行为背后的秘密
建立起和孩子之间的亲密关系

外显行为是儿童行为冰山一角，
沉在水面下的儿童心理部分才是我们了
解儿童问题的重要元素。

——儿童教育心理专家 阿德勒博士

中国商业出版社

儿童怪诞 行为心理学

了解孩子常见心理 规范孩子日常行为
爱TA，就读懂TA的心灵

吴雨庭 ◎ 著



中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童怪诞行为心理学 / 吴雨庭著 . -- 北京 : 中国
商业出版社 , 2018. 4

ISBN 978-7-5208-0285-7

I . ①儿… II . ①吴… III . ①儿童心理学 - 研究
IV . ① B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 062776 号

责任编辑：朱丽丽

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺 1 号)

010-63180647 www.c-cbook.com

新华书店经销

大厂回族自治县正兴印务有限公司

*

710 毫米 × 1000 毫米 1/16 开 14.5 印张 190 千字

2018 年 6 月第 1 版 2018 年 6 月第 1 次印刷

定价：39.80 元

(如有印装质量问题可更换)

每一个孩子从呱呱落地开始，就成为父母心目中当之无愧的天使。对于自己的孩子，父母怎么看都喜欢，简直是百看不厌，与此同时，父母也对孩子寄予了深切的期望，希望孩子有朝一日出类拔萃、出人头地。最重要的是，几乎所有父母都坚定不移地相信自己一定能梦想成真。而当孩子在成长的过程中，没有成为父母期许的样子，父母往往难以接受，甚至认为自己的教育过于失败或孩子不够听话。

然而，这就是现实：大多数孩子都很普通，或许一生都会过着庸庸碌碌的生活。因此，父母哪怕再心不甘情不愿，也要接受这一点。

除此之外，在成长的过程中，孩子还会不断地给父母出难题。从出生开始，他们几乎每天都给父母惊喜，然而随着孩子渐渐长大，这样的惊喜也变成了惊吓。孩子们表现出来的怪诞行为，让很多新手爸妈都无暇应付，甚至感到崩溃。为此，有的妈妈甚至说孩子还是揣在肚子里好，至少不用担惊受怕，自己也相对自由，想去哪里就去哪里。由此可见，对比孩子出生之后的种种状况，妈妈宁愿继续忍受十月怀胎的辛苦。事实上，孩子真的有这么可怕吗？

如果你提前做足了功课，了解孩子有可能出现的怪诞行为，那么你也许就不会那么担心，也就能相对从容了。如果你此前不知道如何做父母，更没有参考过他人的经验，那么，接下来等着你的就是日复一日的惊吓。正如一位名人所说的，没有人天生就会当父母，所以大多数父母都是经历之后才拥有经验的。这也是本书的目的所在，即把他人当父母的经验借鉴过来。当然，这未必对每一个爸妈都适用，但至少能够让爸爸妈妈们心中有所准备，不至于像看待怪物那样看待孩子。

当孩子半夜三更不停地哭泣，不管怎么哄都哄不好时，爸爸妈妈便开始怀疑孩子是魔鬼的化身，专门被派来折磨自己；当孩子进入叛逆期，对于父母的一切指令都置之不理时，父母难免会懊悔生了个冤家对头出来和自己作对；当孩子成为幼儿园里的小霸王，父母会觉得孩子是牛魔王转世；当孩子动辄就抢其他小朋友的东西，甚至与老师横眉冷对时，父母简直歇斯底里……父母为何感到深深的焦虑和不安？就是因为他们不了解孩子怪诞行为背后隐藏着怎样的心理需求和情感需求，他们也未曾打开孩子的心扉，真正走入孩子的内心。

虽然很多父母都自以为生养了孩子，就一定会了解孩子，就能当好孩子的守护神。但我们必须要承认，父母与孩子之间存在代沟，哪怕父母对孩子的爱是无条件的、毫无保留的，父母也依然无法完全了解孩子。

正如龙应台在《目送》里所说的，所谓父母子女一场，不过意味着你和他的缘分就是今生今世不断地目送他的背影渐行渐远。的确，随着孩子渐渐长大，他们的心与父母的心也离得越来越远，而明智的父母懂得缩短自己与孩子之间的距离。他们会在陪伴孩子成长时，竭尽所能地理解孩子，会探究孩子怪诞行为背后的原因，就像小伙伴一样陪伴孩子，成为孩子的知心好友。唯有如此真心地陪伴，如此全心全意地理解和尊重，父母才能始终与孩子相伴而行，才不会远远地落后于孩子的步伐。

父母们在为孩子的怪诞行为而感到抓狂时，要保持清醒的头脑，意识到孩子怪诞行为的背后隐藏着很多深层次的心理原因和情感需求，这样才能从根本上解决孩子的心理问题，也能帮助孩子消除怪诞行为。

总而言之，养育孩子是一个需要耗费心力和精力的事情，每位父母都应把养育孩子作为毕生的事业全力以赴地去经营。

最后，希望通过这本书，父母们能平静地对待孩子的怪诞行为，也能了解到更多的育儿知识，从而培养出健康快乐、积极乐观的孩子。

第一章 |

读懂婴幼儿天生的特殊语言——哭泣

哭，是宝宝在表达自己的需求 //2

哭泣，是很好的运动方式 //5

啼哭不止，警惕病理性原因 //8

尖声大哭，也许是“肠绞痛”在作怪 //10

家有夜哭郎，该怎么办 //14

认生的宝宝，一看到陌生人就哭 //17

离开妈妈伤心欲绝，都是分离焦虑惹的祸 //20

避免孩子哭泣，不要把紧张情绪传染给孩子 //22

第二章 |

换个角度看世界，父母才能走入孩子的内心

孩子的脸六月的天，说变就变 //26

孩子的微笑，隐藏着很多秘密 //28

渴望拥抱，是孩子需要安全的依靠 //30

孩子好几岁了，为何还是迷恋妈妈的乳房 //32

孩子的小手动不停，内心活动也丰富 //35

多动的孩子真的有多动症吗 //37

孩子为何会突然发出怪异的叫声 //40

第三章 |

了解孩子内心，父母不得不知的敏感期

见什么都要啃一啃——口的敏感期 //44

乐此不疲喜欢扔东西——空间敏感期 //46

妈妈，我从哪里来——自我意识敏感期 //49

妈妈，要排队哦——社会秩序敏感期 //51

奶奶，这是我的朋友——社会规范敏感期 //54

突然爱上了涂色——色彩敏感期 //56

你是个可恶的坏家伙——诅咒敏感期 //59

爸爸，我要和你结婚——婚姻敏感期 //61

让人抓狂的十万个为什么——求知敏感期 //64

第四章 |

成长过程中不得不经历的难堪事，助力孩子成长

不是偷窃的“偷窃行为” //70

尿床、尿裤子了，怎么办 //72

家里的墙壁变成了大花脸 //75

把所有能拆的东西都大卸八块 //77

不害羞的孩子是厚脸皮吗 //79

不爱交际的孩子是自闭症吗 //81

嫉妒，让孩子变得心胸狭隘 //85

大人说话，孩子为什么总插嘴 //88

第五章 |

家有怪诞小宝宝，生活妙趣横生趣味多

会吐泡泡的金鱼宝宝 //92

每个宝宝都有一根抹了蜜糖的手指 //94

偷窥的秘密——宝宝性意识在觉醒 //97

什么都可以用来交换的年纪 //100

宝贝，小鸡鸡可不是你的玩具啊 //102

我来接，我来接！ //105

与泰迪熊的亲密无间 //107

家里突然多了一只小巴狗 //109

第六章 |

迈出走向社会第一步——宝宝入园的头疼事

宝宝总是乱发脾气怎么办 //114

这个宝宝入园没带耳朵 //116

做事情三心二意，就像小猫钓鱼 //118

幼儿园里的小霸王 //121

我才是第一，我才是第一 //124

这个玩具是我的 //126

老师，我才是最棒的 //128

妈妈，一睡觉就会变成石头 //130

第七章 |

幼儿园里的怪诞事——你不可不知的童年秘密

幼儿园小班的孩子突然尿频 //134

妈妈，老师打我啦 //136

我不想上学，要去捡树叶 //138

一天尿湿五条裤子的尴尬 //141

孩子为何变成左撇子 //143

妈妈说得不不对，老师才对 //145

第八章 |

背上小书包，从一年级入学开启不同的人生阶段

“卖友求荣”的孩子没有好朋友 //150

“爱告状”的小屁孩 //152

为何他作业本上的五角星比我多 //154

老师说，老师说……//157

到底是真“欺负”还是假“欺负” //159

有暴力倾向的攻击者 //161

妈妈，我也要和他一样的书包 //165

你们为什么批评我 //168

第九章 |

养儿育女，父母不可不知的儿童怪诞行为秘密

你凭什么管我 //172

我又没让你养我 //175

说谎的孩子，也许只是被逼无奈 //177

哭闹，帮助孩子释放情绪 //180

脾气暴躁，到底是和谁学的呢 //183

不愿意赞美他人 //185

过度追求奖励，使学习本末倒置 //188

离家出走——父母和孩子心中共同的伤 //191

第十章 |

做和善而坚定的教养者，帮助孩子远离负面情绪

任性的孩子伤不起 //196

“我不行”不该是孩子的口头禅 //198

唯唯诺诺的孩子步履蹒跚 //201

孩子冷漠，都是冷暴力惹的祸 //205

言而无信的孩子，如何立足于世 //207

敏感多疑的孩子，人生必然沉重 //209

孩子无限拖延，到底为什么 //212

不要让孩子成为冲动的小魔鬼 //215

后 记 //219



第一章 读懂婴幼儿天生的特殊语言——哭泣

婴儿呱呱落地发出的第一声啼哭，既是在宣告自己的诞生，也是其婴儿时期最主要的语言表达。他们渴了饿了，哭；热了冷了，哭；烦躁了，哭；想让父母抱抱了，哭……

可以说，哭是婴幼儿天生的语言，也是婴儿表达喜怒哀乐和各种需求的主要方式。因此，唯有读懂婴儿的哭泣，父母才能真正了解婴儿的需求，从而更好地照顾婴儿。

哭，是宝宝在表达自己的需求

婴儿哭闹是一种本能的反应。小小的婴儿还不会说话，只能借助于哭声来表达需求。不管是外界的刺激，还是想要与父母交流，婴儿都会哭闹不止。婴儿长到几个月之后，会用笑来表达自己的高兴，但是哭依然是他们最主要的语言。就连一两岁的幼儿，如果觉得身体不舒服，又不能进行清楚的表述，也会以哭闹来表达需求。

所以，父母千万不要因为婴儿的哭闹而感到厌烦，哪怕是新手妈妈，也要按捺住心中的不耐烦，从而正确解读婴儿的哭声。有的婴儿也会借助于哭声表达自己的感情需求，诸如当他们躺在床上厌烦了，就会不停地哭泣，而当父母抱起他们，他们马上会变得非常安静，不再哭泣。

对于父母而言，婴儿恬然安静地睡觉时，就是父母休息的好时候。对于婴儿来说，睡眠的确是长身体的好时机，不过婴儿也需要运动，也要找点事情做。当父母排查婴儿是否有什么需求之后，也可以把婴儿的哭泣理解为他们的运动。“哭哭”更健康，这对于婴儿来说绝非虚言。

刚刚满月的小美又在哭了，再加上月嫂在小美满月时就已经离开了，所以新手妈妈一个人未免有些手忙脚乱。一大早，爸爸就起床去上班了，果然当了爸爸的人如同打了鸡血一样，为了孩子连对待工作都动力十足。

妈妈没有人可以抱怨，也没有人可以分担，只好自己支撑起照顾孩子的重任。可是，妈妈花费了很大的工夫才把小美哄睡着，自己才敢松一口

气。没想到，妈妈才瞌睡了不过十分钟，小美又哇哇大哭起来。

此时，妈妈有些崩溃了，她甚至开始责怪自己当初为何不选择丁克呢！而且，爸爸当初都说了晚几年再要孩子，而自己却早早要了孩子。

妈妈假装没有听到小美的哭泣声，继续眯着眼睛睡觉。小美哭了一会儿，见没有人搭理自己，因而更加卖力地哭起来。她的哭声一声大一声小，妈妈突然想起月嫂的话：“孩子哭，有可能是尿了或者拉臭臭了，也有可能是觉得哪里不舒服，或者是饿了。所以孩子一哭，你就要去查看情况，如果孩子一切正常，那么你可以让孩子继续哭一会儿，毕竟哭对孩子而言也是一种运动的方式。如果有异常，就要立刻处理，不然孩子也不会说话，还能怎么办呢？”

想到这里，妈妈从床上爬了起来，检查了小美的情况。果然，她摸到小美的尿不湿热乎乎的，原来这个小家伙刚刚睡着时尿了。突然，妈妈闻到了一股臭臭的味道。打开尿不湿一看，原来小美睡觉之前吃得太多，不但尿了，还拉臭臭了。

于是，妈妈赶紧给她换了干净的尿不湿，小美马上又呼呼大睡起来。看着孩子恬然酣睡的脸庞，妈妈感到源自心底的幸福：从此之后，我要呵护这个小生命健康地成长！

对于婴儿的哭泣，父母一定要用心观察，用心对待。由于婴儿的需求也是多种多样的，所以哪怕是相同的哭声也往往会表达出不同的需求，而父母必须有的放矢，才能更有针对性地照顾婴儿，满足婴儿多样化的合理需求。一旦需求得到满足，婴儿马上就会停止哭泣，以此来告诉父母他们的状态。

细心的父母还会发现，婴儿的哭泣在不同的生长阶段有着不同的含义。诸如婴儿在出生之后、满月之前的时间里，大多数是因为感到饥饿，

所以才会哭泣。这个时候，他们会一边哭一边寻找母亲的乳头，伴随着哭泣，婴儿的嘴唇还会不停地蠕动，做出吞咽的动作。只要妈妈第一时间给婴儿喂奶，婴儿在妈妈的乳头触碰到自己嘴唇的第一时间，就不再哭泣，而是开始急速地吮吸。这个时期，婴儿的哭泣是本能，吮吸母亲的乳头也是本能。只要认真观察，妈妈会发现婴儿因为饥饿的哭泣和其他的哭泣不同，饥饿的哭泣声调比较低，而且不停地重复相同的模式，先是短暂的哭泣，然后停顿一下，再哭泣，就像在用语言有意识地表达“好饿啊！好饿啊！”的意思。当妈妈抱起婴儿时，不要一声不吭，虽然婴儿还不会说话，但是他们是有意识的，所以妈妈要念念有词地告诉婴儿：“宝贝饿了呀，我们来吃饭吧！”在婴儿吃母乳的过程中，妈妈还可以抚摸着婴儿的身体或者脸颊，与婴儿进行眼神的交流，表扬婴儿吃得很好。这样一来，婴儿必然心情愉悦，渐渐地也会感受到母亲的爱意。

当然，如果宝宝不吃母乳，吃奶粉，父母在给婴儿喂奶的时候也可以这么做。如今的教养方式提倡按需喂奶，而不是按照几个小时喂养一次。母乳中水分含量大，婴儿吃完之后两三个小时就会感到饥饿。如果有的婴儿吃奶不认真，或者母亲的乳汁分泌不足，那么婴儿也有可能是在吃奶之后一两个小时就饿了。当婴儿饿了，妈妈就给婴儿吃奶，要避免婴儿因为饥饿不停地哭泣。如果是喂养奶粉的宝宝，因为奶粉比较浓稠，所以可以按时喂养。需要注意的是，婴儿哭泣的时候，最好不要给婴儿吃奶，否则婴儿容易呛奶，也会因为吃入了空气，导致肠胃疼痛。在喂奶之后，妈妈可以把婴儿抱起来竖着拍拍嗝，从而避免婴儿吐奶。

当然，除了饥饿之外，还有很多需求会引起婴儿哭泣。随着渐渐长大，婴儿从基本的吃喝拉撒，需求不断增加，哭泣的次数也会渐渐增加。不同需求的情况下，婴儿的哭声也表现出微妙的区别，诸如婴儿因为感到疼痛而哭泣，必然突然惊声尖叫，哭声急促，这个时候父母就要警惕。总

而言之，父母一定不要忽视婴儿的哭泣，而要用心认真观察婴儿，这样才能第一时间了解婴儿的需求，满足婴儿的需求。

哭泣，是很好的运动方式

众所周知，新生儿在一岁之前基本不会说话，在一岁到两岁之间，也只会说简单的几个字。这就决定了婴儿在表达自身需求的时候，只能运用特殊的语言表达方式——用哭来诉说自己的需求和各种情绪。遗憾的是，很多新手父母常常因为婴儿的哭泣感到心烦，而丝毫没有意识到婴儿的哭泣背后隐藏着不同的需求。

当婴儿哭个不停时，他们会抱着婴儿四处走来走去，唱歌给婴儿听，或者索性因为不耐烦批评婴儿。当这些方法都不起作用之后，他们便黔驴技穷，暗自懊悔为何要生孩子，给自己找麻烦。有的新手父母因为应付不了婴儿的哭泣，还匆忙把婴儿带去医院让医生检查和诊治，但其实，婴儿根本就没有生病！

前文说过，婴儿的哭声表达了自身丰富多样的需求，那么如果父母经过检查，发现婴儿既不饿也不渴，既没尿也没拉臭臭，而且就算把婴儿抱起来，婴儿也依然继续哭泣呢？这种情况下，就要观察婴儿的体征，测量婴儿的体温，如果确定婴儿也没有身体不舒服，那么基本可以确定婴儿是在进行哭泣运动。新手父母必须知道的是，婴儿就算在很高兴的状态下，也有可能哭泣。原来，他是用哭泣来证明自己的身体很棒。

在医学上，把婴儿这种毫无缘由的啼哭，称为生理性啼哭。其实，婴儿只是在用啼哭来帮助自己运动，锻炼身体强壮而已。大多数婴儿在哭泣

的时候都会紧紧地闭上眼睛、张大嘴巴，然后两只胳膊不停地扑腾，两条小腿也蹬来踢去，就像一只小乌龟四脚朝天，恨不得要马上把自己翻过来一样急迫和紧张。这当然会耗费婴儿很多的体力，不但能够帮助婴儿增大肺活量，而且也能促进婴儿的血液循环，让婴儿身体更健康。此外，婴儿正处于神经系统迅速发育的阶段，适当的运动也有利于他们形成条件发射，还能促进婴儿的食欲呢！正如人们常说的，生命在于运动，婴儿也需要保持运动的状态，才能身体倍棒，吃嘛嘛香。

小芒果已经满百天了，曾经整日躺着吃手指的他，现在变得特别爱哭。妈妈很纳闷，因为小芒果似乎很喜欢哭。有的时候，妈妈听到小芒果的哭声不急不躁，就像唱歌一样呢！在进行四个月的体检时，妈妈把小芒果一反常态的哭泣告诉了医生，医生笑着说：“如果他没有任何异常的表现，吃喝拉撒睡都很正常，你何不把哭泣当成是他正在进行健身运动呢？”

妈妈仔细想了想，说：“好像的确一切都很正常，除了时不时哭泣之外。哭声也不急，如哭如诉，就像在唱歌，也像是在说话。”

医生说：“哭是孩子的语言，也是孩子的健身方式。等到再过一段时间，他会翻身了，会坐了，会爬了，自然就没有时间哭着玩了！”

新生儿降生时，妇产科医生总是会认真聆听孩子的哭声，当有个别的新生儿不哭时，医生还会拍拍新生儿的屁股，让他们哭起来。只有听到新生儿嘹亮的哭声，医生绷紧的神经才会放松下来，因为他们知道越是哭声嘹亮的孩子，越是健康。当新妈妈听到新生儿的哭声，甚至会喜不自禁地掉眼泪，这一切都告诉她们，新生儿有多么强壮和健康。当然，在婴儿时期，婴儿也会用哭声来表达自己的各种需求，甚至以哭声宣告自己的存在，以此博得父母和其他亲人的注意。对于婴儿而言，哭泣也是一种很好

的运动方式，能够增强他们的肺活量，让他们茁壮成长。

当然，也因为婴儿不会说话，所以婴儿哭声代表的含义就更多，父母更是要重视婴儿的哭声，不要忽略婴儿的需求或者身体的异常状态。那么，到底怎样才能确定婴儿只是在以哭泣做运动呢？

如果婴儿的哭声很嘹亮，而且富有节奏感，不会出现紧迫的情况，且哭声持续的时间比较短，那么基本可以判断婴儿是生理性啼哭；有的婴儿在哭泣的时候没有眼泪，不管是吃饭还是睡觉都表现正常，而且也时常玩耍，这样也可以判断婴儿是生理性啼哭。

总而言之，父母要多多观察婴儿，全方位对婴儿展开监控，这样才能对婴儿的哭泣做出准确的判断。

如今，很多育儿专家不建议父母只要发现婴儿哭泣，就把婴儿马上抱起来。长此以往，婴儿就会养成不愿意躺在床上的坏习惯，而只想让父母抱着。所以在确定婴儿是生理性哭泣之后，父母可以远远地观察婴儿，让婴儿哭一段时间，也可以监护婴儿，避免出现其他的情况。当然，凡事过犹不及，哭泣对于婴儿来说也要适度。虽然生理性啼哭是婴儿在做运动，但是婴儿如果哭的时间太长，对身体也是不利的。这个时候，父母可以走上前去，轻轻地抚摸婴儿，看着婴儿的眼睛，然后用婴儿喜欢的方式逗弄他，这样就能帮助婴儿停止哭泣，让其变得心情愉悦起来。

不得不强调的是，婴儿还很小，身体各方面都比较脆弱，必须确定婴儿是生理性啼哭时，父母才能远远地监护婴儿，从而让婴儿进行有益身心的运动。如果不能确定婴儿是生理性啼哭，父母就要及时检查婴儿的情况，有的放矢地满足婴儿的需求，从而安抚婴儿的情绪。