



育儿要懂 心理学

给你一把钥匙，打开孩子的心灵

全面发现孩子的心理世界，破译孩子的心灵密码，
妙趣横生的心理学堂，最权威、最有效的儿童心理通俗读本。

李雁波 / 主编

吉林科学技术出版社

A decorative floral pattern consisting of numerous small, stylized sunburst or daisy-like flowers arranged in a circular, wreath-like fashion around the main title text.

育儿要懂 心理学

李雁波/主编

图书在版编目 (CIP) 数据

育儿要懂心理学/李雁波主编. —长春: 吉林科学技术出版社, 2010. 5

ISBN 978 - 7 - 5384 - 4660 - 9

I. ①育… II. ①李… III. ①婴幼儿心理学②婴幼儿—家庭教育 IV. ①B844. 11②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 046660 号

育儿要懂心理学

李雁波 主编

责任编辑: 张 卓

选题策划: 李国华

封面设计: 柏拉图

*

吉林科学技术出版社出版、发行

北京华戈印务有限公司印刷

*

710 × 1000 毫米 1/16 开本 15.25 印张 230 千字

2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5384 - 4660 - 9

版权所有 翻印必究

定 价: 26.80 元

如有印装质量问题, 可寄本社退换

社 址: 长春市人民大街 4646 号 邮 编: 130021

发行部电话: 0431 - 85635177 85651759 85621628

85677817 85600611 85670016

网 址: www.jlstp.net



前言



教育，从宝宝出生的一刻开始

美国著名的心理学鼻祖威廉·詹姆斯曾经把婴儿时期比喻成一个“繁花似锦、匆忙而迷乱的时期”。确实是这样，过去，人们不是非常了解婴幼儿究竟有怎样的能力。在很多人心目中，新生儿和幼儿几乎是无知和幼稚的代名词，人们通常觉得对新生儿和幼儿来说，他们的主要任务是长身体，在他们会说话和走路以后，才谈得上对他们进行教育。这种观点在西方一直持续到 20 世纪 60 年代。在这以前，也有许多哲学家和教育学家提到过对幼儿的早期教育，可是因为科学技术的限制，人们并不知道婴幼儿究竟有多大的心理能力。

从 20 世纪 60 年代以后，因为心理学技术的发展，心理学家发现了许多关于婴幼儿心理能力的事实，一些心理学家在发表他们的发现时甚至惊叹道：“新生儿的能力简直让人惊讶，我们过去太低估新生儿和婴幼儿了。”从 20 世纪 70、80 年代以后，更多的心理学家投入到对婴幼儿的研究中，心理学家随之积累的资料也越来越多。在 20 世纪 90 年代初，这种情况受到了联合国儿童基金会的关注，在咨询了一些权威专家的意见以后，联合国儿童基金会组织了世界上几十位著名心理学家编写了一本叫做《心理发展知识》的书，用通俗易懂的语言，把心理学家们的惊人发现告诉世



界上所有做父母的人们。

据北京师范大学发展心理研究所教授陈会昌阐述，自 1987 年起，他所参加的十余次国际心理学学术会议中，一些西方国家对婴幼儿的研究之盛非常让人惊讶。每次参加这种的会议，关于婴幼儿的研究都会有几十甚至是上百项，而相同的研究在国内可能从来没听说过。直至 1996 年我国最权威的全国儿童心理学学术会议也没有一篇和婴幼儿心理发展相关的研究报告发表。

事实上，在 20 世纪 80 年代中期，中国也曾掀起过一次早期教育的热潮，当时还有很多专家和教授办起了早期教育函授学校，以向初为父母者宣传婴幼儿早期心理发展和教育方面的知识为主。可是这类宣传和教育其实是良莠并存的，所谓“良”者，是以负责任的态度面对初为父母者，真正向他们宣传婴幼儿心理和教育的科学知识；而“莠”者往往把话说得过头，夸大其词，比如“保证早期成材”、“可以提高婴儿的智商多少分”之类的，这些话是完全不负责任的。后来还有过一段时间的胎教热潮，情况大致上也是这样。

事实上，中国真正的儿童心理学家却极少有热心投身于这些热潮中的，因为心理学家心中清楚，自己还都没开始研究，怎么去帮助这些父母呢？现在的情况有了很大的改善，不过到目前为止，中国自己关于婴幼儿的心理发展研究还是一个弱项，比起西方国家要落后至少二、三十年。当然，近年来，中国自然科学基金会也逐渐开始资助儿童早期发展的一些研究项目。

现在市面上也有不少关于育婴的书籍，其绝大多数文章是关于婴幼儿身体发育和营养、健康、疾病方面的，而对婴幼儿心理进行解读的书籍还是少数。鉴于这种情况，新生儿的父母有必要了解一下当前国际上一些关于新生儿和婴幼儿研究的情况。这绝不仅仅是因为在这个信息爆炸的年代有很多新的研究资料问世，更重要的是新生儿的父母应该了解宝宝从出生





到2岁这个阶段对他们的心理发展来说有多么重要，也许这将是宝宝一生中最重要阶段，可是因为传统观念，也因为处于这个阶段的宝宝根本不会说话或是刚学会说话，加上刚刚为人父母者还太年轻，没有做父母的责任感和心理准备，以至于大多数新父母们忽视了这个阶段对宝宝的教育。不能不说这是一件非常遗憾的事。

作为一个21世纪的父母，可能已经具备相当的文化水平和阅历，但是教育孩子却并不是仅有这些就足够的，要培养出一个优秀的孩子，就要从他们刚出生那一刻开始。要教育宝宝，首先要了解宝宝，了解宝宝的心理发展特点。这是做好父母的前提。

《育儿要懂心理学》一书将向新父母们介绍婴幼儿有怎样令人惊异的能力，他们是如何适应社会，适应生活，他们又是怎样表达情绪，他们的行为中究竟有哪些潜台词等方面的内容，本书立足于宝宝身心发展的实际状况，根据科学的多元智能开发理论，并结合婴幼儿自身的特点，深入浅出地为父母们提供一些行之有效的教育宝宝的方法，相信它一定能对您了解宝宝有所帮助。





第一章 父母，影响宝宝的一生



父母的语气影响宝宝的一生	(2)
父母可以“选择”宝宝的气质	(5)
社交能力要从幼儿时期培养	(6)
父母的态度对宝宝性格的影响	(9)
细节对宝宝心理影响重大	(11)
母乳喂养，让宝宝饱尝母爱	(12)
父亲——宝宝心智健康的守护神	(14)

第二章 从小开始，给宝宝做心理建设



夸奖——合理“营养”宝宝的自信心	(18)
负面刺激——成长的良药	(21)
自尊心——健康个性的火种	(24)
羞耻心——宝宝自律的拐杖	(26)
礼貌——让宝宝学会与人相处	(30)
幸福感——保证生活的品质	(32)
爱心——让宝宝有爱人的能力	(36)

第三章 撬开小嘴巴的秘密



- “让我来吧!”——自信心的表现 (40)
- “妈妈,亲我一下”——依赖性增强 (44)
- “我生气了!”——自我意识的觉醒 (48)
- “我就不!”——情感丰富的开始 (52)
- “这是我的!”——孔融让梨非宝宝的本质 (56)
- “我没有说谎。”——宝宝谎言背后的真相 (60)
- “为什么……?”——宝宝的好奇心与求知欲 (63)
- “我自己能做好!”——独立自主意识的发展 (68)
- “不和你玩了”——理解宝宝的情感发泄 (72)
- “我不管,我就要!”——任性是宝宝的一种心理需求 (76)

第四章 解读幼儿的“怪癖”



- “怪癖”一:8个月以内的宝宝常常大哭不止 (80)
- “怪癖”二:吮吸大拇指——满足口欲 (83)
- “怪癖”三:喜欢玩捉迷藏 (84)
- “怪癖”四:睡觉时吮吸毛巾——父母“帮”宝宝养成的坏习惯
..... (86)
- “怪癖”五:有梦游和夜惊习惯的宝宝 (88)
- “怪癖”六:挑食——分辨能力的觉醒 (90)
- “怪癖”七:人来疯 (92)
- “怪癖”八:喜欢抠鼻子 (95)
- “怪癖”九:一刻都不肯安静 (98)
- “怪癖”十:宝宝为什么喜欢摸性器官 (102)
- “怪癖”十一:自言自语 (104)
- “怪癖”十二:反复看同一本书,听同一个故事 (106)
- “怪癖”十三:喜欢学成人说话——超强的模仿力 (109)
- “怪癖”十四:每天都不好好吃饭 (111)



“怪癖”十五：事事关心——好奇心萌芽了	(114)
“怪癖”十六：以破坏为乐的调皮大王	(116)
“怪癖”十七：喜欢用恶作剧的方式整人	(117)
“怪癖”十八：宝宝怎么也不肯端坐着看书	(119)

第五章 对症下药，给他特等爱

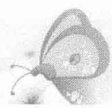


症状一：怕家里来人，也怕串门	(122)
症状二：讲故事只给自己听	(123)
症状三：金口难开	(124)
症状四：躲避别人的目光	(126)
症状五：迈出的“脚”又缩回来了	(127)
症状六：不合群	(128)
症状七：异食癖	(132)
症状八：小小男孩的“阉割忧虑”	(134)
症状九：占有欲极强	(137)
症状十：爱咬人的两岁宝贝	(141)
症状十一：爱“闹早”	(144)
症状十二：恋物症	(146)
症状十三：爱攻击他人	(149)
症状十四：不听话	(150)
症状十五：大声尖叫	(152)
症状十六：突然不叫人	(155)
症状十七：孤独症	(157)
症状十八：总是感到恐惧	(158)
症状十九：多动，闲不住	(161)
症状二十：怕人	(163)

第六章 它们！是幼儿最好的伙伴



水——打开求知欲的阀门	(166)
-------------------	-------



电视节目——孩子的启蒙教师	(168)
玩具——能够矫治心理问题	(171)
蜡笔——五彩人生的起点	(174)
童谣——战胜恐惧的力量源	(175)
童话故事——让孩子明辨是非	(178)
劳动——防止幼儿心理偏异	(181)

第七章 父母：我们做错了什么



冷漠，让幼儿“父爱饥渴”	(188)
“皮肤饥饿”——影响幼儿的心智发育	(191)
爱情片——催发幼儿性早熟	(194)
打屁股害处多，影响幼儿的性健康	(196)
恐吓——让幼儿失去判断力	(198)
高度保护——让幼儿产生恋母情结	(201)
3岁前入托，漠视幼儿的恐惧感	(203)
妈妈“紧张”，宝宝无法轻松	(205)
夫妻不和——幼儿心理健康的毒药	(208)

第八章 心理测试吧！



你的孩子是内向还是外向	(212)
你家宝宝属于哪种气质类型	(214)
宝宝的依恋类型	(218)
从玩具看宝宝的性格	(221)
测试宝宝的心理健康程度	(222)
依色彩看宝宝的个性	(224)
测试宝宝的耐心指数	(227)
玩个心理测试，看看你孩子在想什么	(228)
父母：你对孩子了解多少？	(230)

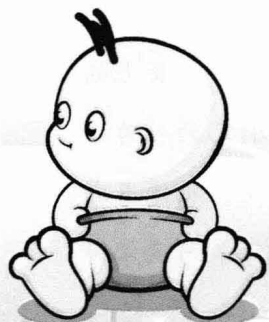


第一章

父母，影响宝宝的一生

成功的家庭教育和父母与宝宝的沟通息息相关，美国心理学家经研究表明，宝宝的性格在6岁以前就决定了，换言之，父母在幼儿期对宝宝的教育方式将对宝宝性格的形成产生决定性的影响，而性格是可以决定人一生的，推理一下轻易就可以得出——父母是可以影响宝宝一生的。

为了做合格的好父母，我们应该知道一些培养宝宝良好性格和习惯的知识，不让自己对宝宝产生负面影响。





父母的语气影响宝宝的一生

父母在宝宝还小的时候和他们说话的语气，会对宝宝的气质、修养、智商、情商产生非常深刻的影响，所以在宝宝还小的时候，父母应该尽量采用积极的语气和宝宝说话。

1. 用尊重的语气和宝宝说话

大概在2~3岁的时候，宝宝的自我意识就开始萌芽，随着宝宝年龄的增长，他们的自我意识会越来越强烈。宝宝有一些自己的主见了，这也说明宝宝知道自己的能力了。这时他们也许会提出不同的要求和看法，这时，父母不应该觉得他不听你们的话，想和你们对着干，不要用粗暴的方式打压宝宝的积极性，而应该用尊重的语气与他们交流。

星星爸爸想让星星学习幼儿英语，可是星星却不想学，他总是趁爸爸不注意就溜出去和小伙伴玩。有一次，星星爸爸冲星星发脾气了：“你这孩子，真是越大越不听话，就是不想好好学习，我看你以后怎么办！”结果这顿教训并没有起到作用，只是让星星更加讨厌英语了，一去上英语课就又哭又闹的。后来星星爸爸找专家咨询一番，知道自己的行为 and 语气对宝宝的影响，回家看到星星正在玩，就蹲在星星身边，把他当成大人一样，用尊重的语气对他说：“你再玩一会儿，玩过之后，可要记得



看英语书。”星星很好奇爸爸的改变，但他很快就接受了爸爸的建议，过了一会儿，就自动去看英语书了。星星的爸爸想：原来改变宝宝的想法很简单。



2. 用商量的语气和宝宝说话

宝宝自尊心是很强的。想让宝宝去做一件事情，应该用商量的语气而不是命令他们怎么做。这样的口气会让宝宝明白，他和成人是平等的，父母是尊重他的。当宝宝把玩具丢在地上，而你想让他收拾整理一下时，可以对他说：“乱丢玩具是很不好的习惯，你可以和爸爸一起把玩具收拾起来吗？”一定不要用命令的语气：“你是怎么搞的，总乱丢玩具，快点把它收拾好！”听了前一种说法，宝宝往往会认真地照做，而后一种责备的口气则会让宝宝心生反感，即使按父母的要求去做，也是不高兴的。



3. 用信任的语气和宝宝说话

宝宝特别希望得到成人尤其是父母的肯定，所以对宝宝说话时要体现出充分的信任。比如宝宝想学习踢足球，作为父母应该用信任的口气对宝宝说：“只要你肯认真学，努力一点就一定能学会。”父母的话在无形中给了宝宝一份自信，而且也让他明白了，只有努力才能成功的道理。如果父母用讽刺的语气对宝宝说：“就你这样三分钟热度的性格还想学踢足球？”则会给宝宝的自尊心带来伤害，让他产生不自信的感觉。



4. 用鼓励的语气和宝宝说话

宝宝没一点过错是不可能的。当宝宝做错事情时，父母不该一味地批评和责备他们，而应帮助他们在错误中积累经验，总结教训，并鼓励他们再次挑战那件事。



2岁的贝儿第一次帮妈妈拿杯子时，不小心把杯子掉在地上摔碎了，换成一般的妈妈，也许会责备宝宝：“看你，连个杯子都拿不稳……”，可是作为幼儿园教师的妈妈却没有这么做，她明白，这样说会打击宝宝尝试新事物的勇气和信心，于是，妈妈停下手里的活，用鼓励的语气对贝儿说：“贝儿不小心摔碎了杯子，不过没关系，以后可以先用手试试杯子烫不烫再去拿。”

贝儿妈妈这样的做法，既教会宝宝避免失败的方法，又给了宝宝再次尝试的信心。



5. 用赞赏的语气和宝宝说话

每个宝宝都有优点，也都有表现欲望，父母在发现宝宝的优点时应该加以赞赏，这会让宝宝更乐于表达自己。当宝宝认真地画完一幅画时，也许他的画在成人眼中糟糕得不得了，可是宝宝的认真和热情其实就是他最大的优点。当宝宝把画拿给你看时，一定不要轻描淡写地应付他：“你需要好好练习。”敷衍会让宝宝失去信心和热情。而赞赏和肯定宝宝的作品则会让他对这件事的兴趣更大，你可以说：“想不到你画得这么好，如果你继续努力，一定会画得更好。”



父母可以“选择”宝宝的气质

月月才几个月大，就是一位出了名的“笑星”了，她是个非常爱笑的宝宝，看谁都笑。每次带月月出门散步的时候，一和其他宝宝的妈妈们遇到，月月妈妈常听的话是：“你家女儿真好，见人就笑，不像我家宝宝见人就哭。”虽然是在夸自己的闺女，可是月月的妈妈实在不愿意看到其他宝宝的妈妈贬损她们自己的宝宝。因为月月妈妈明白，对方的潜在意思是：“你家女儿气质好，我家宝宝的气质不好。”月月妈妈每次都想告诉对方，宝宝的气质是父母的态度决定的。

事实上也确实如此，宝宝的气质本没有好坏之分，可是如果父母从心中就不接受宝宝的独特气质，甚至拿自己的宝宝与其他宝宝盲目攀比，常常会让宝宝变得开始照着父母的负面“期待”走去。从一定意义上说，宝宝是在与环境的互动中形成和发展自己的气质的。假如父母希望宝宝发展成更积极的气质类型，可以有意识地鼓励宝宝朝这个方向努力。

那么，宝宝都有哪些气质呢？宝宝的气质类型主要分为迟缓型、困难型、容易型3种。

迟缓型宝宝：这类宝宝常常对陌生人、新事物、洗澡等有消极反应。有些这种类型的宝宝如果在父母认为非常重要的方面依然反应迟钝的话，父母往往很难有耐心教导他们，反而会以“懦弱无能”来定位宝宝，甚



至可能会采取强迫手段。殊不知这种强迫却只能加重宝宝的逃避心理，于是最终出现一种恶性循环，亲子关系紧张，宝宝心理和智力如父母“期待”的一样出现各种问题。

困难型宝宝：这类宝宝护理起来较为困难，他们情绪比较消极，生活也没什么规律，并且很难对父母或环境感到满意，所以常常让父母感到束手无策，有时甚至对宝宝产生厌恶感。然而这些只会使宝宝变得更不耐烦，甚至对父母产生敌意，一旦这种消极的循环圈出现，这些宝宝护理起来也就更加困难了，所以父母应对这类宝宝更为耐心。

容易型宝宝：这类宝宝生活有规律且容易接受新事物，所以护理起来比较容易，父母也更愿意对这类宝宝提供更多的关怀，父母对待宝宝的态度积极，会让宝宝表现得更好，亲子间良好的互动增进父母和宝宝之间的感情。

其实就像宝宝没办法选择父母一样，父母也没办法选择宝宝，所以无论宝宝原本属于哪种气质类型，父母都应该真心地接受他们。也许正是在接受的过程中，父母才可能改变宝宝原本的气质。



社交能力要从幼儿时期培养

社会交往能力是人的一生当中很重要的内容之一，可是根据心理学家的研究，很多成年人之所以不善于与人交往，可以追溯到他的童年时



代。也就是说，假如宝宝不善交往的问题在儿时得不到很好的解决，那么他日后的性格也很可能不合群、不爱和他人交往，而这将妨碍他日后的事业。现在很多父母明白幼儿时期培养宝宝社交能力的重要性，可是很多家长却因宝宝不善于和伙伴交往而伤脑筋，那么，父母在日常的家庭教育中，如何培养宝宝善于交往的能力呢？

1. 父母要积极给宝宝提供锻炼社交能力的机会

父母应适时地给宝宝创造一个和他人平等、友好相处的环境，这可以让宝宝交际能力得到锻炼。

明明的妈妈到了明明可以进幼儿园的时候，就把明明“赶”到幼儿园。其实明明妈妈也有些舍不得，可是想到明明需要同伴，需要学习如何与他人相处，最后还是狠下心来。过了一段日子，本来在生人面前表现非常羞涩的明明显得就不那么怕见生人了，有时还会在妈妈的朋友面前表演一些小节目。

幼儿园的确是培养宝宝交往能力的一个好地方，因为生活在幼儿园里的宝宝有很多同伴，他们在幼儿园才能真正体会到与人交往、合作的乐趣，而且也更容易懂得只有与他人友好地相处，才会得到他人帮助的道理。在幼儿园中，老师会因势利导地对宝宝进行教育，使每个宝宝都能融入到集体中，享受合作的乐趣。而把宝宝交给老人或雇保姆单独看管并不是好办法，因为宝宝长期生活在自我的小天地中，极易形成孤僻、自私的性格。

2. 父母应耐心引导，让宝宝产生谦让意识

父母要经常给宝宝讲一些关于“合作和谦让”的道理，不要事事以宝宝的意志为转移，以免宝宝形成以自我为中心的思想。比如可以让宝

