

每天读一点就管用的学龄前儿童心理书

孩子的 心理学



〔韩〕赵慧修◎著 李英兰◎译



.....

注意力不集中、不去幼儿园、任性、不吃饭、总打架……

为什么会这样？怎么办才好？透彻分析鲜活的育儿事例，
为不会表达的孩子说出心里话，为家长提供生动而有效的解决方案

 北京科学技术出版社

每天读一点就管用的学龄前儿童心理书

孩子的 心理学



〔韩〕赵慧修◎著 李英兰◎译



 北京科学技术出版社

아이의 심리학 孩子的心理学

Copyright © 2006, Cho, Hye-su (赵慧修)

Simplified Chinese characters translation rights arranged with Book21 Publishing Group
through Imprima Korea Agency and Qiantaiyang Cultural Development (Beijing) Co., Ltd.
ALL RIGHTS RESERVED.

著作权合同登记号 图字: 01-2010-0753

图书在版编目(CIP)数据

孩子的心理学/[韩]赵慧修著;李英兰译.

—北京:北京科学技术出版社,2010.9

ISBN 978-7-5304-4728-4

I. ①孩… II. ①赵…②李… 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083332号

孩子的心理学

作 者:[韩]赵慧修

译 者:李英兰

责任编辑:朱琳

责任印制:杨亮

封面设计:沈学成

图文制作:魏月玲

出 版 人:张敬德

出版发行:北京科学技术出版社

社 址:北京西直门南大街16号

邮政编码:100035

电话传真:0086-10-66161951(总编室)

0086-10-66113227(发行部) 0086-10-66161952(发行部传真)

电子信箱:bjkjpress@163.com

网 址:www.bkjpress.com

经 销:新华书店

印 刷:三河市国新印装有限公司

开 本:880mm×1230mm 1/32

字 数:110千

印 张:5.5

版 次:2010年9月第1版

印 次:2010年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5304-4728-4/G·1043

定 价:25.00元



京科版图书,版权所有,侵权必究。

京科版图书,印装差错,负责退换。

孩子的心理学



前言

小时候经历的事其实很重要，它往往会决定一个人的人生走向。我们不仅要从表面思考那些小时候经历过的事情，还要思考它会在孩子心中搭建起怎样的“心灵架构”。

什么是“心灵架构”？说起来其实很简单，“心灵架构”就是我们在经历某些事情时，随之产生的无数思考和情感。事情过去后，我们往往会把自己放在这种架构中进行判断和评价。“我是个不错的人”，这种评价能增强自信心；“我做的事情为什么都这样糟”，这种判断会让人心生颓废。

由此可见，“心灵架构”会对人生产生多么大的影响。

如果家长理解孩子，能帮助他们搭建起正确的“心灵架构”，那么孩子的心里就会产生很多正面的东西，比如：

“我是个好孩子，爸爸妈妈都很爱我。”

“我的想法没有错，我的感觉是正确的。”

“其他人也会像爸爸妈妈一样喜欢我、信任我的。”

“我是宝贵的财富，我能得到大家的关爱。”

这种架构可以让孩子自信，并对他人产生信赖感，从而愉快地和朋友相处，在学习中努力上进，并充满幸福感地生活。

相反，如果家长不理解孩子，不能帮助他们搭建起积极、正确的“心灵架构”，那么孩子的心里就会产生很多负面的东西，比如：

“我是个没用的人，连妈妈也不关心我。”

“我可能真的是最笨的孩子，爸爸妈妈总是说我错了。”

“我这么讨厌，没有人会喜欢我的。”

这种架构会让孩子觉得自己无足轻重，做的事情都是无功，永远也不会有好的结果。这样成长起来的孩子会变得非常胆小和自卑，无法很好地融入社会。

想让孩子有积极的人生，最重要的是家长要理解并认同孩子。但是，理解孩子并不是那么容易的。在咨询工作中，很多家长都向我诉说，很难理解孩子的行为和心情。

“孩子为什么会这样做？”

“真是不能理解孩子的想法。”

“作为家长，我真是不明白怎么做才是对孩子好。”

还有，有的家长想把孩子引向自己认为正确的方向，但孩子就是不听话，这种情况也很多。

听了家长们的抱怨，我能明白每位家长对孩子的关爱都是无限的，但又都不太清楚究竟该怎么和孩子进行有效沟通。

的确，正确理解孩子的心情，进行有效沟通是一件非常不容易的事。有时我们连自己的内心想法都捉摸不透，更何况是去揣摩孩子的想法了。

但是，家长不能因为这件事难做就不去做，尤其是孩子3岁到6岁时，和他们进行有效沟通是非常必要的一件事。这个年龄段的孩子学习能力非常强，而且会出现多种生理发育现象。家长的每句话、每个行为都会对孩子产生重大的影响，需要家

长积极努力，为孩子营造一个良好的成长环境。

正是为了帮助家长能更好地与孩子进行沟通，我们撰写了这本书。

本书内容主要围绕3岁到6岁孩子常出现的问题，为家长提供相应的解决办法和忠告。

书中每篇文章的结构是这样的：首先，用日常生活中的事例展现教育孩子中出现问题；然后给出孩子在这种情况下特有的想法和做法；接着从年龄特征和心理特征入手，分析孩子为什么会这样想、这样做；最后总结以上内容，给出有效的对策，作为家长的行动指南。在这里需要特别说明的是：书中出现的事例并不是编造出来的，而是从我们生活中选取出来的真实例子。

希望这本书能为更多的家长提供一些行之有效的贴心帮助，成为家长手中一本最有创意的育儿宝典！

目 录



第一章 天生的其实是最好的1

沉迷于电视，听不到妈妈的话

——注意力不足的孩子 2

不会和小朋友相处

——胆小、社会性差的孩子 8

像得了关节炎的乌龟

——拖拖拉拉的孩子 14

不爱读书只想玩

——和家长性格大不同的孩子 20

第二章 我们在这个年龄时也是这样25

我就是要自己做

——无比固执的孩子 26

喜欢给好朋友看自己的身体

——对性知识感到好奇的孩子 32

什么东西都会弄丢

——丢三落四的孩子 40

那是我的东西，你走开

——不懂得谦让和行为粗鲁的孩子..... 46

第三章 请关心一下我吧.....53

陪我玩儿一会儿，好吗

——想得到关心的孩子..... 54

不高兴就打人

——攻击性强的孩子..... 60

没有那床被子我睡不着

——对物品过分依赖的孩子..... 66

第四章 家长难道没有责任吗.....73

不能控制小便

——生活能力退步的孩子..... 74

我不想去幼儿园

——不愿意和妈妈分开的孩子..... 80

只会破坏，不会收拾

——没有好习惯的孩子..... 86

不折不扣的哭闹大王

——不会控制自己欲望的孩子..... 92

吃还是不吃

——不愿意吃饭的孩子 100

没意思，真没意思

——总是不高兴的孩子 106

第五章 同样的行为在不同年龄的意义不同 113

总是说谎

——不会区分想象和现实的孩子..... 114

习惯性地拿走别人的东西

——喜欢“偷东西”的孩子..... 120

总是欺负哥哥

——喜欢折磨别人的孩子 126

不知道和谁学的骂人

——喜欢说脏话的孩子 130

难道是性早熟

——自慰的孩子 136

每天晚上都睡不好觉

——睡眠质量不佳的孩子 142

第六章 我的孩子需要看医生吗 149

注意力缺陷多动障碍 150

对立违抗障碍 153

排泄障碍 155

分离焦虑症 157

选择性缄默症 160

睡眠障碍 162



第一章

天生的其实是最好的

一天，盐对魔法师哭诉道：

“咸味惹人讨厌，让我变甜吧，就像糖那样。”

于是，魔法师去掉了盐的咸味，赋予了它甜味。

可是盐失去了咸味后，人们怨声四起：

“我们不能腌菜了。盐啊，你快回来吧！”

“谁会吃只有甜味的辣椒酱？我们的辣椒酱厂就要关门了！”

听了这些话，盐终于明白了自己的重要性，所以再次找到魔法师，

请求他恢复自己原来的味道。

从上面的故事中我们会懂得，

按着天生的性格生活才是最合适、最舒服的。

所以，不要因为讨厌孩子的性格特点而责骂他。

看清孩子天生的性格，强化其优点，弱化其缺点，

帮助他成为个性鲜明、魅力十足的孩子吧！



沉迷于电视，听不到妈妈的话

...

注意力不足的孩子



6岁的载熙一回家就又跑到电视机前了，不知道是不是刚在沙地里玩过的缘故，他的衣服上、鞋子里全都是沙子。

看到这些，载熙的妈妈一边走向厨房，一边大声喊道：“怎么这么晚才回来啊？快去换好衣服，然后洗手。回你房间里看会儿书吧，快点儿！”

但载熙只是坐在电视机前，头也不抬地应了一声，就继续看电视了。

这时，忙着准备晚饭的妈妈再一次大声催促：“还看电视！快脱了脏衣服，把手和脸洗一洗！”

载熙依然坐在电视机前一动不动。妈妈真的生气了，因为载熙这样已经不是一次两次了，每天晚饭时间都要让她这么费劲地催……于是，她从厨房跑到载熙身边，开始打他的屁股。

“你没听到妈妈的话，叫你去换衣服、洗脸、看书？没听到？说了多少次也不动，还看电视！不听妈妈的话了……知道错了没有？”

载熙伤心地大哭起来。看到这个场景，妈妈也很伤心。孩子毕竟才6岁，还小呢！妈妈非常困惑：“好好跟他说话不管用，打骂也没有明显的效果，我真的不知道该怎么办了。其他孩子也这样吗？”



载熙的想法……

“妈妈！我没听清你的话。因为动画片太有意思了，我顾不上听妈妈的话。”

“妈妈说大人跟我说话的时候不回答就是没礼貌，所以我就回答了。这样也错了吗？”

“妈妈，现在我想看这个动画片，过了这个时间就结束了。”

“妈妈一次让我做太多的事情。不要看电视、换衣服、洗脸、看书……要做的事情太多，我都不知道从哪件开始做起了。”



为什么会这样

只会投入到眼前有趣的事情中

这个时期的孩子只要沉迷于一件事情就顾不得其他事了，所以很难做到一边看有趣的动画片一边听清家长的话。

不想做而敷衍地回答

孩子并没有想做的愿望，所以家长说什么都会敷衍地回答。比起放弃好看的动画片，逃避家长命令的想法会更强烈。

对自己该做的事情缺乏责任感

这一时期的孩子对事情缺乏责任感，生活的重心偏向于想做的事情而不是该做的事情。所以，他们有可能认为家长的命令是错误的。

不会反省自己的行为

和载熙同龄的孩子不能清晰地记住家长说过的话，所以被打骂的时候也不知道原因，而会认为是没理由地被打骂。对挨打的反感大于自我反省，所以更不愿意听从家长的命令，对立的态度变得更加强烈。

注意力不集中

孩子能集中注意力的分钟数是其年龄的5倍左右，即：如果孩子4岁，其注意力能集中20分钟；如果是2岁，则只能集中10分钟左右。这个时限对于男孩、女孩还会有所差别，同时根据场所、环境的不同而变化。孩子在做喜欢的游戏或看漫画时有可能1个小时甚至2个小时都一动不动，但看课本的时候不到5分钟就会打瞌睡。

如果感觉孩子确实存在严重的注意力不集中问题时，应及时咨询医生。

哪些情况需要咨询医生

如果孩子的行为符合以下几项，请参看本书“注意力缺陷多动障碍”的内容（第150页），有必要的話就需要咨询一下医生了。

1. 很容易忘记自己的物品。
2. 不能安静地待一会儿，总是不停地活动。
3. 容易碰青、划伤、摔倒等，不能保护自己的身体。
4. 经常插嘴，容易着急。
5. 玩耍的时候突然跑去吃饭，看书的时候又跑去玩，不能在一件事上专注。
6. 无法完整地看完一本书。