



幼儿黄金家教

张国华 范林/主编



心理健康

XINLI JIANKANG QIANJINFANG

千金方

湖北教育出版社





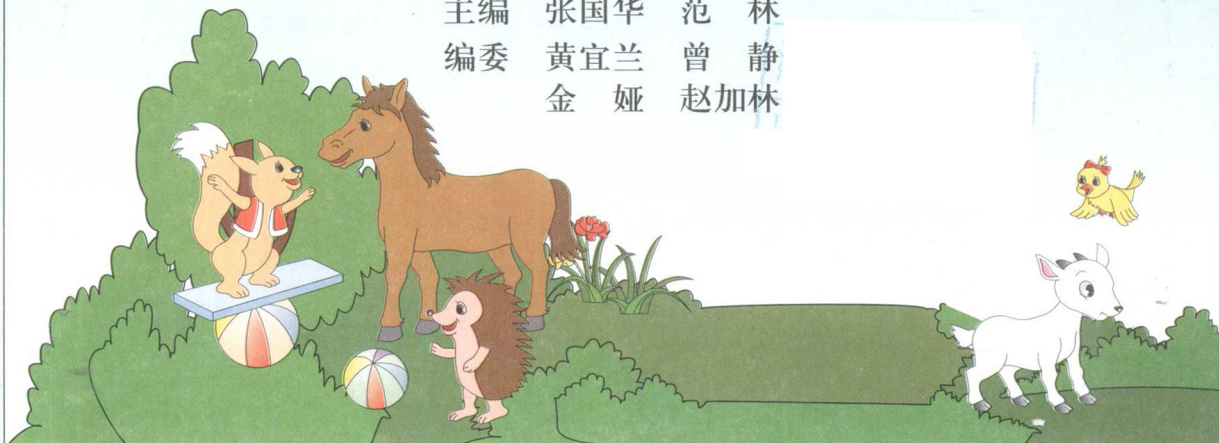
幼儿黄金家教

(图文本)

XINLI JIANKANG QIANJINFANG

心理健康千金方

主编 张国华 范 林
编委 黄宜兰 曾 静
金 娅 赵加林



湖北教育出版社

(鄂)新登字 02 号

图书在版编目(CIP)数据

心理健康千金方/张国华等主编. —武汉:湖北教育出版社,2002
(幼儿黄金家教)

ISBN 7-5351-3418-1

I.心… II.张… III.学前儿童-儿童心理学 IV.B844.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 106620 号

出版 发行:湖北教育出版社
网址: <http://www.hbedup.com>

武汉市青年路 277 号
邮编:430015 传真:027-83619605
邮购电话:027-83669149

经 销:新 华 书 店
印 刷:湖北恒吉印务有限公司
开 本:787mm×1092mm 1/24
版 次:2003 年 2 月第 1 版

(430077·武昌岳家嘴特 1 号)
4.834 印张
2003 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 7-5351-3418-1/B·38

定价:15.00 元

如印刷、装订影响阅读,承印厂为你调换

前言

心理健康千金方

也许您的孩子很会唱歌，却从来不愿在众人面前开口；也许您的孩子长得健康壮实，却十分胆小；也许您是个很大方的人，而孩子却小气得让您尴尬；也许您的孩子不愿交往，缺乏朋友；也许您的孩子过分依赖；也许您的孩子缺乏自信；也许……

您分析过原因吗？您寻找过解决的方法吗？

“让孩子身心健康地成长”，不仅仅是教育的目标，它更多地体现了一种责任——对社会的责任、对孩子一生成长的责任。在物质社会日益发达的今天，孩子的心理健康逐渐被越来越多的家长所关注，如何打开孩子的心灵之门？如何了解孩子的心理需要？如何纠正孩子偏执的性格？这些都是让许多家长感到迷惘和困惑的。

《心理健康千金方》一书的编者从认识孩子、了解孩子的角度，收集了具有代表性的儿童心理问题范例，以幼儿心理专家的理论作支撑，针对儿童的个体差异进行引导和分析，体现了“以人为本”的思想，为帮助您解决孩子的心理问题提供了理论依据和可供选择的方法。



XINLIJIANKANGQIANJINFANG

过分依赖长不大

妈妈不上班	2	4
大灰和小灰	5	6
怕困难的东东	7	9
妈妈别出差	10	14

任性自私不可爱

爱哭的小仙女	16	18
“小皇帝”闹闹	19	20
这是我的	21	22
我要买玩具	23	24
我就不……	25	26

自信的孩子最美丽

小蝌蚪笑了	28	31
卡咪真勇敢	32	34
做个笑脸娃	35	37
我有一双能干的手	38	39
小夜莺的歌声	40	43
小马送粮	44	46

XINLIJIANKANGQIANJINFANG

受了委屈怎么办

被冤枉了怎么办	48	50
强强没有得到小红花	51	54
好朋友吵架了	55	57
妈妈的责备	58	62

恐惧心理要克服

胆小的妞妞	64	67
小智不再怕医生	68	71
怕黑的朵朵	72	74
勇敢的孩子不怕理发	75	78
合群的孩子真快乐	79	82
奇妙的话	83	84

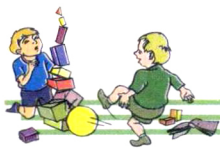
心胸宽广更快乐

怎样看待输和赢	86	89
爱忌妒的小孔雀	90	94
多多爱告状	95	97
好朋友又有了新朋友	98	100
我也要新玩具	101	104
当妈妈夸奖别人时	105	108
骄傲的丽丽	109	111

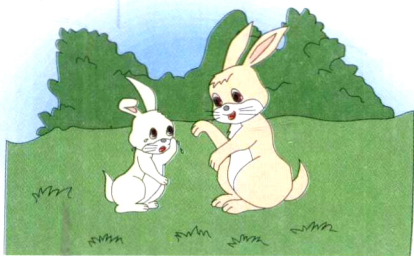


过分依赖长不大

现代家庭的独生子女容易受到父母的过度保护，形成他们对父母的依赖性，这会限制他们活动的独立性、积极性和创造性，妨碍他们正常的交往和对周围环境的适应，当他们离开父母接触新的生活环境时，将表现出明显的不适应，如：心理上的焦虑、失望和孤独等。



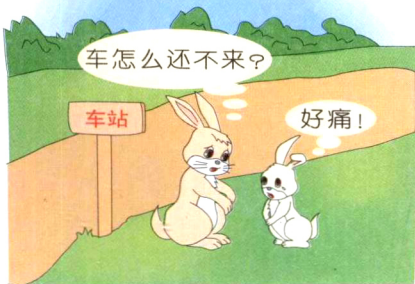
妈妈不上班



1. 小兔白白总希望妈妈陪着自己，这不，今天她又闹着让妈妈带她去吃麦当劳。



2. 妈妈没办法，只得带她去麦当劳。可是麦当劳叔叔带孩子看电影去了。

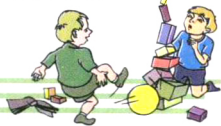


3. 突然，白白的肚子痛起来，妈妈忙带她去医院。



今天熊医生带孩子逛公园，不上班。

4. 好不容易来到医院。熊护士指着布告牌说：“熊医生带孩子逛公园去了，不上班。”



这可怎么办？

好痛！熊妈妈
为什么不上班？

5. 熊妈妈没上班，这可
害苦了白白。

还不是小熊不乖，
不让妈妈上班

6. 白白没话说了。



问号降落伞

当妈妈去上班的时候，你是怎么做的？

1. 大哭，抱着妈妈的腿不放。
2. 和妈妈再见，然后去上幼儿园。



宝贝智多星的话

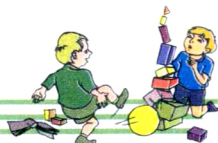
过分依赖的孩子，性格大都比较怯懦，总觉得缺乏安全感。家长千万不能粗暴地对待他们，对于比较小的孩子，可采用转移注意力的方法，对于大一点的孩子，可以像故事中的妈妈一样，用一些巧妙的方法，让他们明白其中的道理。



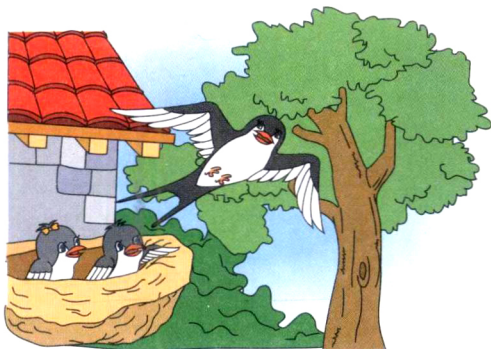
亲子乐园（儿歌）

乖孩子

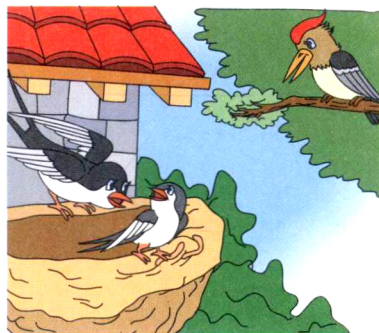
爸爸妈妈去上班，
宝宝去上幼儿园。
说声“再见”眯眯笑，
不哭不闹真乖巧。



大灰和小灰



1. 燕子妈妈有两个漂亮的孩子：大灰和小灰。



2. 住在隔壁的啄木鸟阿姨总听到大灰对妈妈说：“妈妈，让我来帮你吧！”
“让我自己做。”



3. 可小灰什么事都依赖妈妈帮自己做。





4. 啄木鸟阿姨心里总是想：“为什么大灰和小灰会完全不一样呢？”



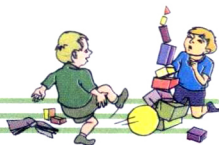
问号降落伞

小朋友，你是喜欢大灰还是喜欢小灰？



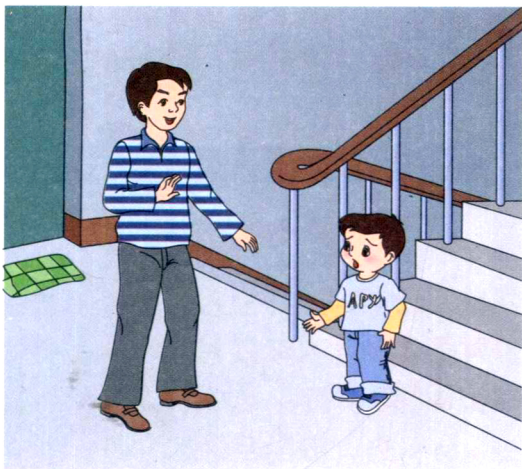
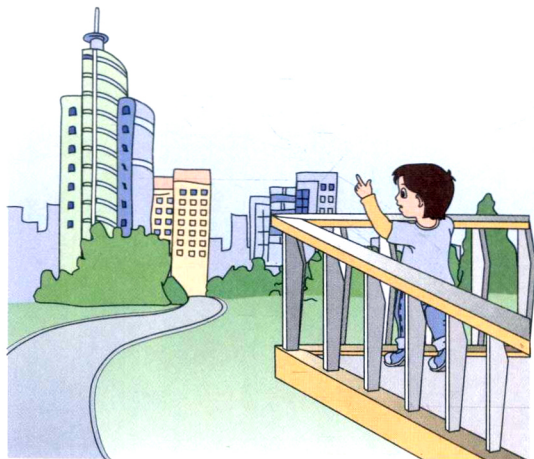
宝贝智多星的话

当大人事事包办或总担心孩子做不好事情时，孩子容易形成事事依赖他人的性格，像故事中的这种情形，家长要多给孩子锻炼的机会，让他们学会独立自主。当然，家长更不能在别人面前贬低依赖性强的孩子。否则，他们会因自卑而自暴自弃。

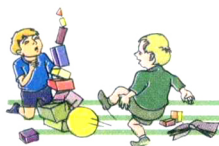


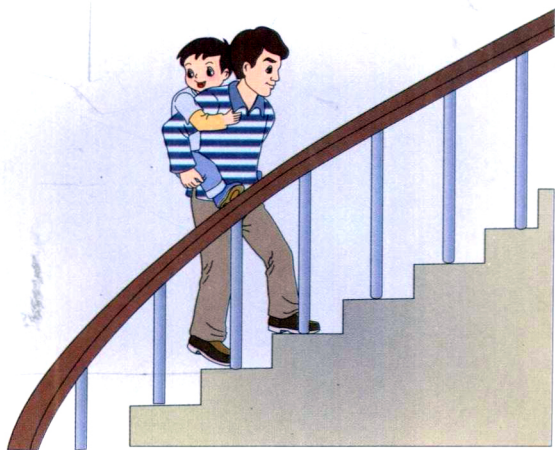
怕困难的东东

1. 东东的家住在七楼，站在阳台上可以看到很远的地方。



2. 东东总说自己是个男子汉，可每次回家上楼，他准会大叫：“爸爸，我走不动了。”

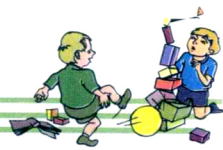




3. 爸爸每次都会说：
“自己上楼梯吧！”
可到最后总是爸爸背着东东上楼回家。

问号降落伞

1. 东东真的那么累，不能自己上楼吗？
2. 为什么总是爸爸把东东背回家呢？
3. 你是不是也像东东一样怕困难？





宝贝智多星的话

让孩子健康、幸福地成长是家长们的共同愿望，因此许多家长会对孩子“过度保护”。然而家长对孩子的“过度保护”往往会在无意中促成了孩子依赖性的形成，会将孩子的自信扼杀在摇篮中。

怎样帮助孩子克服在生活上对父母的依赖呢？家长可以试一试这样做：

1. 让孩子分担力所能及的家务事，如：洗手绢、擦桌子、摆筷子等，让他亲身体验到父母每天的操劳和辛苦。
2. 经常与孩子交流，让孩子体会到父母同样需要关心和帮助，不再过分依赖父母。



亲子乐园（儿歌）

不当小花狗

小妞妞，学步走，
爸爸妈妈不放手，
我会走，我能走，
让我自己走，
不当爸妈的小花狗。

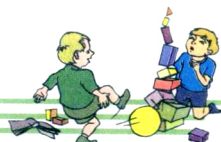


妈妈别出差

1. 丽丽是个聪明可爱的孩子。



2. 丽丽最怕妈妈出差。
只要妈妈说要出差，她
就会大哭起来。



宝贝，别哭



再闹就要打屁股



妈妈很快就回来



3. 爸爸妈妈为此
大伤脑筋。

