

Q I N G S O N G D U D O N G H A I Z X I N

轻松读懂

马志国◎著

孩子

心

读懂孩子的心
培养孩子的心理健康成长
原来真的不难

★★★★★
学前版



学前儿童父母最关心的117个家教心理问题

中国妇女出版社

QINGSONG DUDONG HAIZI XIN



轻松读懂 孩子心

马志国 著

★★★★★
学前版

学前儿童父母最关心的

117 个家教心理问题



中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

轻松读懂孩子心：学前版：学前儿童父母最关心的 117 个家教心理问题 / 马志国著. —北京：中国妇女出版社，2011. 1

ISBN 978 - 7 - 5127 - 0154 - 0

I. ①轻… II. ①马… III. ①学前儿童—家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 249206 号

轻松读懂孩子心 (学前版)：学前儿童父母最关心的 117 个家教心理问题

作 者：马志国 著

责任编辑：李白沙

封面设计：吴晓莉

责任印制：王卫东

出 版：中国妇女出版社出版发行

地 址：北京东城区史家胡同甲 24 号

电 话：(010) 65133160 (发行部)

网 址：www. womenbooks. com. cn

经 销：各地新华书店

印 刷：北京集惠印刷有限责任公司

开 本：170 × 230 1/16

印 张：22

字 数：285 千字

版 次：2011 年 1 月第 1 版

印 次：2011 年 1 月第 1 次

书 号：ISBN 978 - 7 - 5127 - 0154 - 0

定 价：32.00 元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

不是每个孩子都能 成为“神童”

(代序)

如果你一心盼孩子成“神童”，如果你一心盼孩子成“天才”，那么，劝你不如合上本书。因为本书关心的是绝大多数的普通孩子，是普通孩子的心理健康成长。

不要怪我泼冷水：任何“神童方案”都是忽悠人的，“天才”更不是可以“批量生产”的，“望子成龙”“望女成凤”，大多也是为人父母者给自己吹了一个美丽的肥皂泡。真的，不是每个孩子都能成为“神童”，“天才”更是不可复制。

但是，每个孩子都可以也都应该心理健康地成长，成长为大写的人！

记得去年一家杂志就心理健康问题对我进行专访，最后让我谈几句对家长的建议。我曾说道，我们的很多家长都怕孩子“输在起跑线上”，都在比学赶超地着急上火地想方设法训练孩子。可训练来训练去，到头来训成“神童”的还是没几个。这是因为，不顾自然法则，违反发展规律，急功近利，心急火燎，

不但无效，反而会有害——害得大多数孩子仿佛都成了“输家”。

其实，“不让孩子输在起跑线上”，这原本就是一场骗人的鬼话。就人的发展来看，制约的因素太多太多，发展的速度、发展的水平、发展的趋向，更是千差万别。这千差万别之中，绝大多数孩子都属于常态的发展，快点儿慢点儿，高点儿低点儿，又有什么输赢可分？只要顺其自然，每个孩子就会得到应有的发展。

一位心地善良的老人经常在郊外散步。一次，他在草丛中看到了一个蝶蛹。还是早春时节，老人怕蝶蛹挨冻，就小心地把它带回家精心保护起来。不知不觉中，小区的花园绿了起来，春天真的来了。老人精心保护的那只蝶蛹里面也开始有了动静。过了几天，里面的幼蝶把蛹壳拱开了一条小缝。可是，那幼蝶太娇嫩，太弱小了，挣扎了好长时间也出不来。看幼蝶总也出不来，老人急了，想到现代医生常用的剖宫产。于是，他便找来剪刀，小心翼翼地将蛹壳剪开，把那只幼蝶从壳中解放了出来。看到这美丽的小生灵出壳了，老人很为自己的“善举”而得意，脸上笑成了一朵花。然而，老人如花的笑容却如一朵昙花，一闪而逝了。因为，美丽的蝴蝶虽然出壳了，可它的翅膀软弱无力，一副病态模样，根本飞不起来。没几天，蝴蝶便夭折了……

这是为什么？也许，故事给我们的启示很多很多，但我以为最根本的一点是，不能顺其自然，即便再有好心也要办坏事。我们的家庭教育也是这样。由于没有顺其自然，有多少父母和这位老人一样，拿一片好心来伤害着孩子！有多少孩子如同幼蝶一样，承受着好心父母的“善举”带来的伤害！

如此说来，顺其自然才是家庭教育成功的一个根本法则。

所谓顺其自然，从心理学角度说，就是顺应孩子的心理年龄特征，顺应孩子的心理发展规律，进而促进孩子心理健康地成长。为了做到这一点，就要求我们为人父母者，不能不首先读懂孩子的心。正是为了帮助家长朋友读懂孩子的心，才有了这套《轻松读懂孩子心》丛书。按照学前阶

段、小学阶段、中学阶段，丛书分为三册，以便不同年龄段孩子的家长朋友各取所需。

现在你手上的这本书，就是专门写给学前儿童家长朋友的。心理咨询工作中，我了解了太多的学前家教心理案例。打开这本书，你仿佛入座一个家教圆桌，可以听到其中最有代表性的学前家教故事。书中的故事，个个点击学前家教的心理热点，处处剖析学前家教的心灵困惑，时时导引学前家教的心路历程。全书按学前家教心理内容分为几个部分，每部分有若干话题。附录一，提供了系列亲子心理自测量表，附录二，是0~6岁童心发展与家教内容对照表。当然，遵照心理咨询的准则，故事中隐去了主人公的真实姓名，对有些内容做了必要的技术性处理。

为了帮助你轻松读懂孩子的心，为了帮助你的孩子心理健康地成长，本书的写作着力体现了三个鲜明的特点：第一，书中有问题，有案例，有故事，具有可读性；第二，书中有解析，有诊断，有探究，讲究科学性；第三，书中有建议，有方法，有对策，突出实用性。相信你会从中发现，噢，读懂孩子的心，培养孩子的心理健康成长，原来真的不难。

是的，读懂孩子的心并不难，培养孩子心理健康成长并不难。现在，就从你最感兴趣的地方，开始我们对孩子心灵的深入探索。

马志国

庚寅秋月于空心斋

目录

Contents

不是每个孩子都能成为“神童”（代序）	(1)
--------------------------	-----

第一篇 成长心理问题辅导	(1)
--------------------	-----

自从孩子呱呱坠地之后，最初萌生自我意识的重要标志，就是知道了自己的存在。

只要顺应每个孩子的天性，每个孩子都会得到应有的发展，每个孩子都会成为未来人生的赢家。

该说不的时候就说不，等于在孩子心里种下一个界限的种子……这对孩子未来的成长是非常必要的。

◎ 家里有了新生儿	(2)
◎ 小宝贝发育正常吗	(5)
◎ 听懂宝贝的啼哭	(8)
◎ 认生也是一种成长	(11)
◎ 怎样帮孩子认识“我”	(13)

- ◎ 孩子到了第一反抗期 (17)
- ◎ 孩子知道想妈妈了 (21)
- ◎ 抓人咬人：孩子怎么了 (24)
- ◎ 孩子成长有奇迹 (27)
- ◎ 两岁三岁讨人烦 (29)
- ◎ 走过挫折是成长 (32)
- ◎ 软硬不吃的4岁儿 (34)
- ◎ 怎样让孩子快乐成长 (37)
- ◎ 别跟孩子谈“性”色变 (40)
- ◎ 孩子该当小学生了 (43)
- ◎ 善待孩子成长“关键期” (46)

第二篇 亲子心理问题辅导 (49)

孩子眼中的世界常常和成人的全然不同。我们应该唤回自己的童年，唤醒自己的童心，学会置身孩子的立场，用孩子的眼光看世界，用孩子的心感受生活。

我们唯一的选择，只能是从小教会孩子，用自己的手做事，用自己的脑想事，用自己的双脚走路。

爸爸的肯定，妈妈的赞许，哪怕是一句话语，哪怕是一个眼神，都会给孩子成功感，都会给孩子自豪感，都会大大激发孩子的积极性。

- ◎ 高情商父母与高情商孩子 (50)
- ◎ 读懂孩子的眼神 (53)
- ◎ 从涂鸦看出孩子心 (55)
- ◎ 弯下腰，和孩子好说话 (58)
- ◎ 让孩子从小自由飞翔 (59)
- ◎ 如果孩子讨价还价 (62)
- ◎ 怎样化解分床焦虑 (65)

◎ 别给孩子贴上消极的“标签”	(68)
◎ 鼓励不等于奖赏	(71)
◎ 送给孩子什么礼物	(72)
◎ 小男孩如此暴戾为哪般	(75)
◎ 谁惹孩子耍脾气	(78)
◎ “管教”孩子有奇招	(81)
◎ 别把“职业角色”带回家	(86)
◎ 父亲，演好自己的角色	(88)
◎ 妈妈穿裙子真好看	(90)
◎ 孩子为何对父母不亲热	(92)
◎ 老人太溺爱孩子怎么办	(95)
◎ 两代人，一场爱的竞争	(98)
◎ 别把孙子当儿子养	(101)
◎ 离婚后该怎样爱孩子	(103)

第三篇 智慧心理问题辅导

(105)

孩子从母腹这个小天地来到陌生的大世界，如果说他们对世界有所认识的话，那么最初就是各种感觉。感觉是一切复杂认识的基础。所以说，不能一提早期教育就是写字、算数，对孩子的感官训练才是家庭早教的第一步。

天资对孩子发展的作用，是随年龄的增长而递减的。这叫做“天资递减律”。

早期教育的目标绝不是培养神童，而是使每个孩子都得到最理想的发展。

◎ 早期教育，教孩子什么	(106)
◎ 打开孩子的智慧之门	(109)
◎ 怎样激发孩子的好奇心	(111)

- ◎ 如何帮孩子能说会道..... (114)
- ◎ 面对话多的孩子..... (119)
- ◎ 孩子喜欢看书啦..... (121)
- ◎ 如果孩子是个“小书迷”..... (124)
- ◎ 给孩子“听读”读什么..... (126)
- ◎ 别迷信“神童教育”..... (128)
- ◎ 儿童画中有趣的童心..... (130)
- ◎ 孩子该参加艺术班吗..... (135)
- ◎ 孩子拆坏了小汽车..... (137)
- ◎ 盼孩子成才别心急..... (140)
- ◎ 如果被孩子问住了..... (141)
- ◎ 面对一个特殊的孩子..... (144)
- ◎ 别把智商当“标签”..... (148)

第四篇 性情心理问题辅导..... (151)

3岁看大,7岁看老,从某种意义上说,这句话很有道理。一个孩子未来发展的种子,都是父母早早给孩子撒在了心田的。

孩子的心是一块神奇的土地,播上行为的种子就会收获习惯,播上习惯的种子就会收获性格,播上性格的种子就会收获命运。

一个什么都不怕的孩子,极容易成为一个胡作非为的人。

- ◎ 在孩子的心田播种诚实..... (152)
- ◎ 童心世界的情感生活..... (155)
- ◎ 珍视孩子的主动性..... (159)
- ◎ 怎样培养孩子的好习惯..... (162)
- ◎ 孩子任性,原因有哪些..... (165)
- ◎ 孩子任性,对策是什么..... (168)

◎ 怎样教孩子认识“钱”	(171)
◎ 孩子有了消极情绪	(173)
◎ 孩子怎么变内向了	(176)
◎ 孩子为什么胆小	(178)
◎ 蒙冤的“小偷儿”	(180)
◎ 孩子爱哭怎么办	(182)
◎ 耍脾气的小女孩	(184)
◎ 发脾气的小男孩	(186)
◎ 孩子天不怕地不怕	(188)
◎ 孩子的攻击性哪里来	(190)
◎ 孩子病一场，娇气长一丈	(192)
◎ 男孩喜欢夹腿怎么办	(194)
◎ “我是从哪里来的”	(196)

第五篇 交往心理问题辅导

(199)

孩子学习接人待物，任何的说教都比不上成人的示范作用。

应该多让孩子和小伙伴在一起玩耍，在交往中淡化自我中心，学会包容别人。

孩子要长大成人，要接受社会的影响，把握正确的行为规范，学会恰当的人际交往，角色游戏是最直接的途径。

◎ 让孩子在游戏中成长	(200)
◎ 角色游戏真好玩	(202)
◎ 孩子喜欢模仿反面角色	(204)
◎ 什么才是好玩具	(206)
◎ 孩子不敢要回玩具	(208)
◎ 孩子挨欺负之后	(210)

- ◎ 教给孩子交际礼仪..... (212)
- ◎ 小女孩的嫉妒心..... (215)
- ◎ 如果孩子吃亏了..... (218)
- ◎ 孩子为什么“人来疯”..... (220)
- ◎ 为什么孩子不让大人亲..... (223)
- ◎ 孩子不听话怎么办..... (225)
- ◎ 孩子说话不算话..... (228)
- ◎ 说话兜圈子的小男孩..... (229)
- ◎ 祖孙三代说“道歉”..... (231)
- ◎ 孩子面对陌生环境陌生人..... (234)
- ◎ 小女孩遭遇“性骚扰”..... (237)

第六篇 入园心理问题辅导 (239)

孩子上幼儿园的这一天，终于来到了。这一天，对孩子来说，是他的人生开始走向社会的第一步，对爸爸妈妈来说，是孩子离开自己的怀抱迈向未来的第一步。

如果孩子新入园时又哭又闹，父母一定咬咬牙，万不可孩子一哭闹就打退堂鼓。

就家庭来说，做好幼小衔接工作，主要不是帮孩子准备知识，而是帮孩子顺利地适应从幼儿园到小学的变化，适应即将开始的新生活。

- ◎ 入园，孩子面对哪些变化..... (240)
- ◎ 出现分离焦虑怎么办..... (242)
- ◎ 孩子新入园会有哪些麻烦..... (245)
- ◎ 怎样顺利度过入园第一天..... (247)
- ◎ 帮孩子走过入园的阵痛..... (252)
- ◎ 如果孩子入园不适应..... (254)
- ◎ 孩子在幼儿园住宿好不好..... (259)

◎ 别让孩子拒绝帮助·····	(261)
◎ 教孩子“打架”守规则·····	(263)
◎ 小小男孩会“演戏”·····	(265)
◎ 幼儿园里的“谈婚论嫁”·····	(267)
◎ 幼小衔接,怎样“接”·····	(272)
◎ 孩子提前入学好不好·····	(275)
◎ 上学前教孩子守纪律·····	(278)

第七篇 异常心理问题辅导····· (281)

孩子身上出现的心理问题的渊源,都能追溯到家庭生活特别是早期的家庭生活之中,追溯到父母的身上。这就是所谓的“亲源性心理问题”。

孩子的一个行为只要得到成人的关注,哪怕是呵斥责骂,也会像得到奖励一样。孩子身上的许多问题行为,都是这样被成人的关注“培养”起来的。

父母对孩子的关心与温暖,给孩子的亲情,给孩子的爱,才是心理健康成长最好的阳光雨露。

◎ 父母留给孩子的伤害·····	(282)
◎ 忽视也是一种心灵伤害·····	(284)
◎ 别给孩子贴上“口吃”的标签·····	(286)
◎ 怎样防治孩子的口吃·····	(289)
◎ 当心“儿童电视孤独症”·····	(292)
◎ 怎样让孩子摆脱梦魇·····	(295)
◎ 男孩为何梦中行走·····	(298)
◎ 男孩不肯吃饭的背后·····	(300)
◎ 女孩的胃病好奇怪·····	(303)
◎ “左撇子”该不该强行矫正·····	(305)

◎ 别把孩子培养成“废人”	(308)
◎ 孩子为何如此多动	(310)
◎ 孩子为何如此撒野	(312)
◎ 防止孩子性别角色倒错	(314)
 附录一 亲子关系心理测试	(317)
◎ 宝宝的心理健康吗	(317)
◎ 宝宝是哪种依恋类型	(318)
◎ 你们的亲子关系好不好	(320)
◎ 你们家人的心理亲和度如何	(322)
◎ 你是个好妈妈、好爸爸吗	(324)
◎ 你扮演了怎样的家教角色	(326)
 附录二 0~6岁儿童童心发展与家教内容对照表	(329)
 后 记	(333)



家里有了新生儿



心理案例

我们突然就当爸爸妈妈

“听说您应邀到外地去讲座了，马老师，您可回来了。您先吃糖！”

这天，我刚刚上班来到心理健康中心，一个年轻人便带着满面欢喜推门而入。年轻人是一位老友的儿子，原来，他已经有了自己的儿子，开始当爸爸了。这是怎样欢喜都不过分的事儿，我也受到感染，表达着我的祝福。

落座之后，我们的话题自然离不开他们的小宝贝。说着说着，他还掏出了笔记本，原来，他是有备而来的。他说：“我们的小宝贝挺可爱的。可是您说，我们突然就当爸爸当了妈妈，面对眼前的小宝贝，除了高兴，就是发蒙，我们对孩子的心理一点儿也不懂。知道您刚回来，很忙，今天就请您先讲讲，这刚出生的小孩有什么心理特点，您看可以吗？”

作为一个年轻人，作为一个新手爸爸，能如此关心自己刚刚出生的孩子，没有把这些完全推给新手妈妈，这是令人欣慰的，是应该给予支持的，我怎么能说不可以？于是，我们做了很多交流。



心理解析

新生儿已经表现出童心特点

为了方便，我们先要明确一个概念，通常，我们把刚刚出生一个月之内的宝宝叫做“新生儿”。

有人说，新生儿就知道吃了睡，睡了吃，有什么心理特点？这话就错了。

如果细心观察，新妈妈新爸爸就会发现，似乎什么都不懂的新生儿，其实，已经表现出很多有趣的童心特点。这确实是新妈妈新爸爸应该心中有数，以便给小宝贝恰当的回应，这也许可以算是最早的“早期教育”呢。新妈妈新爸爸，可不能光顾着陶醉在幸福中，而忘了关照新生儿的童心哟。由于这个话题的特点，我们就侧重谈孩子了。那么，新生儿究竟有什么童心特点？新爸爸新妈妈又应该针对童心特点，怎样作出适当回应呢？



让童心日益健康地发展起来

1. 新生儿的感受及父母的回应

新生儿刚刚出生时是看不见东西的，但他很快就学会使用自己的眼睛了。比如，能用两眼注视一点；追随移动的东西，对不同亮度的东西作出不同的反应；对有强烈对比颜色的物体特别感兴趣，等等。不过，新生儿的眼睛还不能很好地调节以适应不同的距离。多数新生儿看某一点的最佳焦距是 20 厘米左右。由于不善于调节焦距，所以他们视野范围内的许多东西在眼里还都模糊不清。但是，妈妈的脸庞在他们眼里经常是清清楚楚的。这是因为在喂奶时，妈妈的脸与小宝贝的脸之间经常保持 20 多厘米的距离，正是最合适的焦距。难怪小家伙总是最早认清妈妈！更有意思的是，新生儿对人的脸庞很感兴趣。当妈妈两只眼睛的连线，跟小宝宝两只眼睛的连线平行时，小宝宝注视妈妈脸庞的时间更长，神情也惹人喜爱。为什么那么多妈妈总是无意地把婴儿竖着抱在手上，使母子的脸正好相对，大概就是这个道理。小家伙越是注视妈妈，也就越是“鼓励”妈妈不自觉地这么抱着他。

新生儿的听觉比视觉也许来得更快些。出生后 1 小时他就能将头转向声源方向。妈妈在他耳边摇铃铛或拨浪鼓，就会看到他总要有某种反应，表示“听”到了响声。很有意思的是，类似人类心跳的有节律的声音，对他们有安抚作用。这是由于他们在母腹内听惯了有节律的心跳声。更有趣的是，小家伙对妈妈说话的声音能产生四肢、面部、口、眼的一些反应，而且，这些反

应的节奏能和妈妈发音的节奏同步起来。这样无形中就“鼓励”妈妈说个没完没了，以至有的新妈妈常说：“宝宝简直听懂我在说什么了。”

新生儿的嗅觉和味觉在出生时就发展得很好了。比如，不爱喝白水爱喝糖水，在糖水和奶水二者中更爱喝奶水。新生儿的触觉非常敏锐。轻轻的抚摩能帮助新生儿很快地轻松并安静下来，也就节约了能量。因而，妈妈与宝宝适宜的身体接触是小家伙生长过程中所必需的。有点特别的是，新生儿的痛觉比较迟钝。比如，男婴不用麻醉就可以进行包皮环切手术，没有明显的疼痛表现。如果是成人，怕只要一想这种手术，就“疼痛”得很。这可能因为成人有关于疼痛的经验，凭经验越想越疼，而新生儿还没有这种经验。

2. 新生儿的学习及父母的回应

新生儿会学习吗？会。有经验的母亲知道，小宝宝刚出生时，只有食物喂到小家伙嘴里时，他才停止哭闹，用不了几天，小家伙又因饥饿啼哭时，妈妈刚一把他抱起来，他就停止了哭闹。这不是“学会”的吗？小家伙的学习还有一种情况。例如，你给他听一种声音，起初一听到这种声音，他就有反应，逐渐反应减弱，以至于后来他习惯了这种声音，就“听而不闻”了，不再有反应。这种学习叫“习惯化”。这一点很要紧。因为只有这样，才能保证他们对新鲜的东西作出反应，以适应环境，扩展经验。假如小家伙没有这种学习能力，而是对每一个刺激都有反应，那么不难想象，充满无穷刺激的世界不是将让小家伙“吃不消”吗？这也给我们一点启示，小家伙不是对习惯了的刺激不再反应了吗，那么逗引小宝贝的声、光玩具，就该时常换换新，要不，就会“失灵”。

3. 新生儿的睡眠及父母的回应

为什么新生儿每天的大部分时间都在睡觉？是由于他们的大脑皮层兴奋性低，外界刺激对他们来说总是强烈的，因而容易疲倦，使大脑由兴奋转为抑制，也就进入了睡眠状态。睡眠又反过来使大脑皮层得到休息而恢复功能。所以，睡眠对新生儿来说，是生活中头等重要的事。他们一天中睡眠约占16~18小时。就是觉醒时，也仅有两小时左右才是清醒的。只有这清醒的时