

沟通与共鸣

——如何做成功的家长

王仕民 郭丽 著



● 你了解自己的子女吗？

你是合格的家长吗？

● 你知道怎样对待孩子的性敏感吗？

以上问题本书将从心理学的角度一
一向您回答。

新世纪出版社

沟通与共鸣

——如何做成功的家长

王仕民 郭丽 著

新世纪出版社

沟通与共鸣

——如何做成功的家长

王仕民 郭 丽 著

*

新世纪出版社出版发行

新 华 书 店 经 销

广东新华印刷厂印刷

(广州市永福路44号)

787×1092毫米 32开本 8印张 1插页 160,000字

1998年2月第1版 1998年2月第1次印刷

ISBN 7-5405-1629-1

G·1050 定价:9.00元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

前 言

作为家长，都希望自己的子女健康。但健康不仅仅是孩子无生理上的病患，也包括其心理与人际关系上的无变态表现。世界卫生组织(WHO)对健康作的科学定义是：健康不仅是没有躯体的残缺和疾病，还要有完整的心理、生理状态以及社会适应能力。这就是说，健康的真正涵义，必须是躯体、心理和社会适应等方面的全面完好。身体没有生理疾病的健康观已经落后于时代的发展。

随着社会物质与文化生活的不断提高，随着改革开放的深入，随着社会主义市场经济体制的确立，青少年朋友的自我意识在不断增强，自我认识、自我发展、自我接纳、自我实现已成为他们生活的一部分，影响他们的成长。

遗憾的是，我们的许多家长对健康的理解仍停留在传统的观念上。如：有的家长，可以为子女的一点伤风感冒、头痛发热而跑遍城内大医院，并以找到名医治疗为荣。但面对孩子成长中出现的自卑、自怨、自恨、自怜、自恋、自伤的烦恼，人格和人际关系上的问题，家长却是视而不见，或不以为然，甚至加以袒护纵容，致使孩子的心理问题得不到及时的咨询与治疗，形成心理的疾患，使之不能适应社会，不能适应发展，甚至不能从事正常的工作和生活，导演出人间的一幕幕悲剧。

这些年，由于从事心理咨询和治疗的实际工作，接触了不少的家长 and 青少年朋友，深感青少年心理问题之严重。心理训练在学校教育中还是空白，家长对此也感棘手。由于某种不泯的责任感压在肩上，深感心理的沉重，很想为家长在培养子女上做点事情。恰在此时，与我们同样具有某种责任感的刘国纯编辑同中山大学心理咨询研究中心联系，谈及想出一套心理素质教育方面的书籍，于是我们不谋而合，很快付诸实施，这就是本书问世的缘由了。

这本书倾向于帮助家长用心理学的理论和知识解决自身的问题；并用科学的方法教育、培养子女，解决好子女遇到的一系列心理问题。我们的初衷是由问题给出具体的可操作性方案，算是这本书的特色吧。但经过一番努力仍感不足，确实在这方面可借鉴的东西实在太少了。尽管我们从事心理咨询工作多年，积累了不少素材，但要把它写出来确有一定的难度；而且写出来让我们每一位家长一看就懂，这就更难，责任也就更大。为实现这一初衷，我们走出了书房，深入到实际的生活之中，向我们研究的对象学习。我们召开过多次的中小學生座谈会，家长座谈会，有些问题直接来源于座谈会。初稿完成后，我们又请一些学生和家長阅读，他们提出了不少的修改意见，几经波折，总算初见雏形。尽管它的完成还不尽人意，但总算可以给家長朋友一个交待，也给自己一点慰藉罢了。

王仕民

1996年10月于中山大学

目 录

家长的沉思

- 3 9岁男孩为何上吊自杀
- 5 11岁的亲生儿子被父亲活活吊死
- 7 11岁的精神分裂症患者

家长的思索

- 11 你是合格的家长吗
- 13 合格家长的自我鉴定法
- 16 你属于何种教育类型的父母
- 18 优秀家长必须具备什么条件
- 20 当前中国家庭结构的方式种种
- 22 当前家长教育的失误知多少
- 25 独生子女的身心特点怎样
- 27 独生子女成长的有利条件如何
- 29 独生子女成长的不利条件有多少
- 31 独生子女的教育应注意什么
- 33 家庭教育有艺术性吗
- 36 孩子需要怎样的良好的家庭环境
- 38 你的家庭环境适合孩子发展吗

- 40 父母在子女面前应回避些什么
- 41 离婚的父母如何对待和教育子女
- 44 家长看孩子的日记和信件好吗
- 46 如何对孩子进行性教育
- 49 如何培养和保护孩子的自信心

家长的心声

- 53 你了解自己的子女吗
- 55 小学生心理生理的特殊性有哪些
- 57 幼儿上学太早好不好
- 59 怎样引导孩子由幼儿园到小学的转变
- 61 怎样培养小学生善良品性
- 63 怎样培养小学生积极的情绪
- 65 怎样培养小学生快乐的性格
- 67 怎样培养小学生克服困难的能力
- 69 怎样帮助小学生正确对待挫折
- 72 怎样培养小学生的自尊心
- 74 父母能跟孩子说“对不起”吗
- 76 怎样让小学生走进大自然
- 78 我的子女为何不合群
- 80 威胁孩子有用吗

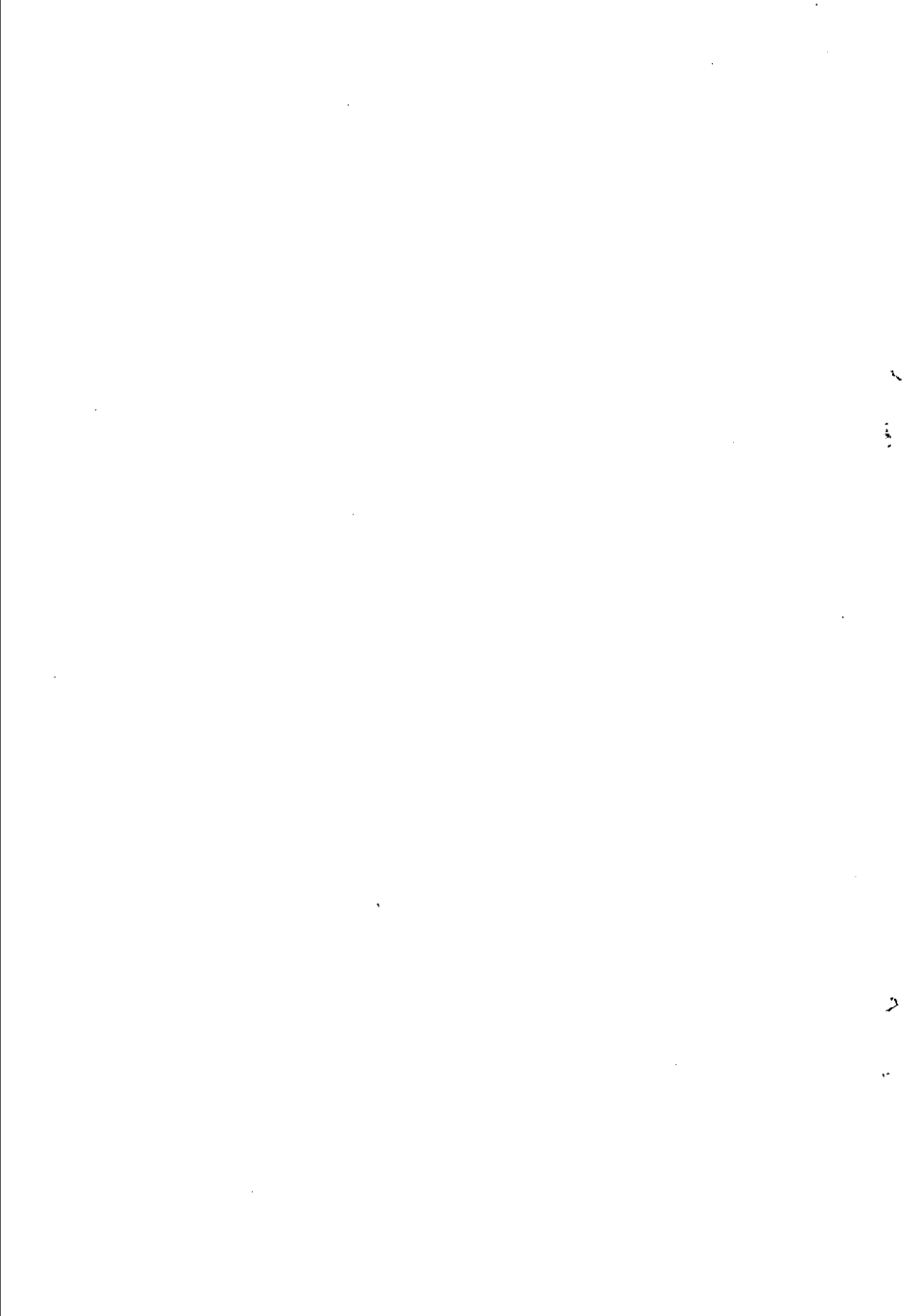
- 82 家长回答不上孩子的问题,怎么办
- 84 家长如何对待孩子的小客人
- 86 使小学生变坏的诱因有哪些
- 88 孩子好动怎么办
- 90 孩子间的争吵是坏事吗
- 92 孩子被同学欺负怎么办
- 94 什么是儿童缄默症
- 96 如何对待孩子的冒险行为
- 98 怎样解决孩子脾气大的难题
- 100 怎样培养孩子的自理能力
- 102 孩子爱顶嘴怎么办
- 104 孩子智力落后怎么办
- 107 如何辅导小学生做功课
- 109 孩子贪玩好不好
- 111 怎样使孩子学会自制
- 114 如何正确培养孩子的性别角色
- 116 孩子撒谎怎么办
- 118 小学生迷上游戏机怎么办
- 120 孩子做错了事怎么办
- 122 如何培养小学生的创造力
- 124 你的孩子有创造力吗

- 126 孩子成绩为何总不好
- 128 孩子厌烦父母说教怎么办
- 130 孩子不肯打针、吃药怎么办
- 131 怎样使孩子专心致志
- 133 孩子怕看病怎么办
- 134 为何我的孩子总爱打人
- 136 孩子厌食怎么办
- 138 孩子偏食怎么办
- 140 孩子口吃怎么办
- 142 小孩子不懂礼貌怎么办
- 144 怎样对待孩子的逃学
- 146 什么是儿童多动症
- 148 怎样防治儿童多动综合症
- 150 孩子控制不住挤眉弄眼是不是“坏毛病”
- 152 孩子总爱触摸“小鸡鸡”怎么办
- 154 怎样指导孩子学会运用文明语言
- 156 如何指导孩子看电视
- 158 决定孩子学习成败的因素有哪些
- 161 如何帮助孩子发挥优点
- 163 怎样使孩子体型健美

- 165 初中生的生理、心理的特征有哪些
- 167 初中生考不上重点高中怎么办
- 169 如何培养孩子良好的竞争意识
- 171 如何调节初中生的心理负担
- 173 初中孩子还胆怯怎么办
- 175 少女为何“烦恼”多
- 178 什么是少女的“成人感”
- 180 初中生为何总是显得害羞
- 182 怎样对待中学生的“闭锁心理”
- 184 怎样引导初中生正确对待第二性征的出现
- 186 如何帮助女儿做好月经初潮的心理准备
- 187 如何指导儿子正确对待遗精
- 189 初中生对异性同学感兴趣怎么办
- 191 如何帮助孩子回绝不成熟的爱
- 193 怎样知道中学生在恋爱
- 195 孩子早恋怎么办
- 197 家长如何帮孩子排除失恋的痛苦
- 199 如何进行少女的性保护教育
- 201 中学生交上有恶劣习性的朋友怎么办
- 203 中学生离家出走的原因是什么
- 206 诱导中学生犯罪的原因有多少

- 209 女中学生初次违法犯罪的动机如何
- 212 少男少女有哪些不健康的心理
- 214 为什么少男少女易患“花癲”
- 216 什么是青春期挫折综合症
- 218 高中生的生理、心理的特殊性有哪些
- 220 男女性别差异影响学习成绩吗
- 222 怎样教高中生临场控制紧张情绪
- 224 什么是考试焦虑综合症
- 226 怎样消除考场恐慌症
- 228 孩子高考完后想不开怎么办
- 230 怎样当好高考学生的家长
- 232 孩子上职业高中行吗
- 234 怎样帮助高中生确定职业定向
- 236 家长如何帮助高中毕业生填报高考志愿
- 238 父母应如何对待孩子的性敏感
- 240 怎样帮助高中生摆脱单相思
- 242 如何对待高中生的隐私
- 244 怎样帮助孩子适应现代社会环境
- 246 如何让孩子适应社会
- 248 后记

家长的沉思



9岁男孩为何上吊自杀

阳阳，男，9岁，小学三年级学生，杭州市人，学习尖子，班长，少先队中队长。

1989年2月2日上午，被全班同学通过，评为“三好学生”。中午，因与姐姐发生一点矛盾，就大发脾气，重重地踢了姐姐一脚后独自上楼并把门关上。过了一会儿，姐姐听不到弟弟的动静，在邻居的帮助下把门打开。大家一看却惊呆了，这名9岁的小男孩无力地垂吊在床边，已经气绝而死。他的脖子上套着红领巾，红领巾拴在窗框上。

以上案例并非罕见，儿童采取自杀行为的原因很多是由于过度娇宠，专横；学习达不到要求，担心挨打受骂，遭冷眼，受歧视等。从案例中可以看出：阳阳是个个性很强的男孩。在校表现好，学习成绩好，被评为班上的“三好学生”；在家与姐姐发生矛盾也不肯相让，他大发脾气，狠狠地踢了姐姐一脚以维持他的自尊心。至此他仍不能从专横、傲气的死胡同中走出来，选择了自杀以满足他自傲的个性。从表面看，阳阳是个要强的孩子，他不能输给别人，哪怕是自己的姐姐。但通过外表进入他的内心世界看，他是一个很脆弱，心理承受能力很差的孩子，他经受不了挫折和打击，哪怕是生活中的一点小事，也过

不了人生的一关。究其原因，还是学校的老师和家长平时不注意培养儿童良好的个性心理和个性与社会融合的特质。致使孩子缺乏必要的心理训练，心理承受能力差，脆弱稚嫩的心灵承受不住挫折，从而走上自杀之路。

儿童自杀事件引人深思，也给我们很多的启示：

第一，家长的期望应与儿童的现实情况相吻合。家长过高的期望会造成孩子较重的心理负担，产生紧张、焦虑，甚至失眠、抑郁，加之父母粗暴的干涉方式，这是儿童自杀的直接原因。

第二，家长不仅要注重孩子的智力因素的培养，也应注意非智力因素的培养。尤其是现在的独生子女，他们的生活、学习条件比较优越，他们的愿望多数都能得到满足，缺乏的是良好的心理品质及对挫折的承受力，因此，对少年儿童进行磨砺教育，培养他们对挫折的耐受力是十分必要的。

第三，家庭的和睦对儿童的成长至关重要。研究表明，失去家庭温暖是少年自杀的重要原因。家庭的温暖决不只是吃饱穿暖及充足的物质享受，更主要的是家长的爱、关心、理解、信任、交流、帮助和教育。

第四，对儿童的失败和挫折应给予极大的关切，而不是训斥、责骂和歧视。注意儿童的抑郁情绪，做到尽早发现，尽早帮助，防止儿童自杀事件的发生。

11 岁的亲生儿子被父亲活活吊死

1992 年 11 月 12 日中午 1 时许，武汉解放大道上，一辆救护车直奔同济医院。车上抬下来一位垂危少年病人，只见他头歪向一边，脸色苍白，呈昏死状。

经医生紧急检查，孩子已经瞳孔放大，四肢冰冷，心跳、呼吸已停止。

“尽最大力量抢救！”医护人员果断地作出决定。他们对少年进行胸外心脏按压，口对口对他吸气，气管插管等，一切能够用上的抢救措施全用上了。少年的心脏在医药手段的强刺激作用下，出现过短暂的微弱跳动，但终因脑部长时间缺血，还是于次日凌晨死亡。

“儿子……夏辉……你能听得见吗？爸爸在叫你！”一声声撕心裂肺的哭嚎声回荡在整个门诊大厅。只见一位一直守候在病榻前的中年汉子，紧紧抱住已经咽气的孩子，摇晃着，喊叫着。

“我有罪，我该死啊！本想吓吓你，却把你害死了……”

喃喃自语中带着无尽的忏悔。

他，夏礼汉，是死者夏辉的父亲。儿子的死是他一手造成的。

11 岁的小学生夏辉因为逃学，被其父亲吊在家中的

阁楼梁柱上，而导致了上述悲剧的发生。

体罚这一不合乎现代教育观念的教育方法，至今仍被一部分家长使用。这不仅是端正教育思想和增强法制观念的问题，也有家长自身的心理健康方面的问题，需要引起全社会的高度重视，并且进行一些有益的研究，找出体罚的根本原因。要培养孩子健全的人格，良好的心理素质，首先要给孩子营造一个良好的氛围和家庭教育、社会教育的环境。家长、老师、长辈等应首先具有良好的心理素质和个性修养。那么家长、老师应加强自身的修养，尊重孩子的个性，尊重孩子的人格，不要动不动就打就骂，应该坚持以理服人的原则，做到言传身教。只有在这种良好习惯和氛围的熏陶下，孩子才会自觉地养成良好的习惯和个性。今天的家长决不能像夏辉的父亲那样，遇到孩子出现问题就用简单、粗暴的棍棒教育方式来对待孩子。记住：孩子也是人，有独立的人格，我们应该尊重他。