

E r t o n g X i n g w e i X i n l i x u e

儿童行为 心理学

了解孩子常见心理
规范孩子日常行为
爱TA，就读懂TA的心灵

江晓兴
◎ 著

你的小baby哭闹不停
你的乖宝宝张口就咬人
你的孩子成了十万个为什么

.....
上述问题在儿童发育过程中较为常见
本书教你**如何看懂孩子的行为**
如何正确地与孩子相处
详细为你讲解幼儿到
学前儿童的种种行为问题

 中国商业出版社

儿童行为心理学

江晓兴 © 著

贵州师范学院内部使用

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童行为心理学 / 江晓兴著. -- 北京: 中国商业出版社, 2018. 5

ISBN 978-7-5208-0359-5

I. ①儿… II. ①江… III. ①儿童心理学 - 通俗读物

IV. ①B844.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 102903 号

责任编辑: 朱丽丽

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

010-63180647 www.c-cbook.com

新华书店经销

大厂回族自治县正兴印务有限公司

*

720 毫米 × 1000 毫米 1/16 开 14.5 印张 175 千字

2018 年 7 月第 1 版 2018 年 7 月第 1 次印刷

定价: 39.80 元

(如有印装质量问题可更换)

前言

新生儿呱呱坠地，带着嘹亮的哭声宣告自己来到这个世界，也宣告自己柔软的力量。的确，看起来这个弱小的生命具有强大的力量，他能让一个家庭的生活瞬间发生翻天覆地的变化，也能让原本柔弱的女子成为这个世界上最强硬的支撑，还能让原本贪玩心重的大男孩迅速成长起来，从玩网络游戏到洗尿布，完美无缝对接……这些，都是新生命的力量，也是新生命对于生活的神奇改变。

有人说，一个人在没有成为父母之前，始终都是孩子。这句话说得很有道理，因为一个人唯有真正成为父母，成为一个弱小的生命在这个世界上唯一的依靠和托付，他才明白生命的意义。

每一个父母，都是这个世界上最爱孩子的人，也是为了孩子可以付出一切的守护者。在父母眼中，孩子的一颦一笑都是那么美妙动人，甚至孩子的臭臭都带着特殊的香气。曾经十指不沾阳春水的妈妈，把孩子沾满臭臭的尿布凑近了认真观察，仔细闻一闻味道，只因为害怕错过孩子任何微小的变化；曾经马大哈的爸爸连结婚纪念日都记不清楚，却能记得住孩子哪天该打防疫针了，吃完奶过了多久该喝水了——生命的力量真是神奇，从某种意义上说，父母孕育了新生命，新生命也孕育了父母，让一对年轻的夫妻成为合格且优秀的父亲和母亲。除了新生命的降生，这个世界上没有任何力量能让年轻的男女成长实现这样质的飞跃。

然而，尽管父母都把孩子当成自己生命意义的所在，也愿意付出所有的心力去关爱和守护孩子，但是对于大多数父母而言，孩子依然是一个谜团。

我在爱普生涯儿童天赋能力成长中心辅导中经常发现：父母面对孩子成长过程中的各种状况时，常常感到疑惑不解，也就无从有效应对。还有些父母误以为只要满足孩子吃喝拉撒的需求即可，觉得孩子小，还没有丰富的内心世界。这种观念也存在很大的误区，孩子在越早的时候，处于各项智能的快速发育成长阶段，父母对于孩子行为的越早认知，就越能更好地帮助孩子健康成长。

我们从爱普生涯儿童天赋能力成长中心的众多个案中发现：很多父母还总是以成人的思想来揣度孩子，殊不知，孩子的心思和成人截然不同，如果不能很好地理解孩子的内心，最后只能与孩子渐行渐远。当然，在小时候，孩子根本不能用语言流畅地表达自己的诉求，等到孩子渐渐成长，他们也就有了自己的小秘密，也许不愿意向父母袒露心声了。所以在孩子小时候，父母主要靠观察孩子的言行举止来了解孩子身心发展的奥秘；等到孩子大了之后，父母在以语言为主要媒介和孩子进行交流之余，也要通过细致入微的观察来注意孩子的言行举止，进而了解孩子的心理状态。在很多时候，孩子的行为举动也是无意识做出来的，基于孩子的儿童生涯发展阶段，他们并不能洞察自己的内心。如果父母能够透过现象看本质，通过对儿童生涯发展重点的了解，学习儿童行为心理，与孩子同频走入孩子内心，也就能更好地引导和帮助孩子成长。毕竟孩子儿童生涯阶段的智能发育对孩子一辈子有重大影响！这也是作者写作本书的初衷。

愿更多的父母在孩子更小的时候接触到本书，让您比其他父母更早懂孩子，了解孩子的行为以及行为背后的想法，真正帮助孩子更好地成长！也欢迎读者写信交流你的收获与经验。交流邮箱：1540670029@qq.com（注明：《儿童行为心理学》读者），或关注爱普生涯微信公众号（微信号：ahpsy001），及时获取最新建议或公益指导。无疑，每个孩子的成长之路都充满困难，父母唯有披荆斩棘，练就十八班武艺，才能为孩子的成长保驾护航！

| 第一章 |

走入儿童的内心世界，了解儿童不为人知的行为心理秘密

- 小小幼儿的“电报式”语言 // 2
- 面对三令五申，孩子依然故我 // 4
- 孩子为何时常歇斯底里 // 8
- 这是我的，我的，我的 // 12
- 和小金鱼一样只有七秒钟的记忆吗 // 14
- 真的还是假的？假的 // 18

| 第二章 |

做尽职尽责的父母，用爱与尊重为儿童营造成长的天空

- 我偏不，偏不，偏不 // 22
- 爸爸妈妈，你们都不信任我 // 24
- 我快憋死啦 // 27
- 我已经长大了 // 30
- 我什么也不想做 // 33
- 我偏偏就要这么做 // 36
- 我也要当家做主 // 39

| 第三章 |

如何听，孩子才会说；如何说，孩子才会听

妈妈，你不要说，请听我说 // 44

孩子为何捂着耳朵不停地尖叫 // 47

我不听，我不听，就是不听 // 50

孩子离你期望的相去甚远 // 54

怎么说，孩子才会听 // 56

哦，原来你是这么想的 // 59

我相信自己的选择 // 62

我就是个大笨蛋 // 64

妈妈是个大骗子 // 67

感谢阳光照耀在我的身上 // 70

| 第四章 |

人生就是马拉松，不输在起跑线上又如何

厌学的孩子伤不起 // 74

妈妈，我想慢慢长大 // 77

父母的奢望，让孩子崩溃不已 // 80

当孩子处于天花板 // 83

压力，让小马达充满动力 // 86

鲑鱼效应，让孩子精神抖擞 // 89

我不要当牛蛙 // 92

你把邻居家的孩子当儿子吧 // 95

我并没有拖延啊 // 98

| 第五章 |

万丈高楼平地起，打好根基是关键

面对困难，沮丧之情无以言表 // 102

当冲动的情绪成为脱缰的野马 // 105
 孩子，请控制你的坏脾气 // 108
 有梦想，人生才有方向 // 112
 错误，是进步的阶梯 // 114
 宽容他人，就是宽宥自己 // 118
 安全教育，让孩子从容面对危险 // 121
 孩子，请擦干眼泪，绽放笑容 // 123

| 第六章 |

学会如何与人相处和交往，儿童也能成为小小社交达人

乐于分享，让乐趣翻倍 // 128
 宽和的语言，是流淌自心底的清泉 // 130
 把他人的东西“拿”回家 // 133
 今天，我和黄伊娜拥抱了 // 136
 我和黄桃不是好朋友 // 138
 交换，孩子迈出人际交往的第一步 // 141
 告状大王的苦恼 // 144
 “独行侠”的童年不快乐 // 147
 不要让批评成为孩子情绪的导火索 // 150

| 第七章 |

任何怪异行为的背后，必然有深层次的心理原因

孩子为何依恋毛绒玩具狗 // 154
 把鼻孔都抠破了 // 156
 手指不是你的菜 // 159
 真是害羞的小姑娘 // 162
 恐惧，不仅来自黑夜和怪物 // 165
 家有“人来疯” // 168

让妈妈抓狂的“破坏大王” // 170

孩子为何迷恋生殖器 // 173

孩子为何突然咬人 // 175

说谎的孩子真的品质恶劣吗 // 177

| 第八章 |

用心观察儿童的异常行为，警惕成长中的危险因素

入园两个月，为何突然尿频 // 182

哭闹不去幼儿园，究竟为哪般 // 185

夜里突然惊醒，要从白天找原因 // 187

当孩子突然说有“鬼” // 190

为何孩子一见邻居就哭 // 192

不要把孩子说的话当“假” // 194

| 第九章 |

和善坚定的父母，才能让儿童以自律力养成好习惯

让孩子先听后说，不再随便插嘴 // 198

摆脱分离焦虑，独立乐观 // 201

告别“猪窝”，保持房间干净清爽 // 204

写作业不拖延，才有时间娱乐休闲 // 207

有话就说，绝不“哼哼唧唧” // 210

不抱怨，才能充满积极的正能量 // 212

远离沮丧，让人生不绝望 // 216

成功，始于脚下 // 219

后 记 // 222

第一章



走入儿童的内心世界， 了解儿童不为人知的行为心理秘密

面对从呱呱坠地开始，就在自己怀抱中和精心呵护下不断成长的孩子，父母也时常会觉得陌生。虽然他们熟悉孩子的一颦一笑，知道孩子的每一声哭泣代表的意思，但是他们却不了解孩子的行为秘密，也因而对孩子的内心世界很陌生。孩子的每一个行为表现都代表着他们心灵深处的秘密，在这种情况下，父母要想走进孩子的内心世界，就要了解孩子不为人知的心理秘密，从而真正了解孩子，更好地关爱孩子。

小小幼儿的“电报式”语言

随着时代的发展，通信技术越来越发达，电报逐渐淡出了人们的生活。曾经，作为最方便快速的信息传递方式，人们每当有了着急的事情需要传达，就会采取发电报的方式。然而，电报是按字收费，所以让语言最凝聚精练，尽量减少发电报的字数，就成为省钱的最佳方式。因而这也形成了电报式语言的特点，那就是极尽简短，表情达意。

细心的父母会发现，幼儿也会使用电报式语言。一岁多的婴儿，在说话的时候还不能一次使用两三个词语，而只能单个词语、单个词语地往外蹦。因而，他们只能配合自身的肢体动作，来表达自己的意思。到了两岁前后，幼儿开始学习把两三个词语连起来使用，但是他们还会使用连贯词或者副词，所以他们的语言表达很简单，只能起到简单交流信息的作用。有些语义关系学专家认为，幼儿的电报式言语通过词序调整，可以表达两大类性质的语义关系，第一类是指谓形式，第二类是关系形式。在两岁前后，大多数幼儿都能流畅使用至少两个词语构成的句子，这就是所谓的电报式语言。孩子天生拥有精简能力，让句子只剩下主干，而忽略一切不那么重要的词语。例如孩子会说：“妈妈来”“小球”等。尽管语言依然很精简，但是已经能够表达完整意思，而无需再加上动作了。

毋庸置疑，孩子们内心想要表达的意思，比他们真正表达出来的更加丰富和深刻。为了用有限的词汇表达更丰富的意思，孩子们还会对词汇进

行组合，从而使别人更容易理解他们的意思。当然，因为孩子的语言过于精简，所以也难免会引起歧义。诸如“妈妈来”也许是呼唤妈妈过来，也许是告诉别人妈妈回来了。作为与孩子朝夕相处的父母，当然更了解孩子，也应该根据对孩子的了解判断孩子要表达的意思。当孩子因为使用电报式语言而无法清晰表达自己时，父母也不要心急，而要意识到这是孩子成长必然经历的语言发展阶段。唯有更好地激发孩子的语言发展能力，才能使孩子掌握更多的词汇，让他的语言变得更加丰富、灵活。

晨晨说话很早，一岁的时候就会说话了。不过，直到两岁，晨晨还是无法说出完整的句子，为此，妈妈感到非常着急。有一天晚上，晨晨半夜突然发起高烧，而且还不停地对妈妈说：“妈妈疼。”妈妈知道晨晨一定是哪里不舒服了，着急地想要问清楚，然而晨晨还是边哭边说“妈妈疼”，最终妈妈因为着急也哭了起来。

看到妈妈心急如焚的样子，爸爸好像突然想起什么，因而提醒晨晨：“宝贝，你哪里疼呢？是这里吗？”因为担心晨晨扁桃体发炎嗓子疼，所以爸爸首先指了指晨晨的嗓子。晨晨摇摇头，爸爸继续说：“那你哪里疼呢？可以指给爸爸妈妈看吗？”晨晨受到爸爸的启发，因而指着自己的肚子说：“这里。”晨晨指的位置太模糊了，爸爸因而掀起晨晨的上衣，问：“是这里，还是这里？”爸爸先指了指晨晨肚脐眼上面的位置，又指了指晨晨的小肚子。当指到小肚子时，晨晨点点头。爸爸对妈妈说：“有可能是肠胃出问题了，还是去医院吧！”到了医院，爸爸把晨晨的状况告诉医生，医生怀疑是肠系膜淋巴结膜炎，因而让晨晨进行B超检查。果然，晨晨是肠系膜淋巴结膜炎，医生对症下药，没过几天，晨晨的症状就缓解了。

——案例来自爱普生涯儿童天赋能力成长中心

晨晨的话，就是典型的幼儿电报式语言。晨晨知道喊妈妈，告诉妈妈自己“疼”，这样也算说清楚了自己的症状，但却并没有说清哪里疼。关键时刻幸亏爸爸灵机一动，想出办法来帮助晨晨确定病灶，也给医生的诊断指明了方向。两岁左右的孩子，大多数都会使用电报式语言来表达自己的状况，或者诉说自己的需求。如果是在平日里不着急的情况下，也许父母还能耐心听孩子的诉说，但是如果遇到危急的情况，心急的父母就很难再淡定从容了。他们恨不得第一时间就问清楚孩子的情况，偏偏孩子还小，根本说不清楚。这种情况下，父母及时地询问孩子，逐项排除孩子身体上不舒服的地方，才能缩小范围，最终明确孩子的病痛所在，也确定孩子到底需要怎样的帮助。

总而言之，在孩子还小的时候，每当孩子生病，最着急的都是父母。尤其是孩子如果不发烧，哪怕有小小的不舒服，也会因为贪玩而忽略。那么作为父母，就要更加用心观察孩子的情况，全方位地监护孩子，从而及时对孩子的异常进行有效处理。

面对三令五申，孩子依然故我

在心理学上，有一种禁果效应。顾名思义，禁果效应就是逆反心理，用简单的话来说，禁果效应就是越是不被允许去做的事情，人越是想要拼命地尝试。这是逆反心理的表现，在希腊神话中，潘多拉魔盒之所以被打

开，就是禁果效应在起作用。这使得夏娃品尝了禁果。现实中，很多父母都因为孩子不听话而感到烦恼，他们不知道为何原本乖巧懂事的孩子偏偏要与自己对着干，也因此对孩子感到极其不满，导致亲子冲突频繁发生。甚至还有些年幼的孩子明明知道父母不允许自己做某件事情，而偏偏要与父母对着干。这到底是为什么呢？归根结底，是禁果效应在起作用，孩子正在品尝禁果的“甜蜜果实”，所谓“禁果特别甜”，使得孩子对品尝禁果屡禁不止。

细心的父母会发现，孩子在十个月前后特别喜欢扔东西，当父母为他们捡起东西，他们就会觉得非常兴奋。有的时候，父母捡得太累了，就会佯装生气，以严肃的表情暗示婴儿不要继续扔东西了。但是婴儿却不以为然，反而更加乐此不疲地扔东西，甚至用眼睛看着父母，故意把东西扔到地上。父母会嗔怪婴儿“坏家伙”，婴儿却表现得更加高兴。上述可见，连小小的婴儿都受到禁果效应的影响，更何况少年儿童呢！

周末，妈妈带着晨晨去小区附近的公园里玩。因为平日里有人在公园里遛狗，所以广场周围的花坛里以及植物丛中，总有狗屎。妈妈再三叮嘱晨晨：“晨晨，不要靠近那边的花坛啊，会有臭狗屎。”不想，在妈妈说完之后，晨晨反而趁着妈妈不注意就往花坛边上跑，有的时候跑到花坛边缘附近，还会回过头来带着故意挑衅的神情看着妈妈。妈妈气得哇哇大叫，赶紧去把晨晨追回来。然而，一眼看不到，晨晨又跑到花坛边上去了。

有一次，妈妈正在和一个邻居聊天，晨晨哇哇大哭起来，妈妈扭头一看，晨晨正趴在花坛边上呢。妈妈赶紧飞奔过去，果不其然，晨晨手上沾满了狗屎。妈妈当即像老鹰抓小鸡一样提溜起晨晨就往家里走，回到家里赶紧把晨晨放到淋浴室里，清洗了好几遍。妈妈想不明白，为何再三叮嘱

的事情晨晨偏偏要去做呢？一个偶然的机，妈妈在听育儿讲座的时候提出了自己的疑问：“我家晨晨两岁半了，但是特别不听话，越是不让做的事情，他越是要做，这到底是为什么呢？”专家反问妈妈：“那么，你是如何禁止孩子做事情的呢？可以举一个具体的例子吗？”妈妈想了想说：“去公园里，我告诉他‘不要去花坛边上玩’，结果他总是往花坛边上走，还因为摔倒手上沾满了狗屎。哎，我真不明白他这么小，怎么就这么叛逆呢？！”专家笑着说：“其实，不是孩子叛逆，而是你表达的方式不对。你是在以否定句式和孩子说话，反而激起了孩子更加强烈的好奇心。我建议你以后可以试着说‘宝贝，在妈妈身边玩’，孩子就不会走远了。”尽管妈妈对专家的话似信非信，但是再次带着孩子出去玩时，妈妈还是尝试了一下。出乎她的预料，正面表达的方式效果非常好。妈妈对晨晨说：“宝贝，咱们在这里找蚂蚁玩吧。”结果，晨晨似乎全然忘记了花坛边缘，而专心致志地和妈妈一起找蚂蚁。此后，妈妈又尝试了好几次，发现晨晨都很配合，不听话的现象也大大减少了。

——案例来自爱普生涯儿童天赋能力成长中心

孩子往往听不懂否定句，他们对妈妈说的“不要去花坛边”，实际上只听到了“去花坛边”，因而他们变得非常兴奋，甚至故意跑到花坛边，而且迫不及待想要了解花坛边的秘密。从这个角度讲，妈妈的否定句偏偏提醒了孩子做他们不该做的事情。如果妈妈告诉孩子“留在妈妈身边玩”或者“一起找蚂蚁”，那么孩子就会接受正面的信息，从而表现出对妈妈的顺从和听话。

至此，亲爱的家长们，你们掌握和孩子沟通的技巧了吗？

孩子的好奇心非常强烈，这是孩子的天性，因而心理学上的禁果效应

对于孩子而言作用明显。表现在言行举止上，孩子就会给父母留下不听话的印象，也使得父母对于孩子的教育感到非常头疼。在这种情况下，父母应该改变教育孩子的思路：对于年幼的孩子，与其以否定的句式告诉孩子不要做什么事情，还不如以肯定的句式告诉孩子应该做什么事情效果更好；对于大一些的孩子，父母也不要一味地禁止孩子做某件事情，而要及时引导孩子的行为，疏导孩子的情绪，这样才能让孩子对父母表现出更多的理解和顺从。

现实生活中，很多父母因为过分关心和疼爱孩子，往往对孩子束缚和禁锢太多，例如禁止孩子调皮捣蛋说脏话，或者禁止孩子冒险、撒谎等，反而导致孩子做出更加恶劣的行径，也使得孩子更加叛逆。很多人都知道“大禹治水”的故事，也知道治水的原理是宜疏不宜堵，那么面对孩子的教育问题，父母更应该采取引导的方式，从而给予孩子更好的指导和帮助，也让孩子满足自己的好奇心和探索欲。否则，单纯地压制孩子，只会使得孩子变本加厉，更加叛逆。当然，父母与孩子的良好相处，还要建立在尊重孩子的基础之上，这样才能真正实现与孩子平等相处。明智的父母不但可以引导孩子，还可以与孩子斗智斗勇。有些聪明的父母很善于利用禁果效应，反而能激发起孩子的逆反心理，让孩子主动地去做父母期望他们做的事情。当然，这么做一定要把握好度，否则一旦过度，就会让这个办法彻底失灵，父母也会失去孩子的信任。

孩子为何时常歇斯底里

当今时代，人们的生活压力越来越大，这种压力不仅重重地压在成年人身上，也重重地压在孩子的身上。如今，有很多年幼的孩子都容易陷入情绪失控之中，或者是因为学业的压力，或者因为与父母关系紧张，也有可能是孩子本身就特别敏感，内心也太脆弱。总而言之，孩子的心理素质差，承受能力弱，是由各种原因导致的，并非是某种单纯的因素引发的。那么，曾经无忧无虑、健康快乐的孩子，为何突然就歇斯底里了呢？尽管原因复杂，但父母也要多观察和了解孩子，从而才能帮助孩子疏导和缓解情绪，也应尽量避免孩子因为情绪失控而导致心理上疾病。

早在古代，很多学者都曾经对人的本性做出推断，有人主张人之初性本善，有人主张人之初性本恶。现代心理学专家则认为，新生命从呱呱坠地开始，就像一张白纸一样单纯，是后天的成长为孩子着色，让孩子成为特定的样子。因而，孩子既不是性本善，也不是性本恶，而是充满无限的可能性，染之黄则黄，染之苍则苍。由此可见，后天的教育和成长对孩子而言至关重要。

从本质上而言，不管孩子为何歇斯底里，归根结底，孩子情绪失控的原因是内心情绪的积压达到极限而爆发。在孩子的成长过程中，情绪起到很重要的作用，良好的情绪能够让孩子健康成长，形成健全独立的人格，