

田艾米 编著



儿童心理问题 全攻略

(学校生活)

学习“压力山大”，如何引爆孩子超级学商“心能量”？

下课后孩子在想什么

小孩子有自己的小社

明明是万千宠爱的“

Happy成长？

会不快乐？

小脑袋瓜儿里的世界很奇妙，别说你懂孩子的心！小小少年，也有烦恼，怎样帮孩子避开成长中的荆棘？

这是一本完美父母非读不可的修炼宝典

这是一本前所未有探知儿童心理的家教秘籍

做最懂孩子内心的父母，做最爱孩子的心理医生，为孩子的心灵注入满满的正能量！



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

田艾米 编著

儿童心理问题 全攻略



(学校生活)

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

儿童心理问题全攻略. 学校生活 / 田艾米编著. —北京：电子工业出版社，2013.7
ISBN 978-7-121-20746-4

I. ①儿… II. ①田… III. ①儿童心理学 IV. ①B844.1

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第135016号

策划编辑：张 轶

责任编辑：张 轶

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：710×1000 1/16 印张：13 字数：186千字

印 次：2013年7月第1次印刷

定 价：35.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

前言



为人父母的你，还天真地以为，小小孩童的心灵就是一张无须解读，便可以一览无余的白纸吗？

——其实，孩子的内心世界，可比你想象的丰富得多啦！

教养孩子，要从走进孩子的内心世界开始。

父母是孩子的守护者，是最爱孩子的人。然而，对很多父母来说，孩子的内心，仍然是一个无法探索的神秘迷宫。

你可知道，小宝宝的一举一动，代表着可能连他们自己都不曾意识到的需求。

你可知道，孩子纯洁无瑕的大眼睛，隐藏着许许多多父母不知道的小秘密呢。

“这孩子到底在想什么？”

每一位抚养过孩子的父母应该都在心里问过这个问题，就连最了解孩子的父母，有时候也不知道自己的宝贝到底怎么了。

当孩子怕黑，不愿意自己睡觉的时候；

当孩子挑食，不肯吃蔬菜的时候；

当孩子崇拜偶像，一味追星的时候；

当孩子说“我已经长大了”，追求个性，和父母“对着干”的时候；

当孩子爱撒娇、说脏话、说谎、没礼貌、爱淘气的时候；

当孩子遭受挫折、遇到烦恼、缺乏自信、跟朋友闹矛盾的时候；

.....

面对这些千奇百怪的子女教养问题，作为父母的你，你是否也曾有不知所措的片刻？你会怎样处理这些难缠而又不得不应对的问题——是简单粗暴地呵斥命



令？听之任之地纵容溺爱？还是只能焦灼无奈地束手无策？

近年来报道显示，遭遇厌学、抑郁、暴躁、自卑这些“情绪小魔鬼”折磨的孩子越来越多，甚至还有因此导致犯罪的情况，心理素质差、人际关系冷漠、不与父母沟通、存在沟通障碍等问题的孩子也屡见不鲜……你是否也曾为此感到忧心忡忡呢？

每一个孩子的内心都是一个充满了奥秘的世界。有时候父母会觉得，孩子乱发脾气莫名其妙，有时候会觉得孩子单纯天真、担心他无法应付未来的世界，有时候又会觉得，孩子懂得的，似乎比我们想象的还要多得多。

如何了解孩子莫名举止背后的真实？如何走进孩子的内心？如何帮孩子度过成长的荆棘？

每一个父母都应该懂点儿童心理学，而对于渴望解读孩子内心的一般读者来说，最需要的，不是高深的理论，专业性的论述，而是如本书一般通俗易懂的分析，实用的方法。

就让本书，来告诉你所有这些问题的答案！

本书按照成长历程、家庭教育、学校生活等几个方面，通过上百个主题，全方位地对孩子成长历程中各种让父母伤脑筋的问题心理和行为进行了探讨，涉及孩子内心世界方方面面的培养，读者可以依照编排顺序阅读，也可以从自己最关心的问题开始探索。

深奥的理论摇身一变，成了众多活泼易懂的小问题，深入浅出，条理分明。让读者学会读懂孩子的情绪反应，为父母指出走进孩子内心世界的秘径。

孩子的内心世界丰富多彩，教养的方法也多种多样，本书也充分考虑到了孩子的不同心理个性，，书中所提供的，并不是所谓的标准答案，更多地，是提供一个科学的理念，希望读者在阅读本书的过程得到启迪，找到最适合自己的教养方法。

同时，在本书中，点点滴滴都体现着父母与孩子的互动，在走进孩子心灵、读懂孩子内心的过程中，父母也可以对自身进行反思和调整，让父母与孩子相互理解、和谐融洽地共同提高。

走进孩子的内心世界，把握孩子情绪的脉络，可以帮助孩子

认识个人情绪，学会表达自己情绪，做自己情绪的“小管家”，这样父母就不至于总是对着“不可思议”的孩子束手无策了。

更重要的一点是，性格决定命运。

在孩子性格渐渐形成雏形的童年时代，负责任的父母，应该学会帮助孩子从小学会认识自己的情感，形成良好的性格，使得孩子可以从小做一个“快乐宝贝”，长大后成为一个性格积极、身心健康的社会人，拥有幸福、成功的人生。

生活是最好的训练营，父母就是孩子最好的心理医生。快来跟随本书的指引，走上通往孩子内心世界的秘径吧！

感谢为本书提供素材的：董娜、范春贤、贾俊岩、金晶、厉彦滨、刘德凤、刘忠学、钱俊、谭海伟、谭静、田园、汪琳、叶硕、叶仲英、周斯源。

目 录

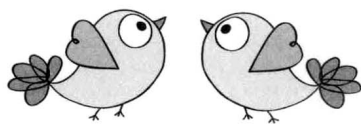


PART 1



让孩子成为学习能手，其实没那么困难

- 孩子的记忆能力，是可以培养的吗？ 10
- 学东西比别人慢，我家孩子是智商低吗？ 14
- 当孩子问起“我为什么要去上学”，该怎样回答？ 17
- 一百分意味着什么，怎样让孩子正确认识学习成绩？ 20
- 怎样利用“选择性注意”克服孩子爱走神儿的坏习惯？ 23
- 怎样利用“成就动机”让孩子主动去学习？ 26
- 孩子努力了，可还是学不好，家长该怎么办？ 30
- “我喜欢语文，讨厌数学！”——孩子偏科怎么办？ 33
- 孩子为什么总是“马大哈”，这是无法避免的吗？ 37
- 孩子总是坐不住，这是多动症吗？ 40
- 考孩子也是考家长，该怎样面对孩子的考试？ 44
- 怎样让孩子学会作计划，改掉“临时抱佛脚”的毛病呢？ 47



PART2



你知道下课后，孩子都在做什么吗

- 课余时间管着孩子学习，“度”在哪里？ 52
- 让孩子上辅导班似乎是大势所趋，我该如何选择呢？ 55
- “我想学画画，不想学琴了”，孩子三分钟热度怎么办？ 58
- 孩子喜欢拆东西，应该制止他吗？ 61
- 孩子爱看故事书，这样的爱好应该支持吗？ 64
- 孩子不爱上体育课，没什么大不了吗？ 67
- 奇思妙想也精彩，家长该如何对待孩子的“异想天开”？ 70
- 现在是E时代了，你知道孩子在网上做什么吗？ 73
- 孩子的手机里，有哪些家长不知道的秘密？ 76

PART3



孩子们有自己的小小社会

- 同龄伙伴对孩子的身心发展有什么作用？ 82
- 新学期想帮孩子尽快地适应新环境，家长能做些什么？ 85
- 孩子怕生，该如何培养孩子的亲社会性行为？ 88
- 为什么孩子会那么在乎被人起外号这种事？ 91
- 孩子交什么样的朋友，家长不应该干涉吗？ 94
- 当孩子找不到朋友时，家长能做什么？ 99
- 孩子要去小朋友家玩，该教他注意些什么？ 102

孩子想请小朋友回家玩，父母有哪些需要注意的？ 106

父母该怎样对待小小男子汉们的“讲义气”？ 110

老师对孩子心理发展的重要影响，你知道吗？ 114

PART 4



帮助孩子避开成长中的荆棘

孩子被别的小朋友欺负了，我该为他“主持公道”吗？ 120

孩子动不动就扬言要“揍人”，该怎样纠正呢？ 124

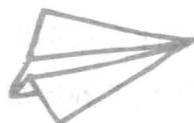
“为什么我要让着他！”——怎样让孩子懂得礼让？ 128

孩子会觉得抽烟喝酒的“不良少年”很酷，这是为什么呢？ 131

面对孩子的攀比心理，拒绝是唯一正确的方式吗？ 135

“老师冤枉我！”当孩子遭遇误解，家长怎么办？ 139

为了孩子好，应该跟老师“搞好关系”吗？ 143



PART5



小小少年，也有烦恼

- 明明是万千宠爱的“小皇帝”，为什么孩子还会不快乐？ 150
- 上学、作业、辅导班……孩子的压力大，家长怎么办？ 156
- 你有没有过当着别人的面说孩子“不乖”？ 161
- “爱玩是孩子的天性”——孩子喜欢玩，这样不好吗？ 165
- 孩子无法尽如所愿，家长该如何调适自己的期望值？ 170
- 孩子居然说出“我想走自己想要的人生道路”，家长应该怎么办？ 174



PART6



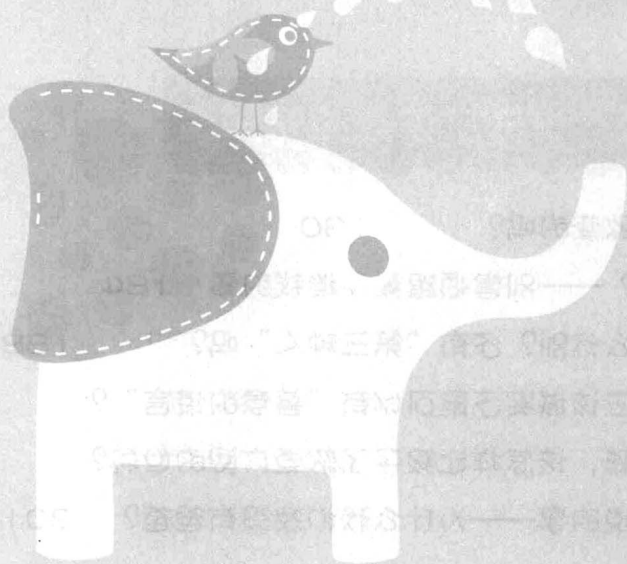
有些问题，也许应该让孩子知道

- 世界是我们能够改变的吗？ 180
- 金钱是万能的吗？——别害怕跟孩子谈钱的事 184
- 好人和坏人该怎么分别？还有“第三种人”吗？ 188
- 在人际交往中，应该诚实还是可以有“善意的谎言”？ 192
- 大千世界多姿多彩，该怎样让孩子了解更广阔的世界？ 197
- 单亲家庭不能不说的事——为什么我们家没有爸爸？ 201





PART 1



让孩子成为学习能手，
其实没那么困难





孩子的记忆能力，是可以培养的吗？



【心事问答】



Q:

眼看家里的宝贝日渐长大，我们都很着急，能不能趁着孩子小，锻炼孩子的记忆力，为以后的生活学习提供方便呢？

A:

孩子的记忆力确实是可培养的，但是要靠父母耐心引导和孩子的努力配合。



【案例】

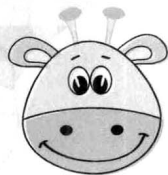
陆妈妈的宝宝蕾蕾今年3岁了，6月初的时候，陆妈妈送宝宝去了幼儿园。

经过几个月的时间，蕾蕾慢慢地开始习惯幼儿园的生活，从心理和生理都已经习惯了集体生活，这让陆妈妈很是开心。

但是最近的家长会上，蕾蕾的老师向陆妈妈反映蕾蕾的记忆力不是很好。这可吓坏了陆妈妈，陆妈妈觉得平时在家教蕾蕾其他东西的时候，蕾蕾的表现似乎也是这样，不论是诗词还是数学，蕾蕾的学习速度确实稍微有些慢。

陆妈妈现在很疑惑，不知道到底蕾蕾的记忆力是不是真的不好，那有没有其他方式能让蕾蕾的记忆力快速提升起来呢？





记忆能力不好确实很容易让爸爸妈妈焦虑，这样下去孩子以后学习和生活会不会遇到很大的问题？

其实，家长们不必太担心，每个孩子的记忆力都是不一样的，同样的孩子在不同年龄的记忆能力也大不相同，而且记忆力可以通过后天的培养和训练达到新的高度。



【专家分析】

儿童时期，孩子的大脑有着无限大的潜力，这个时期也是孩子求知欲最旺盛的时候。这时，家长教给孩子一些科学的记忆方法，在学习上可收到事半功倍的效果，这对于提高孩子的学习无疑是大有好处的。

记忆力的培养是循序渐进的，家长须要引导孩子，让他们学会有效的记忆方法，促使他们去探索、交流，以达到提高记忆力的目的。

关于幼儿时期的孩子，学习和技能掌握离不开模仿和重复，并且他们的思维是具象化的，并不具备较强的抽象思维能力，所以，要让孩子深刻记忆一事物最好的方法就是让他用感官去感知生动具体的形象，最好能够身体力行地参与其中，只有充分认识和理解了该事物，孩子才能将其牢固记忆。另外就是，多多重复，孩子喜欢重复也需要重复，这便是他的学习方式，比如给他讲故事，最好是一个故事连续几天重复讲，到后期，就让孩子参与讲述其中一部分或为故事编续集，这都是很好的记忆方法。

其实，只要家长耐心地引导，孩子能够经常锻炼，他的记忆力就会提高！

10/11



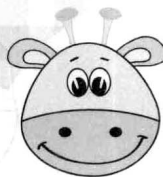
【给家长的建议】

人的记忆潜能从理论上讲有着广阔的空间。有的人记忆力好得出奇，是因为他们能天长日久地训练自己的记忆力，脑子中的记忆方法越来越多，结果，记忆力就越来越好。因此，要想成功地提高孩子的记忆力，关键在于要加强记忆方法的训练。

那么，如何确立记忆的近期目标呢？关键是要学会安排记忆进程，把长远目标划分成若干不同的近期目标，一个一个地实现，一个一个地跨越。每当达到了一个近期目标，就能增强信心，改进记忆效能，提高记忆速度。当达到了所有的近期目标后，苦心积虑所要追求的长远目标也就胜利在望了。而对长远目标的靠近，无疑会更强有力地刺激记忆效能，从而更有效地提高记忆力。

在积极思考、达到深刻理解的基础上记忆材料的方法，叫做理解记忆法。理解记忆的基本条件是对材料进行思维加工。有些材料，如科学概念、范畴、定理、法则和规律、历史事件、文艺作品等，都是有意义的。人们记忆这类材料时，一般都不采取逐字逐句死记硬背的方式，而是首先理解其基本含义，即借助已有的知识经验，通过思维进行分析综合，把握材料各部分的特点和内在的逻辑联系，使之纳入已有的知识结构，以便保持在记忆中。理解记忆的全面性、牢固性、精确性及迅速有效性，依赖于小学生对材料理解的程度。理解记忆的效果优于机械记忆。我们要孩子明确“先理解、后记忆”的要求，而不要一开始就逐字逐句地死记硬背。

根据心理学家的统计和研究，小学生擅长具体形象的记忆。直观、形象的东西，尤其是视觉映像，容易给孩子留下深刻的印象。因此，当孩子记忆一些抽象的东西，尽可能与具体、形象的东西结合起来，在形象的基础上，概括出具有普遍性的结论。一位小学生说：他很



快就记住了他的一个朋友的电话号码：33329916。问他是怎样记的，他回答说，这组号码表面看毫无意义，但把它们分解成几个部分，并与自己所熟知的字挂起钩来，就容易记住了。比如这组数字，3332是他所居住区域的邮政编码，99又恰恰是他所居住的公寓号，他住在16号房间。几组数字加起来正好是33329916。

★ 当一种事物和另一种事物相类似时，往往会从这一事物引起对另一事物的联想。把记忆的材料与自己体验过的事物结合起来，记忆效果就好。在外语单词里，有发音相似的，有意义相似的，这些都可以利用相似联想法来帮助记忆。辽宁黑山北关实验学校和北京景山学校在小学低年级试验一种集中识字的方法，可使学生在两年内认字2500个，阅读一般书籍报纸。这种识字法就运用了类似联想记忆法的道理，把字形、字音相近，能互相引起联想的字编成一组一组的，像把“扬、肠、场、畅、汤”放在一起记，把“情、清、请、晴、睛”放在一起记。每组汉字的右边都是相同，每组字的汉语拼音也有共性，前一组的汉语拼音后面都是“ang”，后一组的汉语拼音后面都是“ing”，这样学生就学得快、也记得住。

★ 要记忆外部信息，必须先接受这些信息，而接受信息的“通道”不止一条，有视觉、听觉、触觉，等等。有多种感官知觉参与的记忆，叫做“多通道”记忆。这种记忆效果比单通道记忆强得多。

记忆是孩子的学习之母。孩子依靠记忆，才逐渐建立起自己的知识库。有了记忆，智力才能不断地发展，知识才能不断地积累。



学东西比别人慢，我家孩子是智商低吗？



【心事问答】



Q:

孩子一点一点长大，我们开始教宝贝一些生活的常识，可是他总是比其他的孩子学得慢，这是我们的宝贝智商不够吗？

A:

孩子开始过渡到学习期有个适应的过程，家长不要站在成人的角度来思考快慢的问题，而是应该给予孩子更多的引导和耐心，来让孩子一点一点学会学习，逐步提高自己的智商。



【案例】

最近郝爸爸发现，自己5岁的宝贝女儿妍妍特别奇怪。

郝爸爸有天带妍妍去公园，路过健身器械的时候，就耐心教她认识，当时妍妍就不予理会，一副毫不在意的样子，之后，郝爸爸并没有再次教她。可是过了几天后，郝爸爸和她再路过公园，指给她看同样器械的时候，她会记起来这个东西。

无独有偶，后来郝爸爸发现，教妍妍唱儿歌也是这样的情况，教导妍妍的时候，妍妍总是记不住，郝爸爸反复地唱给妍妍听，妍妍也是没有学会。但是几天之后，郝爸爸突然发现。妍妍自己在哼哼儿歌的旋律。

