

每天学一点亲子心理学

李彦芳 朱德德 编著

陪孩子走过 小学这6年

小学生父母不可不知的教育心理策略和技巧

有效的教育，从打开孩子的心灵开始，巧用心理学，教出好孩子。

剖析孩子行为背后的心理原因，找准关键点

分享符合青少年心理学与成长心理学的最有效的教养方法



每天学一点亲子心理学

陪孩子走过 小学这6年

李彦芳 朱德德 编著

小学生父母不可不知的教育心理策略和技巧

 企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

陪孩子走过小学这6年:小学生父母不可不知的教育心理策略和技巧 / 李彦芳, 朱德德编著. —北京: 企业管理出版社, 2013.11

ISBN 978-7-5164-0571-0

I. ①陪… II. ①李… ②朱 III. ①小学生—家庭教育 ②小学生—教育心理学 IV. ①G78 ②G444

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第254607号

书 名: 陪孩子走过小学这6年:

小学生父母不可不知的教育心理策略和技巧

作 者: 李彦芳 朱德德

责任编辑: 张 羿

书 号: ISBN 978-7-5164-0571-0

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路17号 邮 编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 编辑部(010) 68453201 发行部(010) 68701638

电子信箱: emph003@sina.cn

印 刷: 北京中新伟业印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 160毫米×230毫米 16开本 14印张 220千字

版 次: 2013年11月第1版 2013年11月第1次印刷

定 价: 29.80元

版权所有 翻印必究·印装错误 负责调换



序

有效的教育，从读懂孩子的心开始

关于孩子和教育，父母们普遍知道的很少，做错的很多。不是因为父母不努力，而是因为父母不懂孩子的心理，误解了孩子，甚至给孩子造成了心理障碍，让自己对孩子的教育走入歧途。

实验一：哈佛大学心理学教授菲尼·贝克曾经做过一个实验，他在街头的一面墙上，分别挂了两个牌子，一个上写“禁止涂鸦”，一个上写“请不要乱涂写”。结果发现，在挂第一个牌子期间，该面墙上涂鸦的现象特别严重。

现在我们也来做个试验，请你用下面几个句式来和孩子说话：“不要做……”、“不许做……”、“不能做……”，你看看孩子会有怎样的反应。

很显然，这样严肃的禁令式教育，只会激发孩子的逆反心理，让你的孩子把对抗你作为当下一个获取快乐的目标。

实验二：著名的心理学家德·波诺发现，生活在乡村里的人，他们眼里对于美女的概念，只是村里漂亮的姑娘，而不会有更美的形象。波诺说，这是“乡村维纳斯”效应。



现在，我们也来做个试验，让孩子回答一个关于自然现象的问题。给一个孩子一个固定的答案，而给另一个孩子很多关于自然现象的图书，看看哪一个孩子回答问题更好？

很显然，如果我们只给孩子固定而准确的答案，那么孩子就会变成一个目光短浅、刻板而没有主见的人，而如果我们能多方面、多思维开启孩子的智力，那么孩子就会学会自己探索，不愿意受任何权威的限制。

实验三：美国科学家法波也曾经做过一个实验，他把许多条毛毛虫首尾相连放在一个花盆的边沿。在离这个花盆六英尺的地方，就有毛毛虫爱吃的松针。但他发现，这些毛毛虫一直沿着前面毛毛虫的足迹走，直到七天后，它们都被饿死。

现在，我们来做个实验，让一个智障者对几个孩子受训，条件是只允许孩子说“Yes”，过一段时间后，我们看看孩子们会怎么样？

很显然，优秀的孩子也可能会成为智障。如果我们在教育孩子的时候，只允许孩子听从父母的话，那么孩子将来只能达到你的一半水平，而永远无法超越。

这些对教育有用的心理学实验，你知道多少？

有一个父亲，他就是不明白为什么教育可以不用让孩子听话。他说：“如果孩子不听话，那还怎么做教育？”

当他进行了上面的三个实验后，马上豁然开朗。之后，在教育孩子时，他喜欢更多地听听孩子的意见。结果，他的孩子变得特别懂事，让他操心的事情更少了。

其实，教育过程，是一个心理互动过程，也是一个潜意识挖掘过程。

父母越多掌握心理学原理，就能越了解自己的孩子，越了解自己的孩子，也就能越知道什么教育对孩子是正确的，是有用的。另外，虽然我们活在显意识里，但能让我们发生巨变的，能左右我们的人生方向的，却是我们的潜意识。

这就是为什么现在人们越来越重视教育心理策略的原因，也是本套丛书



的写作缘起。

《每天学一点亲子心理学》丛书是一套针对孩子心理的教子图书，共分3册，分别针对学龄前、小学阶段和初中阶段孩子的普遍行为及典型问题，从心理学的角度进行深度的解读和分析问题背后的心理原因，并为家长提供详细的解决方法。

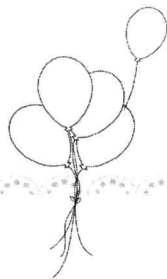
《每天学一点亲子心理学》丛书是一套写给父母及教育工作者读的心灵读本，书中没有说教，让父母轻松全面地掌握孩子的心理，从而做到胸有成竹、游刃有余地帮助孩子纠正不良心理和行为，成就完美人生。

本书在编写的过程中，得到了张振忠、张玉霞、李秀丽、烟爱民、赵光玲、程永虎、顾新民、刘江、张欣、张振刚、游红云、张江江等人的帮助和支持，在此一并表示感谢！

最后，祝所有的父母都读懂自己的心，看懂孩子的心，做最好的教育。

编者

2013年7月8日于北京



目 录 CONTENTS

序 有效的教育，从读懂孩子的心开始 / 1

第01章 了解小学孩子的心理——帮助孩子成为优秀学生

小小孩子要独立——了解孩子的独立意识 / 2

让孩子爱上学习——把握学习心理学 / 5

孩子并非坏孩子——认识不良品行背后的心理 / 8

开始接触社会——了解孩子的社会认知心理 / 11

第02章 培养孩子的健全人格——人格决定人生的成败

你要自己去上学——练习独立 / 16

我总是管不住自己——教孩子自律 / 19

孩子太情绪化——做个理性人 / 22

一遇到挫折就哭——让孩子坚强 / 25

把买书的钱捐出去——慷慨的孩子 / 28

我不是好惹的——让孩子学会宽容 / 31

别人有的我也要——拒绝太虚荣 / 34

那个是我的——改掉自私个性 / 38



我太笨了——让孩子自信起来 / 41

第03章 及时进行品德教育——找到品行不良的心理原因

妈妈，您先吃——做个孝顺孩子 / 46

你们就该照顾我——不懂感恩的孩子 / 49

我不想做家务——培养勤劳品质 / 51

我两个都想要——贪心的孩子 / 54

做事犹豫不决——学会果断行事 / 57

她冷她活该——培养爱心孩子 / 60

我就是不让——培养谦让品质 / 63

你怎么责怪别人——孩子不懂反省 / 66

对不起，我没有看见——让孩子细心 / 69

第04章 了解孩子的学习心理——帮助小学孩子取得好成绩

我不敢去学校——克服学校恐惧症 / 74

那个老师真讨厌——消除偏见 / 77

一上课就插嘴——孩子不遵守纪律 / 80

我过会儿再写——孩子不爱写作业 / 83

明天考试我紧张——面对考试焦虑 / 86

我不喜欢学语文——偏科有原因 / 89

边看电视边学习——学习不能三心二意 / 92

我考了班级第一——防止骄傲自大 / 95

第05章 保证孩子的心理健康——给孩子一生幸福的基础

不听话，让警察来抓你——不要吓唬孩子 / 100

我不敢，我害怕——帮孩子克服恐惧 / 103

芸芸上课找我说话——孩子爱告状 / 106



- 在课堂上坐不住——警惕多动症 / 108
- 孩子不爱说话了——选择性缄默症 / 111
- 爸妈总偏心——给孩子关爱 / 114
- 总是抢答问题——争强好胜要有度 / 117
- 孩子情绪波动大——学会控制情绪 / 120
- 莉莉真笨——嘲笑背后是嫉妒 / 123

第06章 传授孩子社交技巧——让孩子开始社会化进程

- 我不是小胖子——被别人喊外号 / 128
- 我恨他——教孩子理解他人 / 131
- 父母，他欺负我——孩子被欺负 / 133
- 我不想答应他——学会拒绝 / 136
- 真的不是我干的——孩子被冤枉时 / 138
- 会不会在说我——消除敏感多疑 / 141
- 快点说谢谢——掌握社交礼仪 / 144
- 爸爸喝汤就行了——学会换位思考 / 147
- 总是打断别人——学会倾听 / 150

第07章 正确对待孩子的逆反行为——引导孩子的反抗意识

- 你不答应我就哭——面对孩子的威胁 / 154
- 当面一套背后一套——阳奉阴违的孩子 / 157
- 我也想做做看——渴望长大 / 160
- 不让我去我偏去——孩子越管越糟 / 163
- 孩子喜欢顶嘴——顶嘴是“好事” / 166
- 少玩一会吧——孩子太贪玩 / 169
- 我就是不想动——懒惰的孩子 / 172
- 乱发脾气——引导孩子平复心情 / 174
- 问什么都不理——用冷漠对抗父母 / 177



第08章 孩子并非不正常——解析行为背后的心理奥秘

孩子总是不停洗手——应对洁癖孩子 / 182

妈妈，你来帮我——过分依赖 / 185

来回整理书——秩序强迫症 / 188

和我有什么关系——冷漠的孩子 / 191

孩子胆小怕事——让孩子大胆起来 / 193

一个人真没意思——告别孤独 / 196

孩子屡教不改——进行适当惩罚 / 199

你拿什么奖励我——不提倡物质奖励 / 202

我现在就要玩——让孩子练习等待 / 205

你怎么这么慢——孩子拖拉有原因 / 207



第 01 章

了解小学孩子的心理——
帮助孩子成为优秀学生



小小孩子要独立——了解孩子的独立意识



教子实例

周浩今年七岁了，妈妈对他越来越不满意，每次在饭桌上吃饭，他都把头一伸，嘴一张，等着妈妈喂饭。

妈妈一边喂周浩，一边不满地说：“你说你现在都上一年级了，独立能力怎么还这么差啊？连吃饭都还要我喂，你看看邻居家的宁宁，人家现在都会自己洗衣服了。”

周浩完全不把妈妈的话放在心上，依旧一边玩玩具，一边等着妈妈喂饭。

后来，老师给妈妈打来电话，说周浩在学校里太懒惰了，什么也不会干，同学们轮流值日，可周浩却说自己不会干，同学们都说他“能力低下”。

老师很不解，所以才向妈妈询问，为什么周浩都这么大了，独立能力却这么差呢？



心理分析

孩子在父母眼里，好像一直都是长不大的小孩，很多父母都信奉这样的原则：“孩子就是一切，一切为了孩子”，他们恨不得替孩子包办了所有事，纵然如此，似乎都还觉得不够。

在丹麦，父母对孩子的事“置之不理”是很常见的事，丹麦人的“超前”行为，成功培养了孩子的独立意识，提高了孩子的独立能力。所以，为了锻炼孩子，父母要给孩子机会，不要让孩子成为温室里不堪一击的花朵。



“勤劳”、“努力”、“勇敢”的父母身边，有太多独立能力差、依赖性强的孩子，这都是因为父母剥夺了孩子成长独立的机会，看似是爱孩子，其实反而害了孩子。随着孩子年龄的不断增大，父母要有意识地开始培养孩子的独立意识，让孩子独立勇敢地成长。

常言说得好：“有什么样的父母，往往就有什么样的孩子”。孩子独立能力差，大部分的原因都是父母教育失误造成的，父母溺爱孩子、娇纵孩子，或父母没有起到良好的榜样作用，影响到了孩子的成长。

父母有了意识，有了正确的行为才能影响孩子，让孩子变得更好、更独立。

独立能力差的孩子，在未来的竞争中占不到先机，只能处于一种劣势地位。绝大多数的孩子长大后，都要靠自己的能力去生活，去争取获得自己想要的东西，试想，一个连自己都照顾不好、独立能力很差的人，他能适应竞争激烈的社会吗？

在平时的生活中，父母不要过度保护孩子，从小尽早培养孩子的独立意识，锻炼孩子的独立能力，在一旁给孩子建议和支持。虽然这个过程可能会让孩子很辛苦，但对他的成长发展是非常有利的。

孩子小时候不懂得提高自己的独立能力，长大后改变就会比较困难了。培养孩子的独立意识，锻炼孩子的独立能力，要从小做起。



给父母的建议

要父母不过多干涉孩子似乎很难，那么如何培养孩子的独立意识，锻炼孩子的独立能力呢？来看看以下几条建议吧。

建议一：父母要注重培养孩子的独立意识

孩子在干什么时，父母不要干涉太多，尽量让孩子自己做完。尤其是在孩子独立意识的萌芽时期，虽然孩子会犯错误，做不好，但一定要让孩子自己动手，慢慢地，孩子就会有独立意识。

很多时候，父母看孩子干活都非常着急，认为孩子干不好，在浪费时间，这种想法就是犯了主观错误。父母应该鼓励孩子，而不是泼孩子冷水。

平时要多鼓励孩子，让孩子脑子里有“我”的观念，让孩子尝试自己



动手。

妈妈在帮倩倩叠被子，倩倩在一旁玩，一副理所当然的样子。

“倩倩，你为什么不叠被子啊？”妈妈故意问倩倩。

“平时都是妈妈叠啊，我又不会。”倩倩说得理所当然。

妈妈听了，点点头，又接着问：“那这是谁的被子？昨晚谁盖了？盖被子的人是不是要学习自己动手叠被子呢？”

倩倩想了想，虽然极不情愿，但还是自己走到床边学叠被子。

孩子的独立意识需要父母及时唤醒，及时培养。孩子不是天生就具有良好的独立能力，而是在父母的教育下有了自立意识后才逐渐形成的，父母要从小培养孩子的独立意识。

建议二：父母要为孩子树立良好的榜样

父母要想孩子独立能力强，平时就要给孩子树立好榜样。孩子独立能力差，就要从父母身上找原因。

在生活中，父母要做好自己分内的事，让孩子明白自己的事自己做。在长久的耳濡目染下，孩子就会想要成为父母那样的人。如此，孩子的自主能动性就被激发出来，相信独立能力也会有大的提高。

建议三：提供锻炼机会，培养孩子的独立能力

很多父母认为，孩子在上小学，年纪还小，只要搞好学习就好了，独立性差一点也没关系，锻炼孩子只不过是浪费时间。

还有些父母认为，孩子的独立能力长大了自然就好了，小时候不用特意培养。这些想法都是不对的。小时候不给孩子提供锻炼机会，长大了就晚了，毕竟孩子的独立能力不是一下子就有的。

陆霏霏过年收到了500多元的零用钱，她想交给妈妈管理，但这次妈妈却没要，而是让霏霏自己管理。

“妈妈可以帮你开了户存起来，你自己列个清单，看看要如何支配你的零用钱。”妈妈特意强调了“你的”两个字。

在妈妈的协助下，霏霏把零用钱进行了合理分配，她自豪地说：“我也是‘小大人’了。”

帮助孩子理财，是个锻炼孩子独立能力的好机会，让孩子学会管理，学会自己支配。拥有独立能力的孩子会无比自豪，独立意识也会变强。



平时父母不妨从生活中的小事中，给孩子提供各种锻炼自己独立能力的机会，方法有好多，不拘一格。起初孩子也许会做不好，父母可以在一旁协助，久而久之，孩子就会有明显的提高。

让孩子爱上学习——把握学习心理学



教子实例

王龙上三年级了，学习成绩不好不坏，一直在中游徘徊，妈妈很着急，希望能帮助王龙提高学习成绩，但他却非常不配合。

妈妈利用课余时间帮助王龙补习，但常常是过不了3分钟，王龙就开始开小差，注意力变得不集中。妈妈只有一遍又一遍地提醒，然后再继续辅导他学习。

在课堂上，王龙也很难专心学习，周围有点风吹草动，他的注意力就被吸引了。老师也批评过王龙很多次，要他专心听讲，好好学习，但都不管用。

妈妈很发愁，到底怎样才能让孩子主动学习、爱上学习呢？



心理分析

孩子的成绩一直是父母心中的头等大事，孩子学习不好，会让很多父母担心，甚至寝食难安，这都是人之常情。

“我的孩子怎么不爱学习啊”、“我的孩子成绩差啊”，有时父母越看重孩子的学习，孩子往往却会让父母失望，这是谁的问题呢？

教育学家说过，孩子学习不好，很大一部分原因是家庭教育失败的表现，父母不懂孩子的学习心理，没有正确的教育观念，在教育孩子时当然会容易出错，摸不着头脑。



父母不能只按照自己的意愿，强迫孩子努力学习，而是要顺应孩子的心理变化，然后根据孩子的心理特征，找出可以让孩子接受的学习方法。

相对而言，小学生的自我管理、约束能力还比较差，父母在管理教育孩子时，说教方式要正确。有时候本来孩子就对学习没兴趣，再加上父母的教育不当，孩子会更反感、更抵触。

孩子在学习中，难免会遇到困难，面对这种现象，父母的态度影响就很重要了。有些父母会忍不住批评教育孩子，甚至会惩罚孩子，让孩子认识到学习不好是非常有罪恶感的事。其实这么做并不对，父母最好不要与孩子起正面冲突，要想办法达到不教而教的效果。

除了父母的原因之外，更重要的是要培养孩子的自主性，自主性差的孩子，只会被动学习，学习成绩肯定不会太好。

父母最好摸清孩子的心理特征，站在孩子的位置上想问题，培养孩子的学习兴趣，培养孩子的学习习惯，锻炼孩子的学习能力，再加上父母正确的观念和良好的沟通教育方式，相信孩子的成绩会有所提高。

父母要学习把握孩子的学习心理，结合孩子的性格特征，采取适当的方式让孩子主动学习，爱上学习。



给父母的建议

大多数的父母都会忍不住赞叹那些学习成绩好的孩子，为什么别人家的孩子学习好，自己家的就不行呢？其实，孩子的好成绩不是天生的，它与父母的培养教育有着密切的联系。

建议一：及时培养孩子的学习兴趣

物理学家杨振宁曾经说过，很多人都说自己的成功是刻苦学习的结果，但其实他们没感觉“苦”，而是体会到了“乐”。

孩子对学习的兴趣浓厚了，自然会积极主动的学习，把学习当做爱好来看待。

培养孩子学习兴趣的方式有很多，帮助孩子寻找学习的成就感，明确孩子的学习目的，或者利用好奇心让孩子对学习感兴趣，总之方法很多，父母可以结合孩子的心理特征来选择合适的方法。



当然，这个过程中父母也要以身作则，对孩子产生积极的影响，同时还要帮孩子创造有利于培养学习兴趣的环境。

建议二：善于培养孩子的学习习惯

好的学习习惯对孩子学习成绩的提高有着重要作用，有了好习惯做事会更有规划性，懂得很好地利用时间，提高学习效率。

好的学习习惯不是一下子就能形成的，需要父母有计划、有耐心地帮助孩子进行专门训练。据有关调查证明，拥有好的学习习惯的孩子，学习成绩提高得最快。

李慧每次回来都抱怨老师留下的作业很多，她都做不完。妈妈去问了李慧的同学才知道，其他人都认为作业不多，一会儿就写完了，妈妈意识到原因肯定出在李慧自己身上。

果然，妈妈去看李慧写作业时，她一会儿玩洋娃娃，一会儿又吃零食，总是不专心写作业。妈妈走过去对李慧说：“李慧，你老抱怨作业沉重是因为你没有养成好的学习习惯，你要是专心写，相信你比其他同学写得更快、更轻松。”

面对同样的学习任务，有的孩子认为很轻松，而有的孩子却感觉难以负荷，其实大部分的原因不在于学习能力，而在于学习习惯。学习习惯好的孩子，总能专心致志地写完作业，提高学习效率。

总之，学习习惯的不同，直接影响了孩子的学习效率和成绩的好坏。

建议三：注重培养孩子的学习方法

孩子的学习能力包括很多方面的内容，其中重要的一点是正确的学习方法。往往成绩优异的孩子，不是那些平日里最用功、最刻苦的。他们往往可以做到劳逸结合，既玩得开心，也学得高兴，这是因为他们掌握了高效率的学习方式。

被大家公认的、最科学的学习方法就是预习、听课、复习为一体，因此，父母要帮助孩子掌握正确预习、听课、复习的方法，提高学习效率。

王莉读五年级，她的聪明机智是班里出了名的，她几乎每次考试都会拿第一。

在学期年度总结中，王莉作为五年级的学生代表发言时提到，她很小的时候妈妈就教会了她预习的重要性，上学之后，她一直按照妈妈说的做，及