

一、教育心理

1. 忌忽视对儿童的早期教育

我国改革开放的总设计师邓小平同志曾说，教育“要从娃娃抓起 将来管事的是他们”。这句话讲得很朴素 但其中寓意深刻。古今中外有许多教育家和政治家都卓有远见地提倡对儿童进行早期教育。我国早在南北朝时期，著名的教育家颜之推曾在《颜氏家训》中告诫人们：“人生小幼 精神专利 长成以后，思虑散逸；固须早教，勿失机也。”日本铁木镇一先生说：“一个儿童的才能如何 主要取决于零岁开始的教育如何。”他还说过：“任何才能都不是天生的，而是后天培养和教育的结果……只要教育得法都会有发展，成为一个有才能的人。”

美国首先倡导深入研究零岁教育。美国国立精神卫生研究所所长斯坦利·约莱斯博士说：“我们正在婴幼儿研究领域里从事着一项可与文艺复兴相比拟的全国性的工作。”随后在日本，许多心理学家也开始推崇零岁教育。日本著名幼儿教育专家七田真 于 1976 年写出了一部关于婴幼儿早期智力开发的通俗读物《零岁教育的奥秘》。七田真教授在该书前言中说：“如果全世界的人们能发现零岁教育的奥秘，并且在教育时勇于实践的话 那么 社会就会发生巨大的变化。据联合国教科文组织调查，近年来各国接受早期教育的儿童，数量正在成倍地增长。比利时占 98% 以色列占 95% 日本占 83% 美国占 76% 法国占 75%，波兰等国也都制订了城乡普及幼儿教育

的计划。我国对儿童的早期教育工作给予了足够的重视。但从实际情况来看,这个“早”字要早在家庭。因为孩子刚降生,在哺乳期是不能离开家庭的,对娃娃早期教育的担子也就落在了爸爸、妈妈的肩上。我们谨劝所有的儿童家长,乃至那些准爸爸、准妈妈万万不能忽视儿童的早期教育。

2. 忌因孩子小而没有规矩

对孩子娇惯溺爱,百依百顺,会失去作为父母应有的威信,使孩子变得任性、不听话。但是若走向另一个极端,父母对孩子要求的不合理、不一致,孩子无所适从,或者父母的要求不明确、不具体,孩子不明白对他的要求究竟是什么,也会表现为不听话。最好的办法是从1~2岁开始,就给孩子立些明确而又切实可行的规矩,用这些既定的规矩来指导他的行为,使他逐渐习惯于按规矩约束自己不合理的欲望。

随着孩子听话能力的增强,快2岁时,孩子可以听懂“可以”与“不可以”,“应该”与“不应该”。在这时候就可以告诉他,“公园里的花好看,但不可以摘来玩”,“乖孩子不应该说脏话”,“玩完东西应该放在原来的地方”等。只要父母耐心教诲,坚持一贯要求,能形成初步的条件反射,对“可以”与“应该”的要求他能照着去做,而“不可以”、“不应该”的规则就帮助他学会克制自己不去做。例如,规定他午饭后和晚8点钟就要上床睡觉,孩子习惯后,就知道这是生活制度和时钟对他的要求,所以只要稍加提醒,就可以照办,而不至于让他觉得是在强迫他了。

在教育孩子守规矩时,家庭成员之间要做到要求一致,规矩一旦提出就不要轻易破坏。对1~2岁小儿来说,只能给他提出一些最简单的、数量有限的规则。例如,吃东西之前要先

洗手，妈妈忙家务时自己安静地去玩等。在要求孩子时，要多给他提出正面规矩，把禁令减少到最低限度，否则不利于孩子的心理健康发展。

3. 对处在“三岁危机期”的孩子忌过多迁就

孩子长到3岁了，也就不像小一点的时候那样乖了。这个年龄的孩子，总爱提出各种各样的问题，对一切事物都有着浓厚兴趣。摸一摸、动一动，总想弄清是什么。同时，和成人的交往过程中，扩大了视野，认识到了自己的能力。此时，由于自我意识的萌发，个性初具雏形，孩子表现出非常强烈的独立意识和愿望。于是，他们一反过去安静、听话、有较大的依赖性的一面，常常闹独立，突然变得固执、任性起来，什么事都要自己去干，不听父母的吩咐，力图摆脱父母的约束，拒绝接受父母的帮助。如果自己的要求受到限制，就会出现反抗情绪。孩子喜欢和别人比较、竞争，而且爱说并喜欢别人说自己好，情绪波动较大，有时表现得爱吵架、爱发脾气、爱哭等。心理学上，把儿童出现这些特点的时期称为“3岁危机期”。

有的父母不了解儿童心理发展的特点，当孩子进入“危机期”表现出不同常态的言行时，竟不知所措，倍觉教养孩子太困难了，不能得心应手。对这个年龄阶段的孩子进行教育，要正确把握儿童心理变化的规律和特征，采取恰当的方法，因势利导，培养孩子的独立性、创造性及对事物的兴趣。这样，就能帮助孩子顺利地度过这一时期。

针对这一时期儿童的特点，父母对孩子的独立性需要不能一味满足，也不能过多地限制。一味满足很容易造成孩子的任性、固执，甚至产生极强的占有欲；过多限制会挫伤孩子的自尊心，使他变得顺从和依赖，缺乏主动性。当孩子的想法不

切实际时，不要和孩子硬顶，可适当地将孩子的注意力转移，再伺机进行教育。家长还要注意以身作则，周围人要紧密配合，共同做好孩子的工作。总之，要通过各种有效途径，帮助儿童度过“危机期”，培养孩子健康的个性。

4. 对孩子该做的事情忌采取讨论式

常听大人对孩子这样说：“咱们洗手去好不好？”“今天去姥姥家行不行？”“妈妈去上班，宝宝去托儿所好吗？”很多时候你得到的回答是否定的。于是经过长时间的说服动员，孩子才勉强答应做他该做的事情。由此看来，这不是一种好的教育方法。好的教育方法是要有正常的生活制度及安排，不要留给孩子选择的余地。在吃饭前，不要征求他的意见，直接告诉他：“看，小手多脏，咱们洗手去。”当然，坚持正确的生活常规，并不是说你可以粗暴地指挥孩子，可以任意打断孩子的游戏。恰恰相反，当你希望孩子去做某件事时，说话要温和，要引导他把兴趣转移到这方面来。上班前，你一边收拾东西，一边跟他讲：“小宝宝，咱们该去幼儿园了，去看看那只大熊猫玩具是不是还在睡懒觉。”这样，把孩子的注意力转向了幼儿园，想到了班上刚来的那只可爱的大熊猫，孩子上幼儿园的态度也积极了。星期天，你一边给他换上新装，一边说：“穿上新衣服，去让爷爷、奶奶看看，小宝宝又长高了。”这样，他的心就飞到了奶奶身边，不用你催促，也不用你劝他，他就跟着你高高兴兴地去了。在孩子玩积木兴致正浓时，吃饭时间到了，那么你可以让他手中拿着积木到饭桌上来，然后开始喂饭，这比强迫让他放下手中的玩具来吃饭，效果要好得多。在实践中，你还能找到许多这类好方法，引导小儿去干他该干的事。只是你要记住，跟幼儿讨价还价，征求他的意见是没有用处的。因此，凡是

幼儿应该做的事情就不要和他商量讨论。这样做并不是不尊重孩子，而是在生活中，使孩子的个性逐步向健康与成熟靠近。

5. 家长与幼儿园老师忌缺乏沟通

在当今不少的三口之家中，小两口把孩子送到幼儿园之后，就各自去忙碌自己的事业，把教育孩子的主要任务交给了幼儿园老师。事实上，幼儿园的教育非常需要家长的密切配合。幼儿教育的基本任务是促进幼儿在体、智、德、美等方面的全面发展，这是需要幼儿园和家长共同努力才能达到目的的。有的家长每次接孩子只问：“吃了什么？”或者“认了几个字？”这些都有片面性。家长应该全面关心孩子的成长，注意配合幼儿园积极引导孩子全面发展。

首先，勿忘经常与幼儿园老师交流情况。既然幼儿的活动天地已扩大到幼儿园和家庭两个地方，在幼儿园以老师教育为主，在家里仍以家长教育为主，如果家长和幼儿园老师不能经常及时地交流情况或者不能如实地交流情况，或者双方的教育思想、教育方法不一致，往往就会影响甚至贻误对孩子的教育。因此，家长不能忘了与幼儿园老师加强联系，及时交流有关情况如孩子身体怎样，有什么病，在家表现如何，有哪些优、缺点及兴趣爱好等，都要如实向老师介绍。对于老师反映孩子的情况，要认真听取，积极配合老师加强对孩子的教育，不要一听表扬孩子的话就高兴，一听批评孩子的话就受不了。对老师有意见应当认真负责地向老师或幼儿园领导提出，不要在孩子面前随便议论。

再者，勿忘与幼儿园共同为孩子开辟新的活动天地。家长对于幼儿园的教育不要消极地配合，比如幼儿园白天教什么，

家长晚上也教什么，幼儿园一天如何安排。家长在星期天也给孩子如何安排，这样会使幼儿的生活显得单调，活动天地也显得比较狭小。相反，家长应该对幼儿园的教育予以积极的配合，其中包括创造条件补充幼儿园教育中的不足。例如，星期天或其他休息日，家长可以带孩子去公园、动物园、博物馆或别的儿童活动场所；夏天可以带小孩子去游泳，有条件的还可以带孩子去外地旅游或去乡村居住一段时间；平时晚上也可以带孩子去街上散散步，去亲友或小朋友家串串门……总之，让幼儿的活动天地更广阔一些。这样有助于孩子扩大视野，增长见识，锻炼身体，培养交往能力，是有利于孩子身心的健康发展的。

6 忌父母在孩子心目中没有地位

随着时代的变迁，孩子与父母内心沟通的障碍也逐渐有增大的趋势。时下有不少孩子虽然在生活上依赖于父母养活，但从内心里却对父母烦得要命，更谈不上对父母的尊敬。

一家少儿研究所进行了一项中学生心目中“最受尊敬的人物是谁”的问卷调查，调查对象分别是日本、美国和中国大陆的中学生。统计结果 300 名日本学生答“最尊敬的人”中列前三位的是父亲、母亲、固本龙马（日本著名历史人物）；105 名美国学生答“最尊敬的人”中列前三位的是父亲、迈克尔·乔丹（球星）母亲；而 1200 名中国学生答“最尊敬的人”中，父亲列第 10 位，母亲列第 11 位，还不如一位电影明星！

出现这样的调查结果，不能不引起我们的深思，在这里谨向每一位家长疾呼：爸爸、妈妈在孩子心目中的位次不能再向后退了！

7. 家长在孩子面前应做到八忌

在子女的成长过程中，对孩子影响最大的莫过于父母，作为家长在教育孩子时应注意以下八忌：

(1)忌说空话 要孩子读书学习 或干家务事 父母说得很严厉 但说过就算了 既不检查 也不督促 久而久之 孩子就不把家长的要求当回事了。

(2)忌乱许诺：不少家长习惯于采用许诺的办法来调动孩子的积极性 然而所许的“诺”又经常不兑现 只不过是随便说说而已，这样就很难使孩子相信父母。

(3)忌瞎吹嘘：有的家长在孩子面前老吹自己年轻时如何聪明，现在又如何有本事。这种自我炫耀，使孩子产生一种优越感，以为自己有一个好爸爸，什么事情都可以办得到。但是一旦孩子认识到这是胡乱吹嘘时，就会对父亲产生不信任的想法和做法。

(4)忌不公正：在多子女家庭里，对于子女不能平等相待。做家务、买东西 偏向明显 使受歧视的孩子感到委屈 产生反感情绪。而受到宠爱的孩子，容易滋长任性、惟我独尊心理及骄傲情绪。

(5)忌绝对化：对于孩子的优点和缺点不能全面、正确地看待 批评孩子没有分寸 片面、绝对 动不动就下结论 如“这个孩子将来绝对成不了才”、“这个孩子将来肯定是进监狱的货”等。很伤孩子的自尊心。

(6)忌失身份 有的孩子的父亲行为不检点 不拘小节 喝酒发酒疯 打牌钻桌子 打架斗殴 甚至夫妻当孩子面吵架、打架等等，大失身份。这样不仅无法在孩子的心目中形成美好的形象，同时还往往将孩子的思维搞乱，情绪搞乱。

(7) 忌不民主：当孩子出现了一点点小的过失时，就大发雷霆 大声呵斥 甚至拳打脚踢。尤其是自己说了错话 做了错事 不许孩子提意见 如果孩子提意见就发火 强词夺理 以家长的地位压人。这样虽然可以取得震慑的作用，结果是形成了像马卡连柯所说的“最可怕的是野蛮的威信”。

(8) 忌占便宜：经常在孩子面前讲投机取巧之道，吃小亏占大便宜之法。占了便宜，喜得手舞足蹈。这样就会使孩子产生侥幸心理，从而产生贪占小便宜的心理。

以上这八种禁忌，主要是针对某些不太负责任的家长而提出来的。为了在孩子心目中树立起长辈的形象，还是要以表率作用教育影响孩子，切勿过多去做不应做的事或说不应说的话。

8. 忌用绝对权威管教孩子

父母对孩子来讲 应该有“一定权威”，但倘若是“绝对权威”，对孩子的发展是极为不利的，会使孩子渐渐丧失自主性。通常人们会认为，听爸爸妈妈的话才是好孩子。在“听爸爸妈妈的话才是好孩子”这句话中，明显地带有父母之命不可违的含义，等于是对孩子说：“你不需要考虑什么，只要照我说的去做就行了。”由于绝对权威的限制，孩子习惯于听命于父母，时时、事事、处处都要父母替自己做出判断、分析，一旦离开父母，即使是很小的事情，也无法自己解决。并且，处在绝对权威下的孩子，因为没有机会锻炼自己分析问题、解决问题的能力，因而智力、能力的发展也会受到影响。

父母要培养孩子有自己的主张，不要用“听爸爸妈妈的话才是好孩子”这一类语言来约束孩子的行为。对年幼的孩子，父母可以指导他们的行为，灌输一些简单的道德观念。对 4 岁

以后的孩子，父母应当逐步培养他们自己去分析、判断周围事物、现象的是与非、美与丑、善与恶。使孩子逐步形成和掌握正确的社会道德规范。

9. 忌对孩子爱之深而求不严

教育孩子时，父母要了解孩子的心理特点，循循善诱，要尽量满足孩子的各种合理的要求，保护孩子各项合法权利，做到“爱之深，求之严”。同时，父母还要提高自己的知识水平和文化修养。一般来说，父母丰富的经历和广泛的兴趣爱好会让孩子对父母产生敬佩感。

我们倡导的所谓的爱之深，是指家长要认真地指导和教育孩子，培养他们广泛的兴趣爱好，使孩子在有一技之长的基础上，得以全面的发展。而求之严，就是无论孩子做什么事情，家长都要严肃对待，对孩子不能放纵，任其发展，应向好的健康的方向引导。

有些孩子在家中，对父母的话不以为然，把父母的管教当作耳旁风，甚至对父母大吵大嚷或挖苦讽刺。这其中的原因是家长过于溺爱孩子，管教不严的结果。如果想在根本上改变孩子的态度，首先，对孩子不要过分的溺爱和放纵，否则就会导致孩子凌驾于父母之上。其次，对孩子的合理要求要尽量满足，但对不合理的要求要坚决拒绝。只有这样，家长才能教育好孩子。

10. 忌父亲对孩子只养不教

我国古代蒙学课本《三字经》写道：“养不教，父之过。”说明父亲有教育和引导子女的责任，如果只养不教，那就是父亲的失误，往往对子女会造成贻害。做一个 21 世纪的好父亲，需

要做许多方面的事，但是最为重要的是要把孩子引向适合孩子理想的人生道路，使孩子成为对社会有用的、自身感到幸福和快乐的人。

心理学家弗洛姆说过：“尽管父亲并不代表自然世界，他却代表着人性存在的另一极——思想的世界、人造物的世界、法律和秩序的世界、纪律的世界、旅行和冒险的世界。”孩子需要父爱，需要父亲的权威和引导，父亲的作用在于教育和引导孩子应对社会向他提出的难题。

奥地利作曲家莫扎特是世人公认的“神童”，他的许多作品经久不衰，至今仍为上演曲目。莫扎特的成就是与父亲悉心培养分不开的。在莫扎特还只有 3 岁时，父亲就发现莫扎特经常静静地坐在一边，饶有兴趣地看姐姐练琴，于是就对他进行了启蒙教育，在父亲的指导下，5 岁时莫扎特就开始创作短曲，6 岁时创作了钢琴协奏曲。最后，父亲索性放弃了宫廷乐师的职业，把全部精力都用于对孩子的音乐教育，使莫扎特最终成为一名音乐大师，维也纳古典乐派代表之一。

比起莫扎特来，贝多芬早期的音乐才能并不像莫扎特那样惊人。有些音乐权威甚至断言贝多芬根本就不能成为一名作曲家。但是，贝多芬的父亲决意把贝多芬培养成为莫扎特式的名作曲家，从小就对他进行严格的训练，当他发现自己已经教不了儿子时，又马上请了海顿等一流的音乐家做贝多芬的老师。可以说，没有父亲那种执着的精神、严格的要求和脚踏实地的作风，是无法造就贝多芬这样一位集古典派之大成，开浪漫派之先河的音乐大师的。

天才常由父亲一手造就，因为父亲对培养自己孩子的目标往往比母亲更明确，期望更强烈，态度更坚决，要求更严格。从某种意义上讲，由父亲悉心教养出来的孩子，工作、学习、交

际的能力都相对强一些，其个性也较为适应复杂的环境。这里奉劝那些只管在外边创业的父亲，要拿出一定的时间来关心、教导子女。

11. 当父亲的对孩子忌没有正确权威

父亲的权威对于孩子各方面的健康成长十分必要。而且从 1 岁开始，就该在孩子面前树立起你的权威了，否则他就会爬到你头上，做起‘小皇帝’来。到那时，你对他就无权威可言了。

正确的权威是什么呢？那就是对孩子身心有益的事，就坚持让他去做，对他提出的不合理的要求，决不让步。比如，外面流行感冒，可是孩子硬要去街上，这时，你就要坚持你的意见，不要因为他哭闹就妥协。孩子需要引导、劝告和控制，需要指出可以做什么，不可以做什么，以及应该怎样去做。这些教育从孩子 1 岁就开始，使他慢慢地学会控制自己。如果因为他很小，就可以无所顾忌地做他喜欢做的一切事情，那么以后要他遵守规则就很困难了，在社会上生活就更困难了。也许有的家长会想，这样从小就严格要求他，长大后不爱父母怎么办？你应该明白，如果你不能经常坚持正确的，而总向孩子不合理的要求让步，他当时可能很满意，但他不会尊重你们。他会感到你不能保护他，也不会感到自己是安全的。相反，若你正确地使用权威，孩子相信你的坚定性，就会感到放心，就有了精神依靠。

但权威决不是家长说了算。倘若孩子有理，就应作出让步。因为无论多么小的孩子也有独立的人格，任何一个人没有权利随意摆布他、处置他。同时，孩子正是从你对待他的言行中学会了处理自己的感情、行为的方式。你不尊重他，不理解

他的合理要求，又怎能让他尊重你，听你的话呢？

在独生子女家庭，往往很难在宝贝心目中树立起当父亲的权威来，这对孩子是不利的。若你没有权威，则孩子永远也碰不到反对派，想表现自己也没有机会，这样他的性格就会缺乏坚定性。若你没有权威，则孩子就没有机会学习克服困难，以后遇到一点小障碍就会逃避。若你没有权威，则孩子从来不用考虑别人，也不会相信自己，这样他将在不安全的忧虑中长大。这样的孩子，当他走上社会时，要建立正常的社会关系就会困难重重。

12. 家长在孩子面前忌起不到表率作用

家长的一言一行是孩子模仿的样板。谚云：“有其父必有其子。”的确，孩子就是父母的影子。孩子童稚的心就好像一块奇异的土地，播上行为的种子，就会获得习惯的收获；播上习惯的种子，就会获得品德的收获；播上品德的种子，就会获得命运的收获。这个播种的不是别人，正是孩子的父母。父母在孩子面前的表率行为是极其重要和可贵的。家长是儿童最初的教育者，父母的思想、品质和言行都一一反映在孩子的头脑里，成为他们学习的榜样，成为他们行动的指南。

比如，孩子随妈妈去姥姥家就大包小裹的带，无比慷慨；而随父母去爷爷、奶奶家时，孩子发现以吃为主，大有吝啬之气。再如父母遇见自己的领导，笑脸相迎，说话低声下气，但遇见自己的下级就一脸蔑视，不予理睬。这样，时间长了便会在孩子的脑海中烙下深深地印记，对他们的成长十分有害。

因此，为了孩子，为了明天，每一位当父母的都应认真加以思索，我们应该以什么样的表率作用去爱护孩子，熏陶孩子，教育孩子。家长在孩子面前起不到表率作用是不行的，绝

不可掉以轻心。

13. 不要忽视自己的言行对孩子产生的影响

父母和孩子天天生活在一起，父母的言行举止时时刻刻在对孩子产生作用。身教重于言教，对孩子影响最大的不只是父母的言谈，更重要的是他们的行为举止。家庭教育不同于学校教育，它不受时空限制，不拘教育形式。它不只是找孩子谈话、教识字、辅导作业这些具体有形的行为，还包括一些无形的影响。父母的榜样作用是对孩子最好的家庭教育。

现在城镇的大多数家庭是双职工家庭，有些家长对孩子的教育总感到没有时间。特别是近些年来，竞争十分激烈，在竞争中要投入相当大的精力。即便是在相对稳定的岗位上，白天忙于工作，晚上再忙家务，不知不觉放松了对子女的教育。其实，工作忙并不等于没有时间对孩子教育，因为教育是随时随地都可以进行的。

和孩子生活在一起，家长的一言一行，都会深深地印在小家伙的脑海里，稍有不慎，就有可能让孩子抓住您的把柄。有这样一件事：一位年轻的妈妈，准备带着刚上小学二年级的儿子回娘家，顺便给老人捎点刚买来的苹果，谁料还没出家门孩子不满意了，讲道：“不行，你已经说过，这些苹果都留给我的。”接着孩子哭了起来。结果这位年轻的妈妈只好到商店那里另买了别的东西去看望老人。从这一桩小事看，妈妈已许诺了儿子，您再拿走，小家伙当然不高兴。虽说孩子的这种行为太自私，但他话出有据，大人也只好依顺着孩子。因此，在孩子的面前一定要注意自己的言行。

14. 家长忌不知道心理健康的标准

家庭、学校、社会都十分关注孩子的身心健康，可是有的家长只关注子女的学业和身体健康，而置心理健康于不顾。这样的父母是不称职、不合格的！我们全社会都应该关心下一代的心理健康，如若不然将来有可能要出现大问题。欲关心孩子的心理健康，首要的是要了解心理健康的基本标准。这里我们推荐一个比较符合实际的心理健康标准，仅供每位家长参考：

(1) 满意的心境：心理健康的孩子对自己，包括对自己的学习、生活总感到相当满意。他们总是乐于学习和生活。他们的聪明才智虽然各不相同，但没有心理障碍，其智慧能充分发挥出来，并能取得一定的成就，获得成功的喜悦，这些又反过来促进他们的学习和生活。如果不是这样，而是盲目地为自己长得丑、不够聪明而羞愧万分，或者总嫌自己命不好没上一个好学校，或者总抱怨他人不给自己施展才华的机会而终日苦闷失望，怨天尤人，以致把学习和生活看成负担，就不是心理健康了。

(2) 和谐的人际关系：心理健康的孩子均有自己的伙伴，总乐于和别人交往。在与人相处时，其肯定的态度（如尊敬、信任、友爱等）总多于否定的态度（如憎恶、怀疑、恐惧等），对其所归属的集体，均有一种休戚相关、安危与共的情感，总乐于做出一定的个人牺牲去谋取集体的幸福。如果不是这样，而是与集体格格不入，没有伙伴，不愿意和别人来往；或者不会以诚恳、谦逊、公平、宽厚的态度待人，不会容忍别人的短处和过失，而和别人吵闹，不尊重人；或者没有充分的证据就轻易地怨恨、敌视他人，总认为别人是靠不住的；或者认为别人是可以欺侮的，总想糟蹋别人以取乐，这就不是心理健康了。

(3)统一的人格：心理健康的孩子都有基本正确的人生观和信念，并以它为中心把需要、愿望、思想、目标和行动统一起来。人生观和信念作为人格的核心，一般来说是很少变化的，而个人具体的需要、愿望等，则会随时间、环境的变化而改变。但是，这种改变总是与其人生观和信念相一致，并受其制约的。如果不是这样，欲望背弃了信念，私欲和良心相冲突，行动和思想互相矛盾，主体的自觉意识统一不了这一切，就会导致人格分裂（所谓人格分裂，就是一个兼而有两重或多重相互对立的人格特征，随着个人所处周围环境的变化而交互出现，分别表现其片面的人格）这就不是心理健康了。这样的人，一阵子慷慨大方，一阵子吝啬小气；一会儿待人温柔宽厚，一会儿又冷酷无情，过后却又悔恨自责。

(4)正确的自我观念：心理健康的孩子对自己均有比较切实的了解，有着正确的自我观念。这是心理健康的重要基础。因为一个人只有正确地认识自己，他的行为举止才能得体，才能努力地发展自己。如果自我观念不正确，他可能自视甚高，去做他力不能及的事，做不好就责怪环境，或者把过错推诿给别人；他可能自轻自贱“自作孽”，甚至对自己命运漠不关心；他还可能自觉形惭，不肯以本来的面目表现自己，以致形成沉重的心理负担，不能心地坦然地学习、生活。这样的孩子当然不是心理健康了。

总之，心理健康的儿童是高高兴兴地学习和生活的，是有自己的友伴并乐于和别人交往的，其健康的心理与人格是统一的，是能认识自己、接受自己、对自己抱肯定态度的，是能客观地认识社会并与社会保持良好接触的。

以上几项是儿童心理健康与否的标准，也是家长引导孩子改善心理状况、增进心理健康的目标。当然，并不是除了这

几项之外就没有别的标准了。心理健康与否是个十分复杂的问题,它涉及的范围极其广泛,包括智能、情感、行为、性格等各个方面。因此,评价孩子的心理健康与否,必须进行综合评定,绝不能以偏概全,草率评判。

15. 忌做没有知识的父母

英国谚语说:“一个父亲胜于百个教师。”教育孩子成功与否,首先取决于父母的精神面貌和教育水平,这与父母本身的文化素质和修养有密切的关系。正如前苏联文学家高尔基所说:“单单爱孩子们,母鸡也会这样做,可是要善于教养他们,却是一件伟大的公共事业。从事这种事业,必须具有相当的才能,必须具备广博的生活知识。”

生活在当今时代的孩子,每时每刻都从多种渠道汲取各种信息,好奇心强,求知欲旺盛,常常会冷不防地给父母提出问题和挑战,有时还会使父母感到难堪。比如说,在夏日里,雨过天晴,孩子突然发现天空中出现了一条七色彩虹,他惊喜不已。过后,他又郑重其事地问父亲这是什么,它从哪里来。你可以想象,如果父亲在这些问题面前懵住了,支支吾吾了,半晌答不上话来,那时孩子会是怎样一种心理感受呢。如果这时,您和孩子讲,虹是漂浮在空中的小水滴反射太阳光而形成的,或者背着太阳站着,将一口水含在口里,然后向空中喷去,或者带孩子到喷水池边上,让孩子在水雾边上再次看到人工的小彩虹,孩子虽然不能完全懂得彩虹形成的原理,但是,他在兴奋之余一定会折服于父亲的智慧和本领。

父母亲广博的知识和才能,是教育孩子的资本,没有这样的资本,教育孩子只能是一句空话。

做合格的父母,你就应该掌握丰富的自然科学和社会科

学知识。这并不是说，你必须成为数学家、物理学家、生物学家、文学家、史学家或者社会学家等，这种要求对大部分人来说是太高了，难以做到，况且也是不必要的。但是，在你的头脑中应尽量多装一些自然科学知识和社会科学常识，这样不仅会丰富你自身的生活，更能随时恰如其分地去应付孩子突然提出的各类问题。

做合格的父母，你还应该努力使自己成为一个特殊的“教育家”。在一般的情况下，父母亲都没有接受过成为一个儿童教育家的正式训练，因此实际生活中，你不仅需要学习一些教育孩子的常识，更需要善于观察，善于总结，善于改进。

简而言之，要做合格的父母，你应该努力提高自身的文化素质和修养。“教育人者先受教育”作为孩子第一任老师的父母，你应该努力使自己成为有广博的知识和才能的人。

16. 忌未引导孩子模仿中摒恶扬善

每个人都在社会中承担着特定的角色，因而他必须学会符合他所承担的角色应具备的角色行为。在家庭中，你在孩子面前扮演的是父（母）亲角色，同时在妻子（丈夫）面前扮演的是丈夫（妻子）角色，在父母面前扮演的是儿子（女儿）角色，在岳父岳母（公公婆婆）面前扮演的是女婿（媳妇）角色。在家庭之外，你俩还要扮演职业角色，如工人、农民、干部等。每个角色都有一整套规范化的角色行为，能否适时地、恰如其分地表现这些角色行为，常成为别人评价你以及能否与别人建立良好人际关系的基础。你在社会生活中扮演的角色是否成功，会直接影响到孩子的一言一行。

有个小故事，说的是祖父已老态龙钟了，吃饭时，常把汤面洒在台布上，嘴角也流下汤来，儿子和媳妇很讨厌他，就把