

<<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

图书基本信息

书名：<<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

13位ISBN编号：9787205070731

10位ISBN编号：7205070732

出版时间：2011-5

出版时间：辽宁人民

作者：李丽

页数：200

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

### 前言

4岁那年，我的生命中发生了一件大事，影响了我二十几年的人生，这是我当了妈妈后忽然有所觉察的，而在当妈妈之前，这件事一直潜伏在我的潜意识里面，影响着我与爱人的亲密关系。

那是个冬天的中午，两个大人在屋子里聊天，一个4岁的女孩和同龄的邻居儿子正猫着腰，鬼鬼祟祟地一趟一趟往房西边的一个隐蔽的过道运着石头……在选址的时候，两个孩子先是重点考虑了厕所，这是比较安静和隐蔽的地方，但是，还会有人来啊，于是经过四处侦察，他们选定了房西边的那个角落。

把石头铺平，“床”搭好了，男孩把裤子脱下来，女孩也向他露出了自己的私处，两个孩子都好奇地观察着：原来这么不一样啊！

到底是哪里不一样呢？

他们又进一步观察着……这个东西有没有味道呢？

他们还相互品尝了下——哦，有点成味，一点儿都不甜！

这时候，男孩让女孩躺在“床”上，并且趴了上去。

男孩还不知道下一步该怎么做时，女孩的妈妈已经出现在了他们身后。

女孩被妈妈拽起来拉到院子里，妈妈用一只手扯着女孩的胳膊，另一只手扬起重重的巴掌，朝女孩的屁股就是一顿痛打：“这么小，竟然干这种伤风败俗的事情！”

被打之后，女孩哭着恳求妈妈：“再也不敢了！”

因为女孩的妈妈很少打人，因此，那一次的严厉惩罚让女孩刻骨铭心，只记得羞耻远远超越了疼痛。

男孩和女孩再也不敢见面，小小年纪，女孩就已品尝到了孤单和沉重。

不久，男孩一家搬到了城里，远离了这个村落。

可是，女孩却一直坚持认为，就是因为自己与他做了如此见不得人的事情，他们一家才选择的远离，他们搬家是因为想远离自己……罪恶感和内疚感如同一座大山压在小小的女孩心上。

几年后，男孩的家人来老邻居家探亲，女孩的妈妈与他们热情寒暄，女孩却仍然在他们面前抬不起头来，不敢说一句话。

男孩陪着母亲曾在二十岁那年来过故里，女孩一直庆幸当时自己没有在家，躲过了如此尴尬的见面。当妈妈提起这个男孩的名字，已经成年的女孩依然因为羞耻而无法去接妈妈的话题。

又有几年过去了，女孩结了婚，但却总是感觉那事情很“脏”……当有一天，爱人轻松地谈起他童年的性游戏，女孩的心触动了一下，但还是未能开口。

直到女儿出生了，女孩晋级为妈妈，学习了发展心理学之后才了解：原来那行为与道德无关，与品质无关。

多年的沉冤终于昭雪。

是的，我就是那个曾经背负沉重的心灵十字架的女孩。

这源于父母一代人不当的教育，当然，这与他们当时所处的社会时代背景也有很大关系。

所幸时代在发展，人性也越来越被尊重，而作为影响一个人人生最重要的早期教育也日益被各位家长所重视。

那么，如何能从我们这一代人起，觉察到自己当孩子时候所受到的痛苦，而不要再以同样的模式复制到我们的孩子身上呢？

我们作为父母，又如何能尽量给予孩子科学而又恰当的爱呢？

本书将与各位3~6岁宝宝的妈妈共同探讨这些问题。

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

### 内容概要

6岁前是孩子个性形成的关键时期，很多的品行和良好习惯的养成都是在这一阶段。本书的作者是心理师，也是该年龄段孩子的母亲，针对3-6岁这个年龄阶段的特点，帮助家长分析了孩子在幼儿园生活、性格塑造、性教育、学习兴趣、潜能开发、品行习惯等方面问题，就像一个朋友在你身边娓娓道来一些你所不知道的与孩子有关的成长心理故事，很温馨，也很暖心。

这本书还有一个特别的地方是用专业的视角，给妈妈们提供了心理障碍的早期表现或者说是可能导致的因素。

让妈妈们在孩子早期的教育中能做到鉴别和提醒，知道在孩子发展的阶段该做什么不该做什么，从而避免将来留下不可弥补的遗憾。

这是一本与妈妈们贴心贴肺的育儿心理书，一本让妈妈们智慧并轻松起来的行动指南。

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

### 作者简介

李丽，一个4岁女孩的妈妈。

毕业于北京大学新闻与传播专业，媒体资深人士。

国家二级心理咨询师，儿童沙盘师。

曾任健康863心理网主编，现为12355北京市青少年咨询台咨询老师，并为《孕妈咪》、《心理医生》等杂志提供心理类稿件。

致力于将心理学造福于当代人们的生活，热衷于对婴幼儿、青少年、女性等心理领域的探索。

曾出版《全世界都在读的心理学故事》、《超级解压》、《好心情离不开心理学》、《0-3岁，妈妈不可不知的育儿心理学》等心理科普类读物，被各大网站以及心理类专刊杂志转载。

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

### 书籍目录

#### 第一章 3~6岁，幼儿园社会生活期

真正送宝宝上幼儿园了，很多妈妈才知道宝宝不是那么好送出去的，首先是每天早上撕心裂肺地哭闹，让你啥心情都没有了，等你狠着心硬是把他送到了幼儿园门口，宝宝又抱着你的腿不肯撒开，直到你强行掰开他的手……当幼儿园老师把撒泼打滚的他好不容易抱起来，他声嘶力竭地哭着，小手直直地向你伸着，一副要上刑场的样子。

你泪眼婆娑地看着他吧，实在不忍心，但是转回头不去看他吧，孩子会不会觉得我这当妈的太狠？煎熬啊！

上幼儿园之前要做好哪些心理准备

大小便与宝宝的羞耻心紧密相连

上全托幼儿园到底合适不合适

孩子不愿意上幼儿园怎么办

孩子在幼儿园胆小不合群怎么办

孩子在幼儿园受了欺负怎么办

孩子在幼儿园是个“小霸王”

让孩子在打打闹闹中培养社交能力

要不要给孩子换一家幼儿园

总爱打小报告的孩子的心理特点

#### 第二章 3~6岁，性格塑造的“水泥期”

俗话说：三岁看大，七岁看老，因此，人们往往把3~6岁称为性格塑造的“水泥期”，一个人的性格在人生的初期就已经基本定型了。

性格没有好坏之分，不同的性格，都有不同的优势和相应的劣势，因此，不要刻意去改变孩子的“性格”。

但是，一个长期存在的不良情绪性格的人会使人的心理活动失去平衡，对人的身体健康造成损害，也会让人在社会生活中适应不良。

因此，如果情绪兴奋性太强或者太弱，适应环境的能力就会比较差，容易影响到身体的健康。

因此，那些脾气暴躁、极端自卑、害羞自闭等性格特征的孩子需要我们大人多加以关注，适当给予调试，以免影响到孩子的身心健康。

孩子的性格需要接纳不需要“改变”

不同气质的孩子该如何分别培养

对爱发脾气孩子进行情绪管理

慢性子的孩子该如何调教

巧用“行为暗示”来培养孩子自信

孩子爱“臭美”会不会滋长虚荣

注意孩子发出的嫉妒信息

孩子事事都要争强好胜，这是好还是坏

孩子缺乏竞争意识该怎么办

#### 第三章 3~6岁，性教育的最佳期

对于性，有些家长是难以启齿的，有的甚至认为这是“下流”的，更不要说回答孩子的性疑问或者与孩子讨论相关问题了。

即使觉得有性教育的必要，自己也能躲就躲，把责任推给学校和老师了。

但是，家长是孩子最好的启蒙老师，孩子通常在有问题的时候都会向父母询问，如果父母能在孩子有性意识、性疑问时，就给予孩子正确的教育，那么孩子就能较容易形成健康的性态度和性趋向。

但是如果父母在这个阶段教育不当，极易使孩子的性心理发展受到挫折，甚至影响孩子的一生。

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

有资料表明，患性变态的病人中，有88%的人在幼儿时期遭受过性困扰和折磨。因此，可以说，幼年时期的性教育不仅关系到孩子身心的健康成长，也关系到家庭和社会的稳定。

- 什么才是正确的“性教育”
- 如何面对“尴尬”的提问
- 妈妈应该告诉孩子的性知识
- 当你看到孩子在玩性游戏
- 孩子看到父母亲热该如何应对
- 看到宝宝“自慰”，妈妈不要惊慌
- 看“伪娘”是如何被家庭教养出来的
- 女儿讨厌妈妈喜欢爸爸该怎么办
- 不要让儿子成为妈妈的“小情人”
- 单亲父母更要与孩子保持界限

### 第四章3~6岁，学习兴趣培养的黄金期

美国心理学家布鲁姆通过长期追踪研究发现，一个人的智力发育50%是在4岁前完成的，30%是在4~8岁完成的，这一结论表明了0~6对婴幼儿期是人心理发展、认知能力等方面发展的敏感期。

学龄前的教育非常重要，这也是现代父母普遍都非常认可的观点。

为了不让孩子输在起跑线上，很多妈妈开始关注孩子的“学习”了，什么珠心算、识字、英语、舞蹈、钢琴……名目繁多的课程令妈妈们应接不暇，到底该学什么呢？

- 会说英语单词，会背很多诗 学习能力强
- 妈妈要克服重量轻质和盲目攀比
- 妈妈让宝宝学习的态度要“淡”
- 学习兴趣比学到了什么更重要
- 该不该给孩子报“兴趣班”
- 如何发现孩子的特殊才能
- 孩子要不要从小就定向培养
- 游戏是孩子最好的学习方式
- 玩具是开发孩子智力的最好工具

### 第五章3~6岁，潜能开发的关键期

有的家长认为开发孩子的潜能就是让孩子多学知识，还有的家长认为开发孩子的潜能就是多给孩子报兴趣班，就得控制孩子，少让他玩耍，其实，这些都是误区。

孩子学习知识与潜能开发并不是相同的事情，潜能开发也不意味着一定要花钱上各种兴趣班，而很多潜能的发掘又恰恰是通过玩耍开发出来的。

- 想象力比知识更重要
- 爱发散思维的孩子更可能具有创造力
- 尊重孩子的记忆特点来进行训练
- 让孩子调动全部感官去观察
- 思维是孩子智力的核心
- 好奇心越强求知越强烈
- 语言能力是大脑潜能开发的重要指标
- 故事对开发宝宝大脑的重要性

### 第六章3~6岁，好品行和好习惯塑造的奠基期

幼儿时期养成良好的习惯，就犹如自然天生一样，会伴随人的一生。

如一个孩子从小被教育垃圾不能随地乱扔，一定要扔到垃圾桶里，那么当他长大后，不随地乱扔垃圾便成了他不由自主要做的事情，当他不这样做，他就会感到不舒服，看到别人不爱惜环境，也可能因

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

为不舒服而去纠正和影响别人。

孩子不好好吃饭该怎么办  
宝宝分房睡觉所带来的种种烦恼  
“人来疯”的宝宝心里想的是啥  
孩子喜欢插嘴该怎么教育  
不要忽视孩子“帮倒忙”的机会  
宝宝“经常说谎”不是品质问题  
如何有效控制孩子看电视  
孩子竟然对妈妈说“狠话”  
孩子讨好大人会不会丧失自己的天性  
不要轻易给孩子贴上“小偷”的标签  
什么时候开始培养孩子的“财商”

### 第七章 3~6岁, 孩子心理障碍的常见现象

孩子产生心理障碍有一部分原因是天生的因素所致, 比如妈妈在当年怀孕时不小心患上了传染病, 或者中毒、营养不良、腹部受到了冲击, 孩子出生时窒息缺氧、难产或产伤, 这些都可能造成后天的孩子的心理障碍。

另外, 3~6岁的孩子应该上幼儿园, 感受集体生活和接受启蒙教育, 可是有的孩子因为种种原因没有上幼儿园, 这样缺少集体生活感受和体验的孩子难免胆小、害羞, 并且对一些新环境的适应能力较差。

另外一个重要原因就是家庭教育因素, 有的家庭过分溺爱孩子, 使孩子产生自私、骄横和唯我独尊的不良心理; 有的家长动辄对孩子责骂和恐吓, 甚至殴打孩子, 使孩子心生胆怯和抑郁; 还有的家庭婚姻破碎或者父母感情不和, 对孩子缺少关爱, 使孩子从小就自卑、性格古怪; 还有的父母在教育孩子上理念不一致, 让孩子不明是非, 无所适从, 严重会导致孩子的双重人格。

在幼儿园里总是坐不住——多动症  
我到底是男孩还是女孩——性身份识别障碍  
他只生活在自己的世界里——孤独症  
她走到哪里都要带着玩具小熊——儿童恋物癖  
孩子说话口吃怎么办——语言障碍  
孩子挤眉弄眼是因为控制不住——抽动症  
孩子半夜总从噩梦中惊醒——睡眠障碍  
离开妈妈就生病——分离焦虑  
忽然变成了“小哑巴”——选择性缄默症

## &lt;&lt;3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学&gt;&gt;

## 章节摘录

贝贝已经去幼儿园一个月了，可是仍旧不喜欢上幼儿园。

每天早上，都是贝贝妈最头疼的时候，起床后只要小家伙一听到“幼儿园”三个字，就会立刻大叫：“我不去幼儿园，我要在家里！”

等贝贝妈好不容易给贝贝穿好衣服，背上书包，贝贝见真要离开家门了，就会死死地抓住家里桌子或者什么可以用来做救命稻草的东西，就是不肯出门。

在使用了威逼利诱等各种手段后，终于将小家伙带到了幼儿园门口，与妈妈分开的时候又会上演一番生死离别的镜头。

没过几天，贝贝咳嗽发烧了，被迫“辍学”了。

还要不要把孩子送到幼儿园去呢？

贝贝妈迷惘了。

像贝贝这样刚上幼儿园的孩子出现上面的情况是很正常的，在三月和九月开学的时候，在幼儿园的大门前会经常看见亲子之间泪眼相送的场面，宛若生离死别。

上幼儿园是孩子一生中所上的第一所“社会大学”，也是孩子人生的第一大转折，而分离焦虑则是上幼儿园所要付出的心理成本，经由这场痛苦的分离焦虑，孩子才能得到积极的，成长。

在“上幼儿园，人生的第一场痛苦分离”一节里，我们提到了几种在孩子上幼儿园前妈妈需要做一些事情，如应事先参观幼儿园，先带孩子上亲子课培养对课堂的感觉等，这些前期的工作做好了铺垫之后，孩子上幼儿园就会相对适应得快一些。

如果孩子天生适应能力就差，可能上了几个月依然不爱上幼儿园，这时候，妈妈要反思其中的原因了。

下面的几种情况，是否发生在你身上？

1.上学路上啰啰嗦嗦 在送孩子上幼儿园的路上，你不断地叮嘱孩子，见到老师要大声地问好，到了幼儿园里要听老师的话，要懂礼貌，不能和其他小朋友打架，多喝点白开水，要按时睡觉，说话的时候不要扭扭捏捏的，要大大方方……这些过高的要求、禁令或者劝告会使孩子感到无法达到要求而出现焦虑不安的情绪。

2.送完孩子不忍心离开 将孩子送到老师那里后，你对老师嘱咐个不停：我家孩子啊，有这样那样的习惯，你一定要留意小心……或者站在幼儿园门口，一直舍不得离开，看着哭闹并且逐渐往教室里走的孩子你也泪眼婆娑，或者你往家走的路上一步三回头地不放心孩子。

你的这些举动无疑传递给孩子一个信息：幼儿园是个不安全的地方，连妈妈也不放心。

因此，如果你想让孩子安心，应该将孩子交给老师之后，立即转身坚定地离开。

3.欺骗孩子偷偷离开幼儿园 有的妈妈早上着急上班，可是孩子又舍不得妈妈，有时候妈妈会做出一些欺骗孩子的伎俩，如：“宝宝，妈妈给你买糖去啊，等一下妈妈就回来。”

孩子暂时停止了哭闹，结果妈妈从此消失不见，这样的做法会造成孩子更大的不安与恐惧。

最好把孩子安顿好，让他放心后再离开，但是如果孩子依然坚持不肯让你走，你的态度一定要坚决，否则，孩子的依赖心理依然得不到缓解，不利于消除焦虑情绪。

4.将消极情绪传染到孩子 有的妈妈因为和丈夫或者婆婆等家人出现矛盾，接送孩子上下幼儿园的路上便把孩子当成了发泄的对象，而尚未懂事的孩子无法理解妈妈的这些话，只被传染了焦虑与不安。

在这样的情况下去幼儿园，孩子在幼儿园里也会处于焦虑状态，幼小的他可能会为妈妈担心。

因此，妈妈一定要在早上控制好自己情绪，尽量以愉快的心情面对孩子，以防情绪传染。

如果妈妈有以上的情况，要及时更正。

为了要宝宝更快乐地上幼儿园，妈妈们还要注意做到以下几点： 1.和孩子分享幼儿园的快乐 在接孩子回家的路上，妈妈要有意识地引导孩子回忆在幼儿园的快乐事件，如：你今天最高兴的事情是什么呀？

老师带你们玩什么游戏了？

你今天最喜欢的小朋友是谁呀？

今天吃什么好吃的了？

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

通过强化孩子在幼儿园的快乐而抵消那些来自陌生环境产生的压力。

千万不要问孩子：今天有没有人欺负你啊？

你今天哭了几次呀？

妈妈上班的时候你闹没闹啊？

这些提问只会让孩子更加害怕上幼儿园。

2.帮助孩子建立友谊 孩子在幼儿园不能和小朋友建立良好的关系，会让他感觉无法融入团体而感到排斥，这是很多孩子不爱上幼儿园的重要原因，尤其对于半路插班的孩子来说，消除小团体对自己的排斥感，获得友谊的接纳是最为重要的。

针对这种情况，妈妈可以和班主任打听哪个小朋友与自己家住在同一个小区，积极地让孩子和这样的小朋友建立友谊，这样在幼儿园孩子就有了“照应”，便于消除孩子心里的恐惧感。

如果找不到这样的小朋友，可以问孩子喜欢哪个小朋友，可以平时创造条件让孩子多和这个小朋友在一起，或者要求老师将他们安排在一起，有了自己喜欢的玩伴，孩子便会容易适应幼儿园了。

3.教会孩子解决问题 当孩子早上不爱上幼儿园时，要对孩子充分地同情，让他说出自己不愿意上幼儿园的原因。

如孩子不肯上幼儿园是因为“小朋友们都有摇摇马，就我一个人没有”，你就要告诉他解决的办法：

“你可以请老师帮忙，让她帮你找一个摇摇马，或者下次老师说玩摇摇马的时候，你要快点跑”等，锻炼他解决问题的能力。

4.要积极地和老师主动地沟通 孩子刚上幼儿园不适应，妈妈一定要积极地和老师多沟通，了解孩子在幼儿园的情况，以便相应地引导。

这里有个关于和老师沟通的技巧，就是你想获得更多孩子的信息，应该选择过早或者过晚一点接送孩子，这样老师能有更多的时间和你讲孩子的状况，当正常的时间，老师忙于接送孩子，是顾不上和你说太多话的。

P9-12

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

### 媒体关注与评论

面对懵懵懂懂的孩子，很多懵懵懂懂的父母束手无策。

《3~6岁，妈妈不可不知的育儿心理学》以轻松的笔触，为年轻妈妈们提供了科学、实用的指导。对准妈妈和新妈妈们而言，这是一本非常值得推荐的好书。

北京林业大学心理系 李明博士

## <<3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学>>

### 编辑推荐

《3-6岁妈妈不可不知的育儿心理学》是一本写给家长的心灵读本，它不仅为我们展示了身边随时都在发生的实例，而且从教育学、心理学、以及社会学的角度给予了专业的指导和建议。这本书没有说教，就像一个朋友在你身边娓娓道来一些你所不知道的与孩子有关的成长心理故事，很温馨，也很暖心。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>