

## <<孩子害怕怎么办?>>

### 图书基本信息

书名：<<孩子害怕怎么办?>>

13位ISBN编号：9787532728831

10位ISBN编号：7532728838

出版时间：2002-7

出版时间：上海译文出版社

作者：保罗·聚尔

页数：106页

译者：夏君峰

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>

## <<孩子害怕怎么办?>>

### 内容概要

本书包括：恐惧现象；恐惧的本质；孩子的恐惧及其反应；恐惧与睡眠干扰；日常生活中的恐惧与孩子的忧虑；认识恐惧等内容。

<<孩子害怕怎么办?>>

作者简介

作者：（德国）保罗·聚尔（Paul Suer） 译者：夏君峰

<<孩子害怕怎么办?>>

书籍目录

前言信任的表示恐惧无所不在1.恐惧现象危险与不安全感恐惧心理的两面性.....

## &lt;&lt;孩子害怕怎么办?&gt;&gt;

## 章节摘录

如果我们把语言视为人性的表达方式的话，那么我们会发现，它为恐惧衣备了形形色色的表达方式。我们没有如此之多的词汇用以形容恐惧以外的其他心情。

说到恐惧，我们会用害怕、畏惧、惊慌、恐怖、惊吓等词语，要是加上专业术语，还有更多。

我们的生活语言有时更直白，因而也更生动形象地表达了恐惧这一心理状态。

我们会说“心慌”、“吓得发抖”、“惧怕”、“惊恐万状”或“惊愕”、“毛骨悚然”；有时我们会说“吓呆了”或干脆说怕得“拉屎”。

尤其是后一种说法形象地道出了我们的精神感受与相关的生理反应之间的紧密联系。

不仅孩子，就是大人，在他们害怕考试失败时，有时也会吓得“屁滚尿流”。

看来我们的恐惧感似乎与我们如何看待事物有一定的关系。

从另一方面来说，当我们感到非常矛盾，不知该采取行动还是该在原地不动时，我们会颤抖得“像杨树叶子”一样。

还有一种形式的恐惧我们至今尚未提到。

它和其他的恐惧重叠在一起，我们没有意识到它的存在，而且它总是与所谓的现实的恐惧和对实际威胁的畏惧混杂在一起。

我们把它看作是对可以说得清楚的事物的恐惧，像火、疾病、失去控制的人或其他东西。

一般来说，即使我们未必总能准确地描述出恐惧的感觉，但至少可以明确地说出令我们恐惧的客观事物来。

但生存恐惧就不一样了。

几百年来，甚至是几千年来，哲学家们都一直在研究它，从萨特、雅斯贝斯，到克尔恺郭尔和海德格尔，人类历史上的许多大思想家都在不断地研究使人们内心产生威胁感的深层原因。

生存恐惧也许是唯一的一种对孩子的影响小于对成人影响的恐惧心理。

在孩子们的成长过程中，他们还把过多的精力放在对付臆想中的或是现实中的威胁上。

但由于孩子们的恐惧中有很大部分是从大人身上学来的，因此他们也间接地受到生存恐惧的影响。

生命中每个年龄段的分离都有各自的特点。

最早的分离形式出现在孩子出生后的十二至十八个月时。

最初的短暂的分离是在孩子会爬但还不会走的年龄段开始的。

接着当孩子能独立地迈出第一步时，他渐渐会把自己看作是一个不总是和妈妈在一起的独立个体。

不太严重的跌倒或受伤都会在孩子的内心深处留下痛苦的回忆——努力争取的自由是多么的脆弱。

想控制世界的欲望可能很快就变成了让人软弱无助的深深的失望了。

在孩子开始走向新的独立的人生阶段时，我们给予他们的安全感知鼓励越多，他们在迈出独立的第一步时就会越自信。

## <<孩子害怕怎么办?>>

### 媒体关注与评论

前言“ 如果我被蜜蜂蜇了一口，是不是一定会死？”……“ 鬼魂可以穿墙而过吗！”当孩子想告诉我们他们害怕某种东西时，他们常常会向我们提出这样或类似的充满想象的问题。尤其是在晚上，许多孩子用他们那离奇荒诞的想象力来体会他们白天的经历。我们成年人往往不太在乎孩子们的这些恐惧心理。紧张忙碌了一天过后，小家伙们终于上床了，我们这才感到舒心。没想到他们竟开始向我们讲述起危险的蜘蛛或是妖魔鬼怪来。

孩子在向我们讲述他们所害怕的种种危险时，他们是认真的，那无边际的想象当中的恐惧是真实的，而且理应得到我们的关注。

孩子向我们讲述他们的恐惧，是为了使我们明白，他们还不能体会一天来那些使人不安的事，并且正在为许多尚未解答的问题寻找答案。

信任的表示 如果孩子们肯向我们讲述自己的恐惧，我们还真应该感谢他们，因为他们因此而给了我们有益的提示，教我们如何在实际的危险和威胁面前保护他们。

孩子们陷于恐惧之中时，他们有时会感到孤立无援，从而失去对父母的信任。

因此，从一定程度上讲，他们需要从我们作父母的这里得到某种许可，允许他们害怕，并且允许他们把这种害怕表现出来。

害怕与畏惧是深植于人类本性当中的情感。

它们能保护我们免遭危险并帮助我们防止做出错误的决定。

这要求我们作父母的教孩子学会区分实实在在的威胁与对其实没有危险的事物所产生的畏惧反应。

因为学龄前的孩子还不能很好地将现实与幻想区别开来。

恐惧无所不在 在这个充满外在威胁的时代里，恐惧已成了我们日常生活的一部分。

那些年龄较大的孩子既没有走出臆想中的恐惧，同时又受到不少恐惧所带来的影响，这对他们的成长造成了威胁。

正是这些孩子需要特别的支持与帮助，以便能够自觉地适应这个日趋复杂的世界。

当然我们这个时代的孩子也需要有个宁静的港湾，这样他们才能形成自己独立的人格。

在这个过程中，最有益的是我们为他们做出榜样，帮助他们学会沉着、自信。

从这个意义上说本书也可算是给父母读的育儿经。

<<孩子害怕怎么办?>>

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>