

<<读懂孩子的心>>

图书基本信息

书名：<<读懂孩子的心>>

13位ISBN编号：9787566201096

10位ISBN编号：7566201093

出版时间：2012-6

出版时间：第四军医大学出版社

作者：张乐乐

页数：186

字数：180000

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>

<<读懂孩子的心>>

前言

曾经在某报纸上刊登过这样一则故事：一扇铁门上有一把厚重的铜制大锁，有人拿铁棒费尽了力，却无法将铜锁打开。

等到另外一人把钥匙拿来后，只听“啪”的一声，细小的钥匙轻轻在齿孔中一转，大锁便开了。于是拿着铁棒的人奇怪地问：“为什么我费了那么大的劲却怎么也打不开，然而一把小小的钥匙就轻易地把锁打开了呢？”

”拿钥匙的人说：“因为只有钥匙最了解它的心。

”是的，钥匙和铜锁最为匹配，虽然短小却只有它才能住入锁的心里。

锁芯如此，那么孩子的心呢？

很多家长总是喜欢用“天真”来描绘孩子的外貌和心理，但对于孩子某些幼稚的动作及心理却不屑一顾。

其实只要你认真倾听孩子的内心世界，你就会发现，原来孩子的心理居然是如此丰富绚烂。

每个孩子的内心都是一个神秘而脆弱的世界。

他们虽远没有成人那样丰富的阅历，没有成人复杂细腻的心理，但是他们却能通过简单的活动表达出内心最为真实的心理语言。

然而他们所表现出的这些行为，并不是都能被大人所理解和接受。

作为孩子的父母，你真的知道他们的想法吗？

会明白对他们的误解吗？

孩子是父母未来的希望，而他们成长中的一点一滴都来自于父母的关爱，如若父母不注重孩子的心理成长，忽略孩子的内心感受，那么对孩子的成长会有很大的影响。

心理学家曾经认为，孩子天生就具备复杂的心理活动，而且由于心理抵抗力差，极易出现这样或那样的心理问题。

父母要细心观察，及时了解孩子的心理活动，并引导其向健康的方向发展。

这样父母才能真正成为打开孩子心灵的那把“钥匙”。

孩子不是一本书，但是他们却可能比一本书更难读懂。

每位家长只有深入他们的内心，并且读懂他们的心理需求，给予其精心呵护和引导，孩子才能在你的培育下健康茁壮成长。

<<读懂孩子的心>>

内容概要

孩子是父母未来的希望，而他们成长中的一一点一滴都来自于父母的关爱，如若父母不注重孩子的心理成长，忽略孩子的内心感受，那么对孩子的成长会有很大的影响。

《读懂孩子的心(父母与孩子有效沟通必修课)》告诉你你一定要知道的孩子的8个心理需求，让你学会听懂孩子的潜台词，带你走进不受欢迎孩子的内心世界。

孩子不是一本书，但是他们却可能比一本书更难读懂。

每位家长只有深入他们的内心，并且读懂他们的心理需求，给予其精心呵护和引导，孩子才能在你的培育下健康茁壮成长。

《读懂孩子的心(父母与孩子有效沟通必修课)》由张乐乐主编。

<<读懂孩子的心>>

书籍目录

第一章 你一定要知道的孩子的8个心理需求

- 皮肤饥饿：拥抱你的孩子
- 记忆饥渴：到了陌生环境就不安分
- 安全感：孩子恋物源于安全感不足
- 依恋：想和父母说话玩耍
- 交往欲：让孩子成为一个受欢迎的人
- 游戏欲：陪孩子玩吧
- 探索欲：满足孩子的好奇心
- 秩序敏感期：坚持进门顺序的豆豆

第二章 认识孩子的情绪脸谱

- 人不大，脾气不小
- “我不想去幼儿园”
- 抑郁，就是高兴不起来嘛！

- 不要一味压制孩子的反抗情绪
- 引导孩子学会正确宣泄
- 运动，让孩子摆脱坏情绪

第三章 增进亲子关系，在沟通中了解孩子

- 蹲下来，和孩子平等交流
- 试着用“密语”和孩子交流
- 尽量避免用命令的语气同孩子说话
- 用正确的方式夸奖孩子
- 别用“奶味”语言教孩子
- 睡觉之前和孩子聊聊天
- 爸爸妈妈错了也要道歉
- 听懂孩子的“潜台词”

第四章 解析孩子行为背后的心理奥秘

- 孩子的“奥特曼”情结
- 为什么小孩子喜欢“裸体”
- 孩子为什么会“人来疯”
- 孩子“淘气”的原因
- “破坏狂”孩子心理大揭秘
- 喜欢虐待小动物的孩子有心理障碍
- 穿纸尿裤才能大便的男孩
- 孩子见到白大褂就哭

第五章 因材施教，天性不同，教养不同

- 鼓励自卑的孩子多做自我肯定
- 用激将法对待有志气的孩子
- 对脸皮薄、敏感的孩子别用愤怒的语调
- 引导内向性格的孩子学会表达自己
- 不要催促慢性子的孩子在短时间内做决定
- 针对孩子的血型来因材施教
- 给精力过剩的孩子一定的自由

第六章 可以穷孩子，但不要伤孩子

- 别让冷暴力伤了孩子的心

<<读懂孩子的心>>

一不小心，表扬伤了孩子
惩罚孩子别说“不要你了”
别让你的坏情绪影响孩子
别让离婚伤孩子太深
照顾孩子的自尊心，别把孩子当“玩物”
批评孩子，不要用侮辱性的语言

第七章 孩子学习中的烦恼谁来解

就是不喜欢学习
无法安心做功课的孩子
不喜欢新来的任课老师
一考试，就紧张
爸爸妈妈，请别逼我成“龙”成“凤”
孩子总说学习苦、学习累，怎么办

第八章 走进不受欢迎的孩子的内心世界

孤独症：宁愿一个人看蚂蚁也不和其他孩子玩的孩子
别的同学老是欺负我
班里的小坏蛋总喊我外号
当孩子遭遇冷落时
喜欢“拿”同学东西的明明
被同学、老师误解、冤枉，好难受

第九章 这些孩子是怎么了

强迫症，一小时就要换一双袜子
嫉妒，“哼，没什么了不起的”
虚荣，“我就是要坐车去上学”
“电视瘾”和“电视孤独症”

过分依赖也是病
孩子为何如此冷漠

第十章 正确的爱是给孩子最好的心灵鸡汤

母爱，孩子心理的安全岛
从溺爱孩子的旋涡中摆脱出来
被爱也有自主权，爱不是限制自由
充分信任孩子
学会分享孩子的喜悦
尊重，是给孩子最好的爱

<<读懂孩子的心>>

章节摘录

皮肤饥饿：拥抱你的孩子 我们都有这样的体验，当亲爱的人给我们一个拥抱，或者是触摸一下我们的脸颊、拍拍我们的肩膀，我们的内心就会感到非常温暖。

这是因为人类和其他所有热血动物一样，都具有一种天生的特殊需求，即互相接触和抚摸。科学家们称这种现象为“皮肤饥饿”，这是种情感上的需求，是无法通过饮食获得满足的。

婴幼儿对这种情感上的需求更为强烈。

我们不难发现，三四个月的婴儿就开始喜欢让人抱，哭闹的婴儿被抱起来后大多就会安静。

稍大一点的孩子，如果你抚摸他的手、头或身体其他部位，他就会变得温顺和安静。

适当地满足孩子的这种情感需求，不仅能加深其与父母的感情，还能对孩子的心理产生良好的刺激，使得大脑的兴奋和抑制变得协调，从而良好地促进大脑的发育、智商的提高和心态的正常。

加拿大一所儿童研究中心的人员作过长时间的观察发现，母亲搂抱婴儿时间的长短，对孩子日后的智力发育有着举足轻重的作用。

如果孩子的这种特殊需要得不到满足，就会出现“皮肤饥饿”症，表现为烦躁不安、胆怯和抑郁，甚至会出现一些异常行为，如咬嘴唇、咬手指等。

如果皮肤长时间处于“饥饿”状态，则可引起食欲不振，并且影响智力和身体的发育。

一个小镇上开了一家孤儿院，条件还不错。

可是，不久后院长发现孩子们都面无表情、目光呆滞，活动少了，饮食量也下降了。

院长给孩子们请了医生，但检查结果一切正常。

院长最后找到了一名叫斯宾塞的心理医生。

心理医生看到这些失去亲人或遭遇不幸的孩子就像霜打的茄子，失去了生命的活力，他就给院长出了一个点子：从一个小学请了一些活泼的女孩子每天下午到孤儿院，先把孤儿整理得干干净净，然后拥抱、亲吻他们，并和他们一起玩耍。

没多久，这些孤儿们就恢复了活力，笑声、歌声多了，饮食也增加了，脸色变得红润，体重也增加了。

院长问斯宾塞原因，斯宾塞说：“这些孩子只是‘皮肤饥饿’，需要爱抚和亲吻。

”正如孩子的胃肠缺少了食物就会感到饥饿一样，他们的皮肤如果缺少了满怀爱心的抚摸，也会感到“饥饿”。

胃肠的饥饿，会影响孩子身体的成长；而“皮肤饥饿”则会妨碍其心理的发育。

4岁的乔乔，出生后不久父母就离婚了，他跟着爸爸生活。

爸爸工作繁忙，每天辛苦工作一天回到家倒头就睡，根本没有时间和乔乔一起玩耍。

于是，乔乔就养成了一个习惯，每晚上临睡前，总要抓住被子，抠里面的棉花，抠累了才能入睡。

有一次父亲责怪了他，拿走了被子，他就委屈地大哭起来，久久不能入睡。

而且，他见了女性，总是特别高兴，不自觉地想与她们亲近。

时下，很多年轻的父母因为工作繁忙，为了争取宝贵的时间，就把孩子寄养在爷爷奶奶或者姥姥姥爷家，使得孩子长期得不到父母的抚爱、搂抱，就养成了在睡觉前抱枕头、抓毛巾的毛病，否则就不容易入睡或哭闹不止。

稍大一些，就表现为动不动就发脾气，或者故意挑衅打架，希望从中得到满足。

还有一些夫妻感情不和，频繁争吵，使孩子生活在恐怖环境里，得不到双亲的抚爱，因而变得孤僻、畏缩、抑郁、少言寡语等。

比如，当别的孩子做游戏时，他们往往选择孤独地站在一边，静静地看同伴们玩乐而不参与。

给父母的建议 一般来说，孩子的年龄越小，对皮肤触摸的需求越大，而随着年龄的增长，赞赏的作用逐渐增强。

为实现早期教育，家长对孩子应触摸与赞赏并举，年龄小的以触摸为主，年龄大的以赞赏为主。

触摸的具体形式可采用“抱、按、捏”等方式。

抱：若你的孩子还是小婴儿，他哭闹不止，也许只是想让你抱一抱，以获得精神上的安慰。

因为每当头与头、胸与胸贴在一起时，伴随着父母充满爱意的表情，婴幼儿就可以感觉和领会到父母

<<读懂孩子的心>>

的爱，他的身体和情绪都会放松下来。

当你的孩子稍大一点后，他从幼儿园归来，不妨给他一个热烈的拥抱和亲吻，表达你对孩子回家的期盼，同时说：“看看我的宝贝今天有什么进步。

”这不是什么形式，而是爱心的重复，这种行为，孩子一定是喜欢的，而且还会潜移默化地影响孩子的未来。

按：对于婴儿期的孩子，经常给予轻微的按摩非常重要。

按摩时，用手轻轻抚摩孩子脸部、腹部和背，轻轻按揉孩子的臀部及大腿、小腿和胳膊。

小于六个星期的孩子，一次按摩大约只需要10分钟。

当然，爱的呵护随时都可以进行，比如，把孩子抱在怀中时可做局部按摩，可以用手摩擦婴儿的手臂、手指，也可以用脸或手轻轻抚摸小儿的前额和脸颊等。

捏：捏比按稍用力，捏揉可以使孩子全身和四肢的肌肉更加坚实。

一般先从两上肢至两下肢，再从两肩至胸腹进行，每次做10~20次。

在捏揉的过程中，可以很好地改善小儿胃泌素的分泌和小肠的吸收功能，对脾胃功能虚弱、消化不良的婴儿效果也非常显著。

需要注意的是，按摩、捏揉不宜在进食中或食后不久进行，否则易致食物吐出或呛入气管。最好选择饭后2小时进行，尤其是洗澡后更佳。

P2-4

<<读懂孩子的心>>

编辑推荐

每个孩子的内心都是一个神秘而脆弱的世界。

他们虽远没有成人那样丰富的阅历，没有成人复杂细腻的心理，但是他们却能通过简单的活动表达出内心最为真实的心理语言。

然而他们所表现出的这些行为，并不是都能被大人所理解和接受。

作为孩子的父母，你真的知道他们的想法吗？

会明白对他们的误解吗？

翻开张乐乐主编的《读懂孩子的心(父母与孩子有效沟通必修课)》，你将找到答案。

<<读懂孩子的心>>

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>