

图书基本信息

书名：<<13岁前，妈妈不可不知的那些心理学>>

13位ISBN编号：9787505423541

10位ISBN编号：7505423541

出版时间：2010-3

出版时间：朝华

作者：吴海溪

页数：229

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>

前言

都说13岁前的孩子最黏妈妈；都说13岁前的孩子最聪明；都说13岁前的孩子最难管教；都说13岁前的孩子最需要父母操心；都说13岁前的孩子是最娇贵的花蕾，期待好花匠来帮助他们绽放吐蕊……13岁前这个年龄段，真的有这么重要？是的。

经过权威教育专家论证分析，13岁——孩子成长过程中的一个分水岭，这不仅是因为孩子即将告别小学生活，进入中学阶段，更为重要的是：孩子在13岁以后就已经形成了自己独有的心理、个性、习惯以及情商、智力等，往往很难改变。

有一句话说得好——成功的父母未必有成功的孩子，但能够在孩子13岁前对他进行科学教育的父母，却可以大大提高教育出成功孩子的几率。

所以，13岁前的孩子，具备极强的可塑性。

孩子一生的性格基调和成长基础，就在这一阶段由父母一手奠定。

一位拥有成功教子经验的妈妈这么说：“让孩子依照自己本性来成长固然好，但父母的管教绝不能少，而且要趁早。

“孩子还没出生，我就买了很多家庭教育书来看。

通过学习，我明白教育孩子的关键在于13岁前这一重要时期。

所以，在这段时间里，我几乎成为了一个‘专业妈妈’，无论工作多忙，教育好孩子总是排在我内心第一位的。

“现在我的孩子，已经上了高中，说真的，小时候给他打下了好底子，也许辛苦点儿，累点儿……但是最后自己看到孩子懂事，生活、学习都不用我操心，真的是比什么都强。

”其实，天下所有的父母，莫不希望自己的孩子能成才。

而孩子究竟能不能成为那匹脱颖而出的“黑马”，除了要趁早教育孩子，还取决于父母的教育方式。

因此我们从心理学、情商、教育方式等方面入手，向广大父母推出了这一套书系：《13岁前。

妈妈不可不知的那些心理学》中，我们用最科学、最通俗的方法向父母展示孩子最柔软的内心，向父母讲解孩子在生活、学习上的心理需求，为妈妈更好地教育孩子创造了有利的前提条件。

为了你的孩子，我们希望父母可以做到：掌握科学的教育心理学知识，用心理学的方法管教孩子；

愿意去改变自己对孩子的固有的认知；对孩子像一个朋友，而不是教官；理智对待孩子的各种行为；当孩子产生负面心理情绪时，包容并指导他走进正轨。

《13岁前。

如何培养男孩最好的情商》《13岁前，如何培养女孩最好的情商》中，我们从性别差异的角度出发，详细阐述了情商的重要性和培养方法，让每一个男孩和女孩都拥有高情商。

为了你的孩子，我们希望父母可以做到：重视情商，在教育中向孩子渗透人际交往、洞察情绪等知识；

通读本书，找到最适合自己孩子的情商培养方式；灵活掌握情商技能，父母要以身作则；

抓住每一个教育孩子的机会；不仅让孩子感受到生活和学习的快乐，自己也要去经营快乐。

《13岁前，父母一定要为男孩做的100件事》《13岁前，父母一定要为女孩做的100件事》中，我们向父母提供了一些温馨小事的做法。

也许在很多父母看来，它们有的是微不足道的小事，但“细节决定成败”，父母与孩子的每一次亲密互动接触都是一次教育的好时机。

为了你的孩子，我们希望父母可以做到：不因事小而不为，因为你眼里的小事，在孩子心中却无比重要；

有选择地去做这些事，最了解孩子的只有你自己；根据生活环境，灵活地去做这些事；

在你为孩子做这些事的时候，要充满耐心和爱；有计划地去执行它们。我们希望父母能在本套书系中得到想要的知识和方法，也希望你的孩子在这些方法中受益，更希望所有的父母都能行动起来，去学习科学的教育方法。

正如本文前面所说的——父母的教育方式决定孩子的一生。

愿天下的孩子都能健康成长！

内容概要

《13岁前，妈妈不可不知的那些心理学》中，我们用最科学、最通俗的方法向父母展示孩子最柔软的内心，向父母讲解孩子在生活、学习上的心理需求，为妈妈更好地教育孩子创造了有利的前提条件。为了你的孩子，我们希望父母可以做到：
掌握科学的教育心理学知识，用心理学的方法管教孩子；
愿意去改变自己对孩子的固有的认知；
对孩子像一个朋友，而不是教官；
理智对待孩子的各种行为；
当孩子产生负面心理情绪时，包容并指导他走进正轨。

作者简介

吴海溪，女，资深编辑、教育工作者。

曾多年工作于教育一线，现从事儿童、青少年心理及家庭教育研究，力图用自己的教育理论给天下教子心切的父母带来帮助。

已出版《10～16岁叛逆期1：父母最关心的66个教育问题》《10～16岁叛逆期2：千万别和青春期的孩子较劲》《富养女孩

书籍目录

第一章 小孩子的心理不简单 孩子的心理——没你想象得那么简单 0~3岁情感依恋期：“妈妈，不要离开我” 3~6岁萌动的幼儿期：自我意识的觉醒 6~13岁迷茫的儿童期：正确的引导 才能让孩子迎接未来 如何面对孩子的第一、第二反抗期 “什么样的水养什么样的鱼”——孩子最需要的3种成长环境 这个世界上，你最清楚孩子需要什么——尊重 孩子的6个心理需求 孩子需要你的信任——其实他长大了

第二章 探索孩子的成长秘密，发现孩子行为背后鲜为人知的真相 破坏物品——探索世界的真相 与人攀比——虚荣心在作祟 说脏话——生活的虫洞 做事情拖拉——不要成为惯性 虐待小动物——寻找遗失的爱心 沉迷电视和电子游戏——疏胜于堵 追星族——利用好这把双刃剑 乱发脾气——孩子也需要宣泄空间 说谎——根源来自妈妈给予的压力

第三章 因材施教，不同气质的孩子培养方法大不同 发现孩子的天性，是气质教育的前提 了解孩子的气质心理，调整你的教养方式 胆汁质孩子的培养——如何让孩子“静若处子” 抑郁质孩子的培养——“激发+鼓励+引导” 粘液质孩子的培养——给孩子一点儿甜蜜的刺激 多血质孩子的培养——踏踏实实地做事

第四章 妈妈如何应对孩子的负面心理 叛逆心理——为了引起大人的关注 依赖心理——对孩子不要管得太多 怯懦心理——给孩子勇气的源泉 自私心理——寻找集体光环 自卑心理——拉孩子走出阴暗的角落 自负心理——别让自信成为骄傲 嫉妒心理——只会让自己更痛苦 消极心理——乐观来自家庭氛围 自闭心理——是谁先关上那道心门 任性心理——地球不是围着你转的

第五章 亲子沟通中的心理学 爱与尊重原则——孩子喜爱什么样的沟通方式 归因偏差思想——多从孩子的角度考虑问题 妈妈如何说，孩子才会听 妈妈如何听，孩子才会说 平等原则——蹲下来说话 边际递减效应——表扬的技巧 反弹琵琶效应——批评的技巧 身体语言——一次拥抱胜过十次说教 低声效应——低声讲述比高声斥责更有效

第六章 学习中的心理学 椰壳效应——帮孩子克服厌学心理 兴趣心理——让孩子喜欢上学习 成就动机——让孩子主动去学习 第十名现象——不要对孩子的成绩过分苛刻 门槛效应——短期目标对孩子很重要 家庭氛围效应——为孩子营造最佳的读书氛围 感官协同效应——提高孩子的学习效率 7±2法则——给孩子的学习任务要适量 高原现象——有效应对孩子学习成绩止步不前

第七章 性格和习惯培养中的心理学 易塑性原则——性格和习惯的培养要从小开始 21天效应——培养孩子的好习惯 半途效应——教孩子做事有始有终 凯迪拉克效应——让孩子发挥自己的特色 斯万高利效应——莫让挫折左右人生 拒绝“融合效应”——培养孩子的责任感 狐狸法则——培养孩子的独立性 从低到高原则——培养孩子的爱心 海格力斯效应——培养孩子的宽容心 亲和效应——让孩子拥有好人缘

第八章 妈妈不可不知的心理教育误区 唠叨——会让孩子患上心理慢性症 放纵——孩子的任性是“惯”出来的 溺爱——最深情的毒药 专制——孩子不是妈妈的私属物 贿赂——不正当交流的开始 “空头支票”——得到的是失望，失去的是权威 棍棒教育——“欠揍”的孩子如何教 冷暴力——孩子一生的阴影 别听你爸爸的——家庭内部教育不一致

章节摘录

现在的孩子越来越古灵精怪，妈妈往往能感觉到，孩子一代比一代聪明，而且越来越琢磨不透他们的内心。

有时候会突然蹦出非常成熟的话语，令妈妈们惊讶不已。

什么时候起，你的孩子总是躲在自己的小房间一个人搭积木，或者一个人看动画片？什么时候起，他不再叽叽喳喳向你讲着幼儿园的奇闻轶事？什么时候起，你的小天使变成了小魔鬼，他开始对你颐指气使，甚至让爷爷奶奶给他当马骑？什么时候起，你的孩子开始变得贪得无厌，什么零食和玩具都满足不了他的需求，总是胡乱向你要更昂贵的东西？什么时候起，那个聪明勤奋的孩子开始厌学，甚至连作业都不愿意做？你发现他身上的问题越来越多。

原来可爱的孩子怎么变得如此陌生？降临的惊喜淡去的时候，作为妈妈，你是不是开始因为孩子的改变而焦躁起来？其实这是因为你并不了解孩子，你根本不知道他想要什么，因此你为了挽救亲子关系而所做的一切都将徒劳。

不要再以为孩子只是一个听话的玩偶，事实证明，小孩子的心理没你想象中的那么简单，他也会有喜怒哀乐，用自己清澈的眼睛观察这个世界，观察这个家庭，观察着你！随着萌萌的长大，妈妈发现自己越来越不了解女儿心里在想些什么，根本无法进入女儿的内心世界——有的时候，看电视里的俊男美女热恋，她偶尔会冷冷蹦出一句：“我看他们长久不了，门不当户不对，没戏！”有时候，我让她去写作业，她却很无奈地说：“妈妈，我的童年就这样被学习毁掉了，我会有阴影的。”

这种听上去又成人又稚嫩的话语总是“雷”倒我……我自问年纪不是很大，对孩子的教育也很开明，但是孩子变化得太快了，我根本摸不到她的思维规律，不明白她小小的内心在这个变化飞速的信息化时代里都接受了什么样的认知。

我很害怕，我的孩子不再像我小时候那么单纯，是不断发展的社会改变了我们固有的认知，面对这个“最熟悉的陌生人”，我该如何教育她？消极心理——乐观来自家庭氛围最近，妈妈发现10岁的琪琪特别喜欢抱怨，比如他自己什么事情没有做好，就会埋怨别人，说这一切全都是别人的错。

还时常叹气说这个没劲、那个没意思、生活好无聊。

如果妈妈生气了，提醒他应该注意生活中一些美好的事物时，他会变得更加闷闷不乐，小声嘟囔着发牢骚。

琪琪的这种情况在孩子中很常见，他们不快乐、不满意、不满足，并且总是埋怨别人，好像他们的生活都是别人弄糟的，对一切都持有悲观、消极的态度。

悲观消极的心态会影响孩子的健康成长，因为他看不到生活中美好的一面，并且不能给自己和别人带来快乐，人际关系也不好，严重者会产生心理疾病。

华盛顿曾说过：“一切的和谐与平衡，健康与健美，成功与幸福，都是由乐观与希望的向上心理产生与造成的。

”乐观是一种性格品质，使人能看到事情比较有利的一面，期待最有利的结果。

心理学家马丁·塞利格曼认为，乐观不但是迷人的性格特征，还有更神奇的功能，它能使人对生活中的许多困难产生心理免疫力。

乐观的孩子不易患忧郁症，他们也更容易成功，身体也比悲观的孩子更健康。

如果孩子无法乐观地面对人生，就会意志消沉，对前途丧失信心，而且长此以往，还会损害身体健康。

那么，如何培养孩子开朗乐观的性格呢？

1. 创造快乐的家庭气氛。

家庭的气氛，家庭成员之间的关系，在很大程度上会影响孩子性格的形成。

研究表明，孩子在牙牙学语之前就能感觉到周围的情绪和氛围。

一个充满了敌意甚至暴力的家庭，绝对培养不出开朗乐观的孩子。

所以，妈妈要尽量营造和谐温馨的家庭氛围。

比如要跟孩子一起吃饭，一起玩耍或讨论问题，一起运动、出游等等，以保证他处在一个有利于培养乐观的环境里。

2.鼓励孩子多交朋友。

不善交际的孩子大多性格抑郁，因为时时可能遭受孤独的煎熬，享受不到友情的温暖。

而和他人融洽相处的人，一般都是内心世界较为光明美好的。

妈妈要鼓励孩子多交朋友，特别是同龄朋友。

本身性格内向、抑郁的孩子更适宜多交一些开朗乐观的朋友。

在交往中，孩子被小伙伴认同，会增加他的自尊心，对培养乐观性格非常有好处。

妈妈不妨带孩子接触不同年龄、性别、性格、职业和社会地位的人，让他们学会和不同类型的人融洽相处，这会为孩子带来宽广的胸襟和丰富的知识。

当然，妈妈应首先学会与他人相处融洽，热情地、真诚地待人，不在背后随意议论别人，给孩子树立一个好榜样。

3.让孩子爱好广泛。

一个孩子如果仅有一种爱好，就很难保持长久的快乐。

比如，只爱看电视的孩子一旦没有合适的节目时，心头必然会郁郁寡欢。

相反，如果他看不成电视时爱读书、看报或做游戏，同样可以乐在其中。

兴趣爱好是永远的快乐。

专家研究发现，全身心投入到一项充满挑战的任务中，会给人带来很大的快乐。

对于孩子而言，培养他的兴趣爱好，例如集邮、绘画等，让他投入其中，会让他很快乐。

编辑推荐

《13岁前,妈妈不可不知的那些心理学》编辑推荐：最实用的心理学教育方案指南，解密孩子的心理和行为，因材施教，不同气质的孩子培养方法大不同。

都说孩子纯真，其实小孩子的心理不简单，都说妈妈最爱孩子，但你知道孩在想些什么吗？

妈妈必须要懂得那些心理学，才能准确地为孩子的生活和学习指路引航，因为孩子的未来取决于妈妈。

妈妈必备的家庭教育手册。

小孩子的心理不简单探索孩子的成长秘密，发现孩子行为背后鲜为人知的真相因材施教，不同气质的孩子培养方法大不同妈妈如何应对孩子的负面心理亲子沟通中的心理学学习中的心理学性格和习惯培养中的心理学妈妈不可不知的心理教育误区

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>