

## <<如何爱你的孩子>>

### 图书基本信息

书名：<<如何爱你的孩子>>

13位ISBN编号：9787543674639

10位ISBN编号：7543674637

出版时间：2011-8

出版时间：青岛

作者：张蕾

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>

## &lt;&lt;如何爱你的孩子&gt;&gt;

## 前言

作为一个在北京生活多年的青少年研究者，我一直期待家乡青岛多出现几位家庭教育专家，因为多次应邀回青岛讲课，我发现家乡父母极为渴求家庭教育指导。

当仔细看了青岛职业技术学院教育心理系张蕾教授的专著《如何爱你的孩子》，我欣喜地发现，她正是我期待的家庭教育专家。

教育专家不是讲出来的，而是做出来的。

我的意思是说，看一个人是不是真正的教育专家，关键不是看他如何讲演，而是看他如何对待教育对象，如何破解教育难题。

看完张蕾教授的书，有几个故事和细节让我难以忘记。

一天黄昏，张蕾教授刚从幼儿园把儿子接回来，在厨房里热火朝天地做饭。

这时，五岁的儿子在外面喊：“妈妈，你快来！”

张蕾教授说：“等一会儿，我做饭呢。”

“快来，妈妈你看！”

“看什么呢？”

张蕾教授一边应着一边把炉火关掉，来到儿子的身边，蹲下来说：“看什么呀？”

儿子兴奋地嚷着：“妈妈你看，这个杂志上的小汽车跟我手上的小汽车是一模一样的。”

读者朋友，我们不难想象，在这样的情形下，有多少妈妈会说：“嗨，一样就一样呗，我做饭呢，我看这个谁去做饭啊？”

但是，张蕾教授一下子坐在地板上，饶有兴趣地说：“真的哎，很有意思啊！”

我们比比看，一样的牌子，一样的灯，一样的颜色。

由于张蕾教授能够跟儿子一起分享他的发现、他的快乐，孩子的兴趣越来越浓厚。

后来，这孩子对车、对飞机、对军事武器一直都很感兴趣。

张蕾教授的观点耐人寻味：

“兴趣只有靠兴趣才能培养起来。”

要培养孩子的兴趣，我们就要努力把孩子的兴趣变成大人的兴趣，这样，孩子的兴趣会更高涨。

读了张蕾教授的新作《如何爱你的孩子》，让我特别钦佩的是她对心理学原理的娴熟运用。她的著作之所以独具魅力，其奥妙正在于她将心理学理论与家庭教育实践进行水乳交融的结合以及破解教育难题的本领。

曾有一位妈妈打电话向张蕾教授求助，说：“我的儿子现在四岁半，最近一个月来，动不动就告诉我，他要离家出走。”

他一说这个，我心里就很紧张。

比如从幼儿园出来，总是乱要买东西，不给他买他就离家出走。

他如果做错什么事儿，只要一批评他，‘你再批评我，我就离家出走’。

我很害怕。

张蕾教授告诉这位妈妈一个办法，当孩子再说他要离家出走的时候，第一，好好地牵着孩子的手，不要让他真的跑了。

另外，回到家里把门插好，不要让他在你看不见的时候，真的给溜走了，那可是很危险的。

同时，你对他要出走的话，不要做任何反应，就像没听见一样。

张蕾教授的建议是建立在对孩子行为的正确解读上，他为什么动不动说离家出走呢？

他是拿这句话来要挟妈妈，他知道妈妈最害怕的就是这个，他一说离家出走，妈妈就反应强烈，好像这句话是个按钮，一按就爆炸，他觉得很好玩，很有用。

当你不做任何反应的时候，他按来按去，发现这个按钮坏了，妈妈不反应了。

当孩子说出“我要离家出走”的时候，他的眼睛会瞅着妈妈，妈妈若无其事，没有任何反应，他就觉得这一招失灵了，不好玩了。

这个妈妈照着张蕾教授的建议做了。

一个月之后，当她们再次见面的时候，这位妈妈惊喜地说：“张老师，真的好了哎，孩子再也不说离

## &lt;&lt;如何爱你的孩子&gt;&gt;

家出走了。

” 在今天的家庭教育中，难度最大的可能是性教育。

据最新的研究发现，今日中国孩子的性发育明显提前：女孩平均9.2岁性发育，12.54岁来例假；男孩平均11岁性发育，13.85岁出现遗精。

然而，孩子的性发育提前，社会的性诱惑增加，自然加剧了孩子的性好奇和性尝试。

可是，许多父母虽有无限担心却又束手无策。

毫无疑问，性教育是刻不容缓的教育。

令人振奋的是，张蕾教授在《如何。

爱你的孩子》一书中，不但不回避性教育的难题，而且提出了富有前瞻性和建设性的性教育方案——爱情启蒙教育。

张蕾教授写道：什么是爱情？

爱情到底应该是怎样的？

“爱情”这两个字应该从中间切开，一个是“爱”，一个是“情”。

“爱”是什么？

爱是无私，是宽容，是付出，是尊重，是信任，爱是很辛苦的，爱是一种责任，这是大前提。

然后这边才是“情”，两性之间彼此相悦，彼此倾慕，彼此追随，难舍难分，彼此吸引的那种感情，这两个加起来才叫做“爱情”，而且爱情应该是纯粹的，高尚的，美好的，应该是从一而终的。

在家庭当中，我们要培育孩子正确的爱情观，就要让孩子从小受到爱的陶冶，知道什么是爱，并且让他学会去付出爱、珍惜爱，将来才可能和他的另一半之间建立起真正的爱情，不图任何的利益和好处，只是因为彼此倾心，为着共同的家庭、共同的后代、共同的事业、共同的未来，彼此扶持，努力前行，这才叫做真正的爱情。

现在很多孩子在谈恋爱，他们到底谈的是什么呢？

是一种情感的表达？

还是一种情绪的泛滥？

还是一种情欲的发泄呢？

情欲的发泄是非常短暂的，情绪也并不是很稳定的，只有情感才是持久的，这种情感是经过升华，超越物质，上升为道德的、社会的、内在的、本质的东西，它是美好而稳定的。

我相信，每一个人第一次为异性而心动的时候，都可能是纯真美好的情感。

但是，在现实生活中，少男少女的情感萌动往往招致狂风暴雨的打击，这是不正常的。

稍微有些生活经验的人都会理解，对于那些渴望美好爱情的青少年来说，只有爱的教育才能激发他们内心的动力，将他们引向追求真善美的正途。

因此，张蕾教授的教育方案具有珍贵的价值。

近几年，我在研究男孩、女孩的性别差异和，因性施教。

我发现女孩进入青春期以后的自信心水平普遍下降，而且，越追求时尚的女孩往往越自卑。

究其原因，许多女孩过于看重自己的外貌，她们在时尚面前常常自惭形秽，总是难以到达时尚的标准——那本来就是绝大多数人永远无法企及的目标。

我很欣慰地发现，张蕾教授也关注到这一问题。

她写道：在性的审美方面，有很多孩子特别是女孩子，为着自己的体貌深感焦虑。

有的因为自己偏胖，都出不了门了，在家里懊恼、伤心、烦躁，甚至有的女孩减肥都减出精神问题来了。

还有一些女孩子美容、隆胸，这对她们的健康有很大危害。

其实，一个女孩子真正的美，不在乎她是双眼皮、单眼皮，不在乎她多胖多瘦，真正的美，持久的美，在于她的品德，在于她的智慧、知识和才华。

看完张蕾教授的《如何爱你的孩子》一书，我把这位家乡学者引为知音，虽然我们从来没有单独交流过，但我们有着共同的追求。

比如，我的一个基本观点是教育就是以爱育爱，因此，我赞赏张蕾教授关于“兴趣只有靠兴趣才能培养起来”的见解，受她的启示也可以推论，教育就是以美育美，教育就是以趣养趣等等。

## <<如何爱你的孩子>>

张蕾教授虽然生活在青岛，但她对家庭教育的分析与建议适合于全国各地的父母，因为她发现了家庭教育的规律，并且提出了一系列科学实用的教育建议。

当然，这仅仅是一个开始，我期待着更多专家、学者投入到对家庭教育的研究中去，我相信还有无数家庭教育难题亟待解决，还有更多教育智慧蕴藏在民间。

(孙云晓系中国青少年研究中心研究员、副主任)

## <<如何爱你的孩子>>

### 内容概要

青岛职业技术学院教育心理系张蕾教授是一名高校心理学老师，在教学和研究之余，经常通过各种渠道，向广大家长朋友讲授家庭教育的理念、原则和方法。

于是，把这些年来讲过的内容整理成14个讲座，录制了《如何爱你的孩子》大型家庭教育电视讲座，这本书就是由全部讲稿整理而来的。

《如何爱你的孩子》之所以独具魅力，其奥妙正在于她将心理学理论与家庭教育实践进行水乳交融的结合以及破解教育难题的本领。

## <<如何爱你的孩子>>

### 作者简介

张蕾，青岛职业技术学院教育学院心理系教授，1982年毕业于曲阜师范大学。

足国家劳动部注册心理咨询师、职业心理咨询师培训师、青岛市中小学生心理指导中心咨询师、全国家庭教育研究会理事、全国家庭教育讲师团专家。

长期从事儿童发展心理学、教育学等学科的教学和研究，出版著作4部，发表论文20余篇。

为社会提供了大量的家庭教育专题讲座和咨询服务，受到社会各界的广泛赞誉，被评为“全国家庭教育工作先进个人”、“山东省三八红旗手”、“青岛市未成年人教育先进工作者”。

## <<如何爱你的孩子>>

### 书籍目录

预备自己用心去爱走出爱的误区避免爱的伤害知之甚爱之切小婴儿的大学问当孩子背上小书包教会孩子做事务工务要重家教爸妈、孩子、钱家庭中的性教育批评的艺术培育爱学习的孩子情绪智商从小培养严格要求孩子无为而教其乐陶陶

## &lt;&lt;如何爱你的孩子&gt;&gt;

## 章节摘录

说起家庭教育,我认为最主要、最关键的问题不是方式方法问题,而是如何爱孩子的问题。因为爱里饱含着接纳、尊重、信任,也饱含着无私的关怀和有效的帮助,爱饱含悉心的教导和耐心的等待,也饱含着严格的要求和严谨的训练;爱能把惧怕除掉,能医治心灵的创伤,爱能建立德行,也能启迪智慧,爱是对孩子一生最美的祝福。

很多家长说,现在孩子少,我们对孩子的爱真是到了无以复加的地步,顶在头上怕掉了,含在嘴里怕化了,不知道该怎么样把自己的一切、把自己最好的都给予他。

但是,爱孩子不是像母鸡爱小鸡一样靠着本能和热忱去爱,因为孩子有着丰富的精神世界,有着自己的社会价值和人格尊严,有着自己成长的轨迹和心理特点。

爱孩子需要我们用健全的人格和充足的智慧,需要我们了解爱孩子的全部内涵,掌握爱孩子的正确途径。

只要有了爱,孩子就能健康成长,只要有了爱,我们就能达成教育的理想。

教育家普遍认为,教育就是爱,会爱孩子就是会教育孩子。

父母正确的爱能培育各级各类的人才,他们不但有“才”,有知识有才干,有所作为,而且有福,是幸福的人、文明的人、高尚的人,是一个真正的人。

我这个家庭教育系列讲座的大题目确定为“如何爱你的孩子”缘由正在于此。

我愿与大家一同去认识爱的真谛,学习爱的方法,享受爱的喜乐,完成爱的托付,收获爱的果子。

今天我要跟大家分享的题目是“预备自己,用心去爱”。

我们需要预备一个家,预备一颗心,预备投入足够的时间,这是爱孩子的前提条件,没有这些,爱就无从谈起,不但如此,没有这些,所谓的爱就会变成持续不断的伤害。

爱孩子的第一个条件是夫妻相爱。

为什么说夫妻相爱是爱孩子的前提条件呢?

因为对于孩子来说,他来到这个世界,所拥有的只有一个家,除此之外他一无所有,家对他来说就是一方天。

天上阳光灿烂,小苗就会茁壮成长,天上阴云密布,电闪雷鸣,或者变化无常,阴晴无定,小苗就会枯萎。

如果夫妻不相爱,家庭不和睦,会给孩子带来很多负面影响,具体来说有以下几方面:第一,会使孩子行为失范,就是失去做人的典范。

对于孩子来说天底下最好的人就是他的爸爸妈妈,直接和他接触的就是父母。

他怎样学习生活,怎样学习做人呢?

就是通过和父母相处,耳濡目染,潜移默化学习的。

夫妻之间不能彼此尊重、彼此爱护、彼此信任,常常彼此轻视、彼此贬低、彼此攻击,甚至常常发生激烈的冲突。

家人之间没有话说,很冷漠。

孩子就会从心底发出感叹:“哎呀,天底下这么好的两个人,都是这样的关系,世界上还有好人吗?还有温情吗?”

他和周围的人相处,就会认为,人和人之间的关系本来就是互相戒备,互相防范,就是这样彼此冷漠,互不关心。

这是生命最原初的关系告诉他的。

这就使他们失去了做人的模范、生活的榜样。

还有,如果父亲说母亲不好,母亲说父亲不好,久而久之孩子心里就会说:“这两个人都不怎么样。”

曾经有一个小朋友跟我说:“老师,我觉得我爸爸妈妈还不如我们同学呢。”

我说:“怎么能这样说呢?”

她说:“我们同学如果谁得罪了谁,就说‘对不起啊,你原谅我吧’。”

那个同学就说‘好的,没关系’,我们就好了,没事了。

可是我眼睁睁地看着我爸爸妈妈就为一句话,两个人就不算完,吵一晚上,我觉得他们太没水平了。



## <<如何爱你的孩子>>

”你看，孩子失去了做人的榜样，父母亲自毁掉了自己在孩子心目中的形象。如果孩子在家里找不到榜样，找不到自己所崇敬的人，那么他们可能就到电视里找，到歌曲里找，到网络里找。

家长对他的影响，就越来越小了，甚至越来越坏了。

你想对他要求点什么，他说：“行了，先把你自己管好了再说吧。”

”这样的家长让孩子失望，让孩子从生命的根本上缺失了最不该缺失的营养。

每个孩子都对家庭有着美好的期望，这是与生俱来的，合情合理的，而且，孩子最初的期望不是物质层面的，不需要太多的名牌、大餐，他们渴望的是爱，是精神层面的东西。

第二，就是恐慌不安，甚至嫉妒、厌世、厌生。

因为父母关系紧张，家里不一定什么时候就“打雷”，不一定什么时候就冲突，孩子既不能预测，也无法控制，既不能逃避，也难以承受，所以他们害怕，难过。

有一个小姑娘告诉我，她的爸爸妈妈深更半夜就打起来了，吵得非常厉害，甚至动手打。

孩子从梦中被惊醒，看到爸爸拿了个杯子，“啪”摔到地上，她吓得不得了。

爸爸妈妈吵够了，她悄悄地起来，拿着笤帚、簸箕，把那些玻璃茬儿扫起来，一边扫，一边流泪，她心中非常难过，觉得人世间这么冷漠，天底下应该最亲的两个人，都这么彼此仇视，在别处还会有温暖吗？

怎么同学的爸妈都那么好呢？

人家怎么都高高兴兴的呢？

人家那么容易就能得到的东西，我为什么得不到？

孩子会觉得自己很可怜。

三四岁的孩子看着父母吵架，他的第一反应就是“我不好”，“因为我不听话，爸爸妈妈才吵架”，越小他就越容易产生这种负罪感。

年龄大一点还稍好一点，他能知道这事不是我惹起来的。

负罪感对一个孩子来说是不能承受的生命之重啊。

这种恐慌不安、负罪自责会在孩子幼小的心灵中扎根，他会觉得到处都不安全，连家都不安全，还有什么地方是安全的呢？

而孩子缺乏安全感所带来的问题将要用一生去解决。

第三个负面影响，就是孩子容易成为大人的出气筒、替罪羊。

夫妻感情不好，就非常容易在孩子的身上看到对方令人厌烦的一面。

有时候我们听到爸爸妈妈训孩子：“就像你妈，就像你爸爸，就像你姑姑。”

”孩子真是无辜啊，他不像爸爸妈妈像谁呀？

这怎么能成为孩子的错呢？

我们怎么可以这样去说孩子呢？

就是因为你对对方有怨气，而对方很强大，你没有办法和他去理论，也没有办法去表达对他的不满，而孩子是弱小的，我们很容易对这个弱者发泄我们内心的不满，这对孩子是不公平的，让孩子觉得无辜、无理、无奈！

在这样的家庭中，孩子受到无端的贬低与否定，他还能自信、自强吗？

这是很难很难的。

P1-5

## <<如何爱你的孩子>>

### 编辑推荐

青岛职业技术学院教育心理系张蕾教授是一名高校心理学老师，在教学和研究之余，经常通过各种渠道，向广大家长朋友讲授家庭教育的理念、原则和方法。

于是，把这些年来讲过的内容整理成14个讲座，录制了《如何爱你的孩子》大型家庭教育电视讲座，这本书就是由全部讲稿整理而来的。

## <<如何爱你的孩子>>

### 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>