<<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的热血动物一样,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。 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