

<<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

## &lt;&lt;读懂孩子的心&gt;&gt;

## 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。

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>