第一图书网, tushu007.com

<<2~3岁叛逆期，妈妈要懂的心理学>>

图书基本信息

书名：<<2~3岁叛逆期，妈妈要懂的心理学>>

13位ISBN编号：9787548408703

10位ISBN编号：7548408706

出版时间：2012-4

出版时间：哈尔滨

作者：岳贤伦

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

孩子的叛逆期是一个令家长感到头疼、头晕、手足无措的时期，也是孩子成长、成才的关键时期，它就像人生的十字路口，选择对了，成就孩子一生：选择错了，贻误孩子一生。
所以，每一位家长都要重视孩子叛逆期的教育。
　那么，什么是叛逆期呢？
简而言之，叛逆期，就是指孩子在不同的成长阶段心理上的逆反期。
在这一时期，孩子大多表现出与大人们想象不一致的逆反现象。
比如，你要求他这样，他非要那样；你希望他往东，他非要向西；你越是怕他说脏话，他越说得开心……总之，他就是处处要与你对着干，处处要让你着急上火。
　现代教育理论认为，孩子的叛逆期发端于婴儿期，萌芽于儿童期，高涨于少年期。
孩子的一生共有三个叛逆期，三个叛逆期分别为：人生第一个叛逆期(宝宝叛逆期)在2～3岁，人生第二个叛逆期(儿童叛逆期)在7～8岁，人生第三个叛逆期(青春叛逆期)在12～18岁。
这三个叛逆期分别有不同的特点，反映了三个阶段孩子的个性发展及心理变化，也对孩子的成长分别起着不同的作用。
　我们这本书主要来讲述孩子的第一个叛逆期，即宝宝叛逆期。
很多家长或许会感到纳闷，两三岁的宝宝怎么会叛逆呢？
其实这个问题并不奇怪，很多家长都遇到过这种现象。
比如，孩子偶然从大人那里学会了一两句脏话，一有机会，他就会迫不及待地说出这些脏话来，而且你越不让他说，他越要说，并且边说边“咯咯”地笑，这其实就是宝宝的一种逆反行为。
还有一种情况就是，你越不让他摸脏东西，他越摸得起劲儿，并且乐在其中，这也是一种叛逆行为。
当然，你越不让他哭闹，他越哭闹的现象就更常见了，这是宝宝最典型的逆反行为，只不过家长习以为常罢了。
那么，宝宝时期的孩子为什么会叛逆呢？
原来，两三岁的宝宝也有朦朦胧胧的独立意识，这是孩子独立意识的萌芽，然而此时的宝宝没有辨别是非的能力，有的只是想要“独立”的冲动和探索未知的欲望，他们会用自己独特的方式来接触和了解这个世界，表达自己的情感，这种特殊的行为方式便成为了大人们眼中的叛逆。
　对于这一时期宝宝的叛逆行为，要恰当地引导，从宝宝的角度来理解和宽容他的所作所为，与他共同游戏、娱乐，在潜移默化中改变他的不良行为，引导他向正确的方向发展。
在这一阶段，特别提醒家长的是，针对孩子的逆反行为，一定不要盲目地打骂，因为这会扼杀孩子宝贵的探索天性。
　本书主要从叛逆期孩子的生活习惯、不良个性、心灵成长、固有潜能、伙伴交往、娱乐活动六大方面来分析阐述，结合心理学知识帮助家长剖析问题的根源，总结解决问题的方式、方法，以期为家长提供一本宝宝叛逆期的家教经典。

内容概要

本书是哈尔滨出版社出版的一本适合幼儿家长阅读的早期教育类图书。

本书列举了2—3岁孩子在生活习惯、不良个性、心灵成长、固有潜能、伙伴交往、娱乐活动等六个方面的叛逆行为的案例并进行了深入分析。
2—3岁是孩子成长、性格形成的关键是时期，哈尔滨出版社出版的《2—3岁叛逆期，妈妈要懂的心理学》挖掘孩子叛逆行为背后的心理特征，运用心理学知识从根本上探寻孩子叛逆的教育方法。
叛逆行为案例与指导方法相结合的编写方式是指导更具针对性，更便于家长针对孩子自身存在的问题找到相应的对策。
心理学知识的运用及更具针对性的编写方式是本书的最大亮点，案例涉及面之广更是难能可贵。
《2—3岁叛逆期，妈妈要懂的心理学》对孩子健康快乐地成长，家长轻松顺利地度过儿童早教期有很大的帮助。

书籍目录

第一章　耐心培养，让孩子3岁以前养成好习惯
　孩子为什么喜欢吃零食
　孩子偏食、挑食如何纠正
　孩子不好好吃饭怎么办
　孩子都不喜欢洗脸刷牙
　孩子晚睡晚起受大人的影响
　不讲卫生是因为没有卫生观念
　多数孩子对吃药有抵触情绪
　喜欢乱扔东西是孩子在探索
　凡事拖拉、磨蹭是习惯使然
第二章　规范引导，及时纠正孩子的不良个性
　孩子自私是正常现象
　孩子任性与家长娇惯有关
　孩子为何执拗，说什么都不听
　孩子霸道，蛮横不讲理怎么办
　孩子依赖、缠人、粘人很正常
　孩子好动、故意捣乱，并非多动症
　多变、情绪不稳定的孩子需要宣泄
　浮躁的孩子往往缺乏耐性
　焦躁的孩子爱哭闹、叫嚷
第三章　尊重变化，用心呵护孩子的心灵成长
　独立意识萌芽，要求“自己来”
　幼儿也有性意识的萌动吗
　喜欢自言自语不是毛病
　爱幻想、说大话的孩子很正常
　孩子到了喜欢说“不”的时期
　故意说反话、唱反调是叛逆的表现
　喜欢说脏话、坏话，他感觉很有趣
　孩子动不动就打人有多种原因
　孩子做事一般都缺乏耐心
　喜欢与大人对着干很正常
第四章　因势利导，悉心挖掘孩子的固有潜能
　见什么模仿什么是孩子在学习
　求知欲强的孩子对什么都好奇
　孩子喜欢探索、尝试要鼓励他
　多数孩子都喜欢涂涂画画
　喜欢反复做同一件事很正常
　孩子不喜欢去幼儿园怎么办
　孩子不喜欢看书学习正常吗
　孩子注意力不集中怎么办
　不听老师话的孩子如何教
第五章　循循善诱，让孩子快乐融入交际圈
　孩子不叫人、不懂礼貌怎么办
　孩子为何怕生人、不和生人交往
　孩子不喜欢与小朋友分享怎么办

不喜欢和小朋友合作怎么引导
和小朋友争抢玩具是正常现象
孩子和小朋友打架如何处理
第六章　大胆放手，让孩子越玩越聪明
孩子为何越不让玩什么越玩什么
这么小的孩子为何喜欢看电视
喜欢玩各种游戏是小孩子的天性
孩子对玩具的要求永无止境
喜欢玩水、玩沙是小孩子的共性

章节摘录

版权页： 孩子为什么喜欢吃零食 叛逆期案例 莉莉今年2岁多了，她特别喜欢吃零食。
方便面、薯片、蛋黄派等都是莉莉的最爱，可是妈妈做的香喷喷的饭菜她却不喜欢吃。
一天中午，一家人在一起吃饭。
妈妈夹了一些菜放在莉莉的饭碗里，然而，莉莉只是看了看，就跑开了。
妈妈问她：“莉莉，你不好好吃饭又要去干什么？
”莉莉回头告诉妈妈：“我要吃肠。
”说着，莉莉已经拉开了放火腿肠的抽屉，伸出小手拿出了一根，又跑到妈妈面前，要求把肠衣剥开。
妈妈知道莉莉一吃火腿肠肯定吃不了几口饭菜了，于是对她摆摆手，说：“不行，现在该吃饭了，莉莉乖，我们不吃火腿肠了，来，吃口菜。
”见妈妈不让吃火腿肠，莉莉眉头一皱，就开始大哭大闹，甚至连一口饭菜都不吃了。
无奈，妈妈又一次败下阵来，只好将肠衣剥开，将火腿肠放进了莉莉的嘴里。
这下，莉莉眉开眼笑，不再哭了。
妈妈知道经常吃这些零食对莉莉的身体不好，但她担心莉莉哭闹不吃饭会更加影响她的健康。
所以，妈妈很矛盾，不知道应该怎么办才好。
妈妈要懂的心理学：吃零食是孩子的生理需求，但不能让它替代主食 孩子爱吃零食是正常的，甚至可以说，吃零食是孩子的生理需求。
再加上零食花样多、口感好，与一日三餐的主食不一样，更能激起孩子的食欲，带给孩子新鲜的感觉。
因此，绝大多数的孩子都爱吃零食。
顾名思义，零食就是正餐以外的食物。
对于主食而言，它起着辅助的作用，能为孩子提供、补充少量的蛋白质、维生素和微量元素。
处于发育期的孩子，胃容量比较小，并且活泼好动，吃一餐不足以维持到下一餐。
而吃一些零食可以补充不足的热量和营养，保持身体活动所需的能量。
所以，爸爸妈妈不必谈零食而色变，一概拒绝孩子吃零食。
然而，零食只是孩子获取营养的一条次要渠道，并不能够取代主食。
在对待孩子吃零食这个问题上，妈妈不能对其持全盘否定的态度，也不能让零食喧宾夺主，完全替代主食。
可是，孩子这一阶段的心理就是“我喜欢吃什么就多多地吃”。
在这一阶段，孩子没有丝毫的健康观念，有的只是对零食的贪欲，并且要求得不到满足就会大哭大闹，因此家长不得不满足其对零食的要求。
就这样，有不少孩子因为吃了太多的零食而吃不下主食，长此以往，容易引起营养不良，影响孩子的身体健康以及生长发育。
对于1～～3岁的孩子来说，父母仍然是主要的食物供给者。
所以，在这个时期一定要让孩子养成良好的吃零食习惯，不要等孩子长大以后再来禁止，因为那时就更难管制了。
在孩子要吃零食时，妈妈应该在量上加以限制，在品种上进行选择。
有心的妈妈不妨在上午的时候让孩子吃少许热量高的零食，比如，一块巧克力或者蛋糕，两三块饼干等；下午要让孩子多喝一些白开水，吃几种水果；晚饭过后，就不要再给孩子任何零食吃了，睡前可以让孩子喝一杯牛奶。
零食不一定不好，只要妈妈多用点心思，讲究方法，让孩子养成良好的饮食观念和习惯，零食也可以吃得很健康！
叛逆期方法指导 方法一：掌握度，不让孩子大量吃零食 零食可以吃，但是不能一味地让孩子吃，要把握一个度。
由于年龄小，孩子没有足够的自制力，常常会不由自主地吃下大量的零食，很多孩子还喜欢边玩边吃

，嘴巴一直不停。
如果父母限制孩子吃，孩子还会大哭大闹，很多家长对此束手无策。
对此，妈妈要避免将零食放在孩子能够接触得到的地方让他自由取用，这样既减少了孩子拿到零食却吃不上时的逆反行为，也能有效地控制孩子的零食量。
辉辉可喜欢吃零食了，以至于还不到3岁的他已经成为了一个不折不扣的小胖子。
聪明的辉辉知道妈妈每次买回来的零食都会放在厨房的一个柜子里，他只要打开柜子的门，就能轻而易举地拿到美味的零食。
妈妈知道经常不加限制地吃零食对辉辉的身体是没有好处的，于是，妈妈改变了放零食的位置，使辉辉自己接触不到零食，也不在家里存放那么多的零食了。
拿不到零食，当辉辉嘴馋的时候，他就会闹着让妈妈去买。
看着辉辉渴望的眼神和馋乎乎的样子，妈妈实在不忍心拒绝。
可将零食买回来了吧，辉辉就又会无节制地吃。
有一次，辉辉玩完了玩具就嚷嚷着要吃饼干。
妈妈看了一下表，再过半个小时就要吃午饭了，这时候如果让辉辉吃零食的话，那么待会儿他肯定又要不吃饭了。
于是，妈妈只给了辉辉一块饼干。
不一会儿，辉辉就吃完了，他还要吃。
妈妈灵机一动，想出了一个好方法，她拿着一个小闹钟，对辉辉说：“儿子，咱们马上就要吃午饭了，等到这个最短的针指向‘3’的时候，妈妈才会给你饼干吃。
”辉辉自然很不乐意，尽管又哭又闹，但是妈妈坚持到了时间才给他零食吃，没有办法，辉辉只好作罢。
从那以后，妈妈就和辉辉商量好：只有最短的针指向“10”和“3”的时候，才有一定的零食吃。
每当辉辉想要吃零食的时候，他就会瞧瞧表，看时针走到哪儿了。
案例中的妈妈让孩子养成了在固定的时间吃零食的习惯，使孩子快乐地期待吃零食时间的来临，这样就不会影响孩子吃正餐的食欲了。
营养学专家提醒，应该将零食也纳入孩子的饮食计划，吃零食的时间最好设在正餐前二至三小时，且供给量不要太多。
这样的饮食结构，才能让孩子有好的胃口，使零食起到给孩子补充营养和能量的有效作用。

编辑推荐

《妈妈要懂的心理学:2-3岁叛逆期》是一本适合幼儿家长阅读的早期教育类图书。
幼儿期的孩子为什么动不动就哭闹？
为什么喜欢说脏话？
为什么热衷于玩脏东西？
为什么喜欢乱扔东西？
为什么动不动就打人？
……翻开《妈妈要懂的心理学:2-3岁叛逆期》你就能从心理学层面找到答案并找到解决问题的方法！

第一图书网, tushu007.com

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