

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

图书基本信息

书名：<<孩子，妈妈知道你的心理>>

13位ISBN编号：9787807247135

10位ISBN编号：7807247134

出版时间：2009-7

出版时间：京华

作者：塞尔玛·H·弗拉贝格

页数：250

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>

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

前言

童年早期是一段“魔幻”岁月。

我采用“魔幻”一词，并非是指孩子生活在其一切最深层的渴望都得到满足的魔法世界中。

认为童年时代是一段天堂岁月，是一段天真无邪的、安宁的快乐时光，实际上只是成年人的想象。

具有讽刺意味的是，对这段黄金岁月的记忆仅仅是一种幻觉，因为我们根本不记得这段时间的事情。

我们至多有少许尘封的记忆，屈指可数的模糊、失真的画面，我们甚至常常不知道自己为什么会记住这些。

童年的这段时光——大约是出生后的头5年——就像一座城市一样被掩埋了起来，当我们与孩子们一起回到这段时光时，我们是那么陌生，无法顺利地找到我们的路。

这段时光是“魔幻”岁月，因为从心理学的意义上来讲，孩子们在其童年早期是一个魔法师。

孩子对世界的最初概念是魔幻的，他相信自己的行动和思想能够造成一些事情的发生。

之后，他会将这个魔幻体系扩展，发现人对自然现象的作用，并且将人或超人看做是自然现象发生的原因，或者是发生在其生活中的日常事件的原因。

渐渐地，在出生后的头几年里，孩子才获得了对客观世界的认识，才能够使自己的观察和得出的结论摆脱这种原始思维的曲解。

但是，魔幻世界是一个多变的世界，有时还是一个令人毛骨悚然的世界，当孩子朝着理性和客观世界摸索着前行时，他必须与其想象中的危险动物以及外部世界真实的或想象的危险进行搏斗，于是，我们经常会发现孩子出现莫名其妙的恐惧或令人费解的行为。

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

内容概要

本书第一版问世于1959年，一经出版，就立即成为了一部儿童心理的经典著作，畅销至今，影响了一代又一代的母亲们。

塞尔玛·H·弗拉贝格教授长期致力于临床儿童早期心理发展的研究。

在本书中，她深入0~6岁孩子的魔幻心理世界，探微索幽，指出这是孩子一生中既兴奋异常，有时又令孩子毛骨悚然的阶段，孩子会出现莫名其妙的恐惧或令人费解的行为。

她为数千万名家长了解孩子的心理，正确理解、处理孩子在每个发展阶段所面临的问题，培养心理健康的孩子提供了支持和指导。

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

作者简介

塞尔玛·H·弗拉贝格，著名儿童心理学教授、加州大学医学院旧金山总医院婴儿-父母项目主任，多家美国育儿杂志的专栏作家。

<<孩子, 妈妈知道你的心理>>

书籍目录

前言第1篇 引言 第1章 女巫、食人魔、老虎和心理健康 弗兰克的故事 什么是心理健康?
什么是焦虑?
父母对孩子的保护 孩子的自我对危险的抵御 简妮的“笑笑虎” 一个婴儿科学家 想象、
智力和心理健康第2篇 出生后的头18个月 第2章 “不要再睡了, 你得留神……” 新生儿 “宝
宝为什么微笑?”
孩子生活在拼图世界里 成长为一个小朋友 消失的物体 行走和视角 移动能力和独立的
自我 传教士来了 第18个月 第3章 “文明及其让人不满之处” 理论有什么好处?
喂食和喂食理论 与分离焦虑有关的障碍 宝宝的主动性带来的麻烦 排便训练 与排便训练有关的一
些障碍 早发现, 早预防第3篇 第18个月到3岁 第4章 在巨人国里 魔法师 叽哩咕噜
驶向大人国的航程 魔幻与科学 “我” 第5章 现实教育 是非观的建立 宝宝内在自
我控制系统的弱点 帮助孩子克服恐惧第4篇 3岁至6岁 第6章 宇宙中心的转变 迈向思考的年
龄 老鼠和人 “我是谁?”
“我从哪里来?”
俄狄浦斯情结 第7章 爱的教育 性教育的意义 父母的困境 应该满足孩子的多少好奇
心?
如何把性知识告诉孩子?
父母应起的教育作用 对父母的认同 成为一个女孩 成为一个男孩 第8章 是非观教育 是
是非观的萌芽 管教 惩罚的心理学 道德价值观的获得 感受的权利第5篇 结论 第9章 孩子人格的
未来发展 各种各样的命运 来自人类错误与灾难实验室的教训 来自模范儿童院的经验教训
我们能防止神经官能症吗?

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

章节摘录

第1篇引言第1章女巫、食人魔、老虎和心理健康弗兰克的故事曾经有个名叫弗兰克的男孩，他的父母想让他成为一个按照现代科学方法养育出来的孩子的典范。

他们参考专家著作、订阅各种讲座材料，并且参加了各种对于这个时代来说有点神圣的养育方法和实践课程。

他们从中了解了孩子在童年早期的恐惧和神经官能症的成因，怀着世界上最美好的愿望，要养育一个完全没有——噢，就像这个世界上的任何一个孩子所能够做到的那样——焦虑和神经官能症倾向的孩子。

所以，弗兰克的哺乳和断奶以及如厕训练，都是在他适宜的年龄，以适宜的方式进行的。

他的小妹妹的降生也是经过对他的发展阶段的精确计算而安排的，以免给他造成心灵创伤。

不用说，为了小妹妹的降生，父母采用公认的方法给弗兰克做了大量的工作，对他进行了坦率而彻底的性教育。

有可能使弗兰克恐惧的原因都被一一找了出来，并且在弗兰克的父母设计的方案中都被系统地消除了。

父母重新编辑和修改了儿歌和童话故事，故事中老鼠的尾巴从来不会被切断，食人魔在进餐时吃的是谷类食物，而不是人肉。

女巫和坏人施展的巫术都不会造成伤害，而且很容易被简短的一句话或温和的责备所感化。

童话世界里没有死亡，弗兰克的世界里也没有死亡。

当弗兰克的鹦鹉因一种致命的疾病而死去时，鹦鹉的尸体在弗兰克午睡醒来之前便被拿走，并换上了一只新的鹦鹉。

采取了这么多预防措施，弗兰克的父母发现很难解释为什么弗兰克还是会感到恐惧。

但是，弗兰克的确有恐惧。

在2岁时——这是很多孩子都害怕自己会顺着浴缸的排水管而消失的年龄——弗兰克（他很独立，不受任何任性的同伴的影响）也对浴缸排水管感到恐惧。

尽管父母亲为了小妹妹的降生而对弗兰克做了大量的工作，但弗兰克并不期待小妹妹的来临，并且处心积虑地想着把小妹妹赶走的方法。

弗兰克提出的比较具有人情味的一个建议是，水妹妹应该被送回到小商店去。

（你知道对弗兰克进行的性教育是多么彻底！

）还不止这些。

在其他孩子会被噩梦吓醒的年龄，弗兰克也会被噩梦吓醒。

不可思议的是（因为你知道，食人魔在弗兰克的儿歌中是被如何改造的），弗兰克在噩梦中是被一个想要一口吃掉他的巨人追赶！

这还不是全部。

尽管父母在教育弗兰克时对女巫都做了仁慈化的处理，但弗兰克在自己编故事时，是按照自己的方式除掉坏人的，那就是砍掉女巫的脑袋。

这个故事的要点是什么？

它证明了什么？

如何养育孩子根本无关紧要吗？

现代养育方法只是科学家的痴心妄想吗？

我们应该抛弃有关喂养、如厕训练、性教育的信念，而把它们当成对促进孩子的心理健康无关痛痒的事情吗？

父母在喂养、如厕训练、性教育、管教孩子方面的智慧和知识，通过促进孩子对父母的爱和信任以及增强孩子对自己身体的需要和冲动的控制能力，促进孩子的心理健康。

但是，最理想的早期训练不会消除孩子内心的全部焦虑，或者去除孩子的世界及其发展过程中无处不在的风险。

我们不应该为此感到震惊——因为没有可以不让孩子经历焦虑就能成功养育孩子的方法。

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

人类发展的每一个阶段，都要面临各种各样的伤害和危险。

进而，我们会发现，通过高度警惕地防止妖怪、食人魔和死鹦鹉，并不总是能够促进孩子的心理健康。

我们无法避免很多此类恐惧，也不需要这样做。

当然，我们不会通过精心安排而故意让孩子体验恐惧，我们也不会做出像妖怪那样的行为来使妖怪这一概念对孩子变得真实起来，但是，当妖怪、食人魔和死鹦鹉呈现出来的时候，最好以一种开放的方式对待它们，并帮助孩子以同样的方式去面对。

我们容易混淆焦虑和神经官能症两个概念之间的关系。

实际上，焦虑本身并不是一种神经官能症。

前面故事中的弗兰克不会被认为是神经过敏。

他害怕浴缸下水管吗？

很多2岁的孩子都有这种恐惧。

这并不一定是个不祥之兆。

弗兰克做过被巨人追赶的噩梦吗？

几乎所有的学龄前儿童偶尔都会有这种类似的梦魇。

尽管父母做了充分的准备，弗兰克还是不喜欢小妹妹吗？

为新宝宝做准备是必要的，并且会使事情变得更容易些，但再多的解释也不足以让一个孩子为一个真实的宝宝以及分享父母的宠爱的真实体验做好准备。

并不是浴缸下水管、关于巨人的噩梦或弟弟妹妹的降生使孩子患神经官能症。

孩子将来的心理健康并不取决于在其幻想世界里是否存在食人魔，或者食人魔吃什么之类的问题——或许甚至不取决于食人魔出现的次数和频率。

而取决于孩子处理食人魔之类问题的方式。

正是孩子处理自己莫名的恐惧的方式，决定了这些恐惧对孩子人格发展的影响。

如果对妖怪和窃贼以及野生动物的恐惧侵入了一个孩子的生活，如果一个孩子对自己想象中的危险感到无助和无法防备，并因此而出现对生活的畏惧和屈服态度，那么，这种处理恐惧的办法就不是一个好办法，而且，可以预料到，这将对孩子未来的心理健康造成一些不良的影响。

如果一个孩子的行为看起来好像他在各个方面都受到了真实的和想象的危险的威胁，并且必须提防和准备攻击，那么，他的个性可能就会过于具有攻击性和挑衅性，并且，我们也必定将他的这种处理恐惧的方式看做是不可取的。

但是，孩子通常都能克服自己莫名的恐惧。

而这正是最让人着迷的一个问题：孩子是怎样克服恐惧的？

这是因为，孩子天生就有克服恐惧的方法。

甚至当孩子2岁时，他就拥有了一个不可思议的复杂的心理系统，为预料、评估、抵御和克服危险提供办法。

当然，这种能力是否能够被孩子成功地运用于克服恐惧，将在一定程度上取决于教孩子如何应用这种能力的父母。

这意味着，如果我们了解正在成长中的孩子的本质，以及孩子的人格中那些有助于促进其心理健康的部分，我们就完全能够帮助孩子发展出他们自己应对恐惧的能力。

什么是心理健康？

近年来，人们开始将心理健康看做是与某种特殊的食谱一样的东西，是一种包含有适当比例的爱与安全、富于建设性的玩具、有益于身心的陪伴、坦率的性教育、情绪宣泄的出口和情绪控制，似乎把这些东西均衡地混在一起就是一份健康的食谱。

这份均衡的心理大餐不可避免地让人想起营养学家烹制的素食，有营养但不会诱人食欲。

按照这份心理大餐培育出来的孩子，可能很容易成为一个完全适应环境但却单调乏味的人。

因此，在这里关于心理健康的讨论中，使“心理”一词恢复到受人尊敬的地位，使其回归其在“心理健康”中的本义，看起来似乎是适当的。

因为那些使一种人格区别于另一种人格的品质是心理品质，而且，我们称之为“心理健康”的状态不

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

只是富有营养的心理大餐——无论这可能多么重要——的产物，而是复杂的心理系统连续不断地作用于体验、对体验作出反应、适应、存储和整合，以维持人体内在需要和外部需求之间的平衡的结果。心理健康取决于在生理需要、本能需要和外部世界需求之间的平衡，但是，这种平衡不应当被视为是一种静态的平衡。

按照社会需要控制本能需要、爱好、愿望以及纯粹的自我欲望的过程，发生在更高级的心智活动区。正是人格中最靠近意识和现实的这个部分，执行着这项重要功能。

正是这种有意识的自我，承担着这些控制和调解功能，而且，在人一生中醒着的所有时间里都是如此。

我们不应该将个人满足感，即“幸福”，误认为是心理健康的标准。

心理健康不仅必须要通过在人的自我中占据主导地位的相对的和谐来判断，而且必须要根据一个有教养的人所达到的最高社会价值要求的程度来判断。

如果一个孩子尽管“没有神经官能症”，但却把摆脱恐惧看得如此之重，以至于在其一生中都不敢为了某个想法或原则而冒险一试，那么，这种心理健康就不会促进人类的福祉。

如果他是“安全的”，但他除了个人安全之外对其他任何事物都没有追求，那么，这种安全本身就没有价值。

如果他“完全适应这个群体”，但却是通过不加批判地接受和依从其他人的想法来实现的，那么，这种适应对社会的民主化进程便毫无意义。

如果他“完全适应学校生活”，但却用陈旧的观念和事实来填充心灵，以某些漫画书上的劣质想象作为心灵鸡汤，那么，什么社会的文明会看重这个孩子的“适应性”呢？

最高级的心理健康，必须包括一个人能够自由地运用自己的智力解决人类问题、自身问题和社会问题。

这种智力上的自由，要求思考和判断这些较高级的心理过程应尽可能地远离魔幻、自我满足和以自我为中心的动机。

对孩子进行心理健康的训练，必须包括智力训练。

孩子的情绪适应能力对其智力能否得到充分开发的依赖，不亚于对满足其基本生理需要的依赖。

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

媒体关注与评论

<<孩子，妈妈知道你的心理>>

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>