



· 父母与孩子完美沟通的家教“圣经” ·

如何说 孩子才会听 怎么听 孩子才肯说

赵奕/编著

中国华侨出版社

如何说孩子才会听 怎么听孩子才肯说

赵奕 编著

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

如何说孩子才会听 怎么听孩子才肯说 / 赵奕编著. —北京:中国华侨出版社, 2015.2
ISBN 978-7-5113-5196-8

I. ①如… II. ①赵… III. ①儿童教育—家庭教育—通俗读物 IV. ①G78-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第032989号

如何说孩子才会听 怎么听孩子才肯说

编 著: 赵 奕

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 岑 涛

封面设计: 李艾红

文字编辑: 朱立春 孟宪爽

美术编辑: 李梦婷

经 销: 新华书店

开 本: 1020mm × 1200mm 1/10 印张: 44 字数: 810千字

印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司

版 次: 2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-5196-8

定 价: 29.80元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 58815874

传 真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前言

PREFACE

做父母的都对孩子拥有真挚的爱，都愿意尽其所能地给予孩子最好的，同时期望自己的孩子能成龙成凤。但家庭教育不仅需要爱，更需要方法。为人父母的你，是否常常觉得和孩子有距离感，常因各种问题发生争执？是否常为孩子的不听话、不懂事、太费心而苦恼，以至于让家里整天充满了呵斥、吵嚷声？是否觉得孩子对你的叮嘱和教导不理解不接受，甚至故意对着干？

当家庭教育出现类似问题时，父母大都把矛头指向孩子，并为其加上一堆让自己难过、让孩子痛苦的“罪名”，却绝少会换位思考，首先分析自己的态度与行为。殊不知，没有教育不好的孩子，只有不会教育的父母。成功的家庭教育，首先源于良好的亲子沟通，而失败的家庭教育，一定是沟通出了问题。所以为人父母者需要学习沟通的技巧，在“如何说”“怎么听”这两方面多多用心，善于说更要懂得听。

巧妙说孩子才会听，善于听孩子才肯说。父母恰当的语言能搭建起与孩子心灵对话的七彩之虹，父母用心倾听才能捕捉到有效信息，找准教育的切入点。父母要及时沟通，消除隔阂，清扫孩子内心的尘埃，帮孩子营造一片晴朗的天空。要听出孩子的潜台词，说到孩子的心坎里，以父母、老师同时是好朋友的身份，陪伴孩子健康快乐地成长。具体来说，你需要打造你的语言，让孩子清楚、透彻地理解你的话；你需要学会给语言穿上“糖衣”，让孩子爱听你说话；你需要给孩子表达的机会，让孩子主动说出心里话；你需要学会说服和倾听的技巧，让沟通的过程变得温馨而愉快……

为了建立这个快乐沟通的平台，本书围绕“如何说”“怎么听”两个主题，综合教育专家的建议，从7个方面进行了探讨和实践：

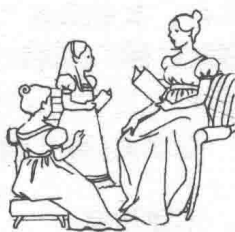
- 1、帮助孩子面对他们的感受；
- 2、鼓励孩子与我们合作；
- 3、鼓励孩子自立；
- 4、表扬，不要贬损；批评，不要伤害；
- 5、面对错误，还有惩罚之外的方法；
- 6、让孩子爱上学习；
- 7、帮助孩子认识全新的自己。

书中结合家庭教育的典型问题，阐述了完美亲子关系的本质规律和关键点，辅以大量的常见场景和问题加以说明，并配有相应的练习题，提供了可行的思路和操作性建议，让父母切实掌握这些技巧，并灵活运用，随时应付各种情况。其提供的互相尊重而又切实可行的沟通方法，仿佛一把打开孩子内心世界的钥匙，

能指引你切身体会孩子内心的感受，把和孩子的矛盾化解于无形之中，缓解所有年龄段孩子与父母的紧张关系。

沟通质量决定教子成败。本书能帮助苦恼的父母应对亲子教育的燃眉之急，在最短的时间内切实帮助父母学会和孩子达成完美沟通，是一本融合爱与沟通技巧的神奇之书，一本带来家庭和睦、孩子茁壮成长的父母必读之书。

换种方式教育你的孩子吧。让成人俯下身子进入孩子的世界，而使孩子像成人一样和父母对话，这种沟通交流的形式一旦建立，就能创造家庭的快乐与和睦，让孩子在你的引导下身心健康成长。当掌握了说服和倾听的技巧，你的一句话，可能会照亮孩子的一生，你的一次真挚倾听，可能会轻易化解孩子心内郁积的风暴雷鸣。



第一篇 帮助孩子面对他们的感受 /1

第1章 你是“独裁家长”吗？ /2

- 独裁家长让孩子的内心很伤悲 /2
- 孩子为何不告诉你他在想什么 /5
- 怎样做才能抓住孩子的心 /6
- 不要吝啬对孩子的欣赏 /10
- 掌握向孩子表达爱的途径 /11
- 善于领会孩子传递的信息 /14
- 尊重孩子的成长脚步 /17

第2章 倾听，沟通的第一步 /19

- 放低姿态，把倾听当作一种愉悦 /19
- 用温和的态度来对待孩子 /23
- 尊重孩子的说话权 /26
- 耐心地听孩子把话说完 /29
- 鼓励孩子说出内心的想法 /32
- 不要随意打断孩子的诉说 /35
- 善于听出孩子的弦外之音 /39

第3章 让孩子从容面对他们的感受 /42

- 怎样让孩子感受好些？那就是接受他们的感受 /42
- 越担心，他们越困惑 /45
- 与孩子的感受产生共鸣，有助于他自己解决问题 /48
- 切忌对孩子不闻不问，放任自流 /51
- “乖孩子”可能有讨好的心理 /54

第4章 接受感受和限制行为 /56

- 没有不能接受的感情 /56
- 怎样理解和接受孩子的感受 /60
- 隔代没有隔阂，必须坦诚相待 /63
- 理解孩子的情绪，但也要限制孩子的行为 /66
- 引导孩子行为时的禁忌 /68

第二篇 鼓励孩子与我们合作 /71

第1章 怎样营造最好的沟通氛围 /72

- 温暖的家庭少不了交流的气氛 /72
- 和孩子开展平等的对话 /75
- 用沟通代替对孩子的命令 /78
- 饶有兴味地倾听孩子的喜怒哀乐 /81
- 及时关注孩子的情绪变化 /84
- 与孩子保持恰当的距离 /87
- 学会每天睡前问候孩子 /90

第2章 让孩子信任我们、接纳我们 /93

- 教育的过程少不了陪伴的环节 /93
- 理解是建立默契的开始 /96
- 如何应对和大人“对着干”的孩子 /97
- 努力寻找你们的共同话题 /102
- 关心孩子的感受，积极地帮助他 /105

第3章 吸引孩子与我们“合拍” /108

- 再忙也要抽时间陪陪孩子 /108
- 与孩子一起谈论成长中的悲喜 /109
- 给孩子游戏和成长的空间 /114
- 让孩子参与家庭大事的讨论 /117
- 把家庭教育变成最高级的小班授课 /120
- 引导孩子开发人际交往的天赋 /120

第4章 培养孩子的“合作”意识 /122

- 注意培养孩子的交往能力 /122
- 鼓励孩子多与人接触 /125
- 和孩子一起参加活动 /126
- 在社会活动中培养孩子的合作精神 /129
- 培养孩子与人相处的技巧 /130

第三篇 鼓励孩子自立 /133

第1章 培养孩子自律 /134

- 适度自由，他才能学会自控 /134
- 命令只会让孩子反感 /139
- 点到为止，给孩子留足面子 /140
- 对感受要宽容，对行为要严格 /143
- 帮助孩子纠正拖拉的毛病 /147
- 怎样让说脏话的孩子住嘴 /150
- 孩子控制不住脾气怎么办 /153
- 如何让孩子主动不挑食 /154

如何改掉孩子乱扔东西的习惯 /155

第2章 让孩子从自主中得到成长 /159

事事顺从的孩子创造力为零 /159

“铁娘子”撒切尔说：父亲告诉我做自己 /161

松开手中捆绑孩子的线 /163

给孩子定的规矩越少越好 /164

要相信自己的孩子有主见 /167

不要过多地干涉孩子的自由 /168

最后的决定授权孩子完成 /172

鼓励并支持孩子实现自己的想法 /173

第3章 给孩子一定的发言权 /176

不是孩子没主见，就怕家长太强势 /176

让孩子有意识地为自己负责 /177

让孩子有发言的机会 /181

鼓励孩子发出自己的声音 /182

让个性腼腆的孩子有话大声说 /186

教孩子聪明勇敢地说“不” /187

不要让孩子说一些懦夫用语 /190

第4章 帮助孩子将依赖感降到最低 /193

明智的家长从来不会溺爱孩子 /193

不要做事事代劳的父母 /194

放开手，让孩子为自己负责 /198

让孩子学会自己面对风雨 /199

让孩子自己去尝试失败 /203

不要替孩子包揽责任 /204

把握好孩子对父母的依恋 /207

教会孩子自我保护 /208

第四篇 表扬，不要贬损；批评，不要伤害 /211

第1章 赞赏令孩子更加出色 /212

罗森塔尔效应：夸奖带来效益 /212

教育孩子，别总否定他 /215

把赏识当成孩子成长中的需要 /217

相信孩子：你一定能行 /218

多使用肯定句 /221

注意鼓励效果的持久强化 /223

孩子的伤疤不能揭 /224

第2章 提高激励效果的技巧 /227

善于挖掘孩子身上的闪光点 /227

不忽视孩子每个细小的进步 /230

- 肯定孩子的优点要及时 /231
- 有针对性地赞扬孩子 /233
- 不拿孩子的弱项和其他孩子的强项比 /236
- 欣赏孩子的“小聪明” /236
- 适当给孩子“戴高帽” /240

第3章 赞赏需要适时适度适当 /242

- 赞美不能掉价，表扬不能失效 /242
- 激励和表扬要体现在日常生活中 /243
- 表扬要讲究时效，趁热打铁 /246
- 不当的表扬会让孩子不满意 /247

第4章 消极刺激让孩子内心黯然 /250

- 不要总表现出对孩子的“不满意” /250
- 不要随意使用批评孩子的权利 /252
- 训斥应该避开众人，在私下里进行 /253
- 绝情的话千万不能说 /255
- 孩子说谎，找原因胜过责骂 /257

第五篇 面对错误，还有惩罚之外的方法 /259

第1章 放下棍棒，寻找代替惩罚的方法 /260

- “打是亲，骂是爱”是最大的谎言 /260
- 建议比批评更管用 /262
- 科学看待孩子的不听话 /265
- 疼爱孩子，也要懂得如何责罚 /266
- 惩罚太多，必将失去效应 /270
- 如何给孩子好的教育和影响 /271

第2章 问题多多，如何结局？好言好语好方法 /274

- “等我冷静一下再说”——愤怒时最好闭嘴 /274
- “我是家长，我说了算”——以权压人不可取 /277
- “我想和你说点悄悄话”——不要当众批评孩子 /278
- “很高兴你能帮忙，但是……”——责备要裹着“糖衣” /280
- “这也不是件坏事情”——换个角度说事情 /282
- “要是不这么做的话”——在对比中领悟道理 /283
- “如果别人像你一样怎么办”——将问题抛给孩子 /286

第3章 宽容一下，效果更好 /288

- 与其责备，不如给予反省的机会 /288
- 理解孩子的小脾气 /292
- 不要太介意孩子的“顶嘴” /296
- 好妈妈会反思：一定总是孩子错吗？ /299
- “撒谎”也是一种创造 /300
- 惊喜在最后——耐心听孩子说完 /303

第4章 聪明的家长会说会管 /306

- 榜样的作用挺重要 /306
- 先统一方案，再进行教育 /309
- 利用非正式机会教育孩子 /310
- 慎用批评孩子的权利 /311
- 主动认错的孩子不批评 /313
- 过分苛责会伤害孩子 /316
- 不能迁就孩子的无理要求 /317

第六篇 让孩子爱上学习 /321

第1章 帮孩子将“厌学”变成“愿学” /322

- 调整好你对孩子的“期望值” /322
- 帮孩子树立一个切合实际的目标 /325
- 不要将学习暗示成为“苦”事 /328
- 开展心灵对话，唤起孩子学习的兴趣 /331
- 引导孩子不断进步 /334
- 不能只根据成绩好坏来奖惩孩子 /337
- 帮助孩子战胜考试焦虑情绪 /340

第2章 引导孩子多读书，沟通方法是关键 /342

- 花钱读书浪费吗？ /342
- 告诉孩子：多读课外书，才能“鹤立鸡群” /345
- 引导孩子找到读书的动机 /348
- 帮孩子挑选适合他的好书 /351
- 和孩子一起谈论读书心得 /354
- 欲擒故纵法：不能总看课外书！ /357

第3章 会学习，孩子一生的资本 /360

- 激发孩子的求知欲 /360
- 培养孩子各方面的兴趣 /363
- 让孩子成为探路者而非模仿者 /366
- 鼓励孩子养成善于思考的好习惯 /369

第4章 陪伴孩子打通语言关 /371

- 抓住孩子语言发展的关键期 /371
- 尽早培养孩子的语言能力 /373
- 循序渐进地教孩子学习语言 /375
- 耐心倾听，防止孩子口吃 /378
- 在游戏中陪伴孩子练习说话 /381
- 鼓励孩子多问几个“为什么” /384
- 训练孩子说话有逻辑 /387

第七篇 帮助孩子认识全新的自己 /389

第1章 不要给孩子贴负面性的标签 /390

为“优秀”下一个完美的定义 /390

不要用“好”和“坏”来评价孩子 /394

不对孩子说“你比别人差” /396

不要泼冷水 /397

积极认同孩子的挫败经历 /401

过度的赞扬和过度的批评一样有害 /404

第2章 正面标签也慎用 /407

赞赏是需要谨慎的 /407

有意贴正面标签，孩子却并不领情 /410

用描述来表达 /413

过度的正面标签有可能扰乱孩子的积极性 /414

第3章 将孩子从角色定型中解放出来 /417

让孩子看到一个全新的自己 /417

创造机会：让孩子对自己“刮目相看” /420

巧设“圈套”：让孩子无意中知道你在夸他 /421

每个孩子都是粒独一无二的种子 /423

教养孩子从来没有什么“神秘配方” /423

看家教书，“思维转变”比“方法转变”更重要 /424

没有最好的方法只有适合的教育 /426

第一篇

帮助孩子面对他们的感受



第1章 你是“独裁家长”吗？

○独裁家长让孩子的内心很伤悲

著名的钢琴演奏家朗朗出了一本自己的传记——《千里之行：我的故事》。在书中，他回忆起自己的童年，不免一阵心酸：“爸爸以为我贪玩，没有准时学钢琴，歇斯底里地吼叫：‘我为了你放弃我的工作，放弃我的生活！你还不练琴，你真是没理由再活下去了，只有死才能解决问题……’”说完这些话，爸爸竟真的拿起一个药瓶让他全部吞下去！回想起过往种种，朗朗仍心有余悸。

“每年的年三十，我也必须练完八小时琴再吃年夜饭，菜都凉了……小时候，父亲对我太激进了，其实那是对小孩的一种摧残。”朗朗面对来访者当着父亲的面如是说。

但当爸爸看到朗朗书中所写的这些时，却似乎“想不起”那些事了。“我也是该严的时候严、该松的时候松，我也曾经骑着摩托车带他去抓过蜻蜓啊！”

“就两次！”朗朗马上说明。

一脸窘迫的爸爸承认：“当然，我也有把变形金刚踹了的时候！”

总之，朗朗对爸爸的总结是：“独裁！”

朗朗的专辑在美国畅销，被称为钢琴神童。但他想到童年的记忆时只说：“我心里曾经很悲伤！”可以想到，在那些刻苦练琴的日子里，他的心里有太多的无奈和委屈。

其实，说起来，“独裁家长”并不是一个新词汇。如今，大多数家长在教育孩子的时候总是以成人的眼光去要求孩子——什么事情该做、什么事情不该做，都是家长说了算，完全忽略了孩子的感受。因为大多数家长都有一个念头，那就是——我这样做是为了你好。不可否认，天下所有的父母都盼着自己的子女能有一个美好的未来。但问题是，我们不能因此就完全忽视孩子的感受。要知道，逼着孩子按照我们的要求去做，也许孩子会在我们的高压之下选择“乖乖地顺从”，但是却不能让孩子从内心真正认同，结果就会导致亲子关系越来越紧张、疏远。

曾经有一女孩，学习优异，各方面的表现都不错，但是她说自己不愿意和父母说话。是什么原因阻碍了他们之间的交流呢？让我们来看看这个小女孩内心的真正想法吧。

小学时，我成绩优异，一直担任班干部；初中时征文也屡屡得奖，然后我考上了最好的高中；接着考上了不错的大学，年年拿奖学金，做了团支书，入了党……我妈说我让爸爸很有面子，但我知道，这些不过是他长面子的资本而已。

我从小被要求要出类拔萃，做这做那，一直到现在。我不忍心让父母失望，也从没让他们失望过。但是在这个过程中是他不断地要求，而不是一个爸爸对女儿的爱。

读完这个女孩的内心表白，也许你会觉得这并不能说明父母不爱她，只是教育方式让孩子不能从感情上接受。很多家长都习惯于要求孩子做这做那，他们一心为孩子好，但遗憾的是，他们从来没有问及孩子的真正感受，没有问过孩子是否喜欢这样的安排。而他们这种爱之深责之切的做法，在孩子看来，不过是一种独裁和霸道，甚至被看作是一种投入与产出的关系。这样教育的结果，就是你对孩子再好，为他（她）付出再多，他们也不会

从内心深处感激你，相反地，说不定还会对你的“独裁”怨声载道。

让孩子按照家长划定的路线去走，还需要看一看孩子是否能承受这份压力。如果父母给孩子的压力过大，不仅会适得其反，甚至可能会引发孩子的一系列心理问题。

因而，家长应该与子女建立一种平等、民主的关系，而不是家长“说了算”的独裁家庭关系。家长需要教育子女，但同时也要接受子女的建议，从传统的封闭式教育模式转向开放教育模式。

【怎么听怎么说之现场演练】

测测你有“独裁”倾向吗？

你觉得自己是一个独裁的家长吗？你觉得自己是一个事事都要求孩子的家长吗？通过下面这样一个测验，来看看你是否有独裁的倾向：

1. 当孩子说：“爸爸，我今天很不想去上学，我想休息一天。”你的第一反应会是什么？

发怒的反应：_____

平和的反应：_____

2. 当孩子说：“妈妈，我觉得报兴趣班这件事情，我自己做选择就可以了。”你还会继续干涉孩子吗？

干涉的做法：_____

不干涉的做法：_____

3. 当孩子说：“妈妈，晚上七点钟有我最喜欢的动画片，我想先看完动画片再做作业，只花费3分钟的时间。”你会同意他先看动画片吗？

如果你会同意：_____

如果你不同意：_____

4. 当孩子说：“周末的下午，我有两个很要好的同学会来找我玩。我能不能不去爷爷家？”遇到这种情况，你会怎么答复？

同意孩子的说法：_____

不同意的说法：_____

通过上述四个问题，你完全可以给自己一个公正的判断，如果你在这些事情的做法上习惯于强制孩子的意愿，你很有可能有一些独裁倾向。

那么，如何使我们的心变柔软，如何让孩子从内心深处接纳我们呢？

对孩子不要太专制

沟通的家长



专制的家长



平等是父母和孩子快乐相处的前提，如果父母在和孩子相处过程中很独裁，会让孩子很难感受到父母的爱，而且孩子还会因此而对父母产生怨恨的情绪。

○孩子为何不告诉你他在想什么

著名教育家魏书生说过：“走入孩子的心灵世界中去，你会发现那是一个广阔而又迷人的新天地，许多百思不得其解的教育难题都会在那里找到答案。”可是在现实中很多家长都遇到过这样的难堪——别说是走进孩子的内心，就是走近孩子的身边，他都会表现出十二分的不耐烦。

很多家长会有这样的困惑，孩子和同学、朋友甚至网友都能侃侃而谈，唯独对自己惜字如金。一旦问得稍微多一些，孩子极有可能会把父母顶撞得哑口无言。很多家长都有这样的感慨：不知道孩子在想什么，也无法知道。明明孩子近在眼前，却仿佛远在天边。

家长迫切地想要把自己的担心和忧虑告诉孩子，也希望孩子能将自己的想法及时告诉自己。可是，家长越是耳提面命、谆谆教导，孩子表现得越叛逆，甚至在内心对父母竖起了一堵高高的“墙”，表示他根本不想让你走进他的世界。

有位女老师问班上的一名学生：“你和你父母的关系融洽吗？”那位同学很无奈地说：“老师啊，我现在和父母之间的沟通越来越少了，每天回到家之后，我都会将自己关在房间里，除了吃饭，我和父母都不怎么说话。”

为什么孩子不喜欢和父母说话？在女老师的继续追问下，这位同学道出了实情：“和他们说话，总像是在接受命令。他们不想了解我的心思，我也就不想和他们说了。”

看到这里，也许很多父母会感到很诧异，因为他们多半都认为自己做得很到位：我天天在跟孩子说，你要好好学习啊，将来一定要考大学啊，一定要有出息啊，可千万别走某某的老路啊……难道这不是沟通吗？

还有家长觉得：我整天跟孩子在一起，我陪着他写作业，我为他整理书包，难道这不是交流吗？

实际上，问题的关键在于，父母习惯将自己的“教训”、“命令”、“责骂”都归于沟通。事实上，这根本就算不上沟通，沟通是双向、互动的，但是父母习惯用单向的、带有指令式的方式和孩子进行交流。虽然，家长往往倾注了全部的关心和孩子进行“沟通”，苦口婆心换来的却不是好的结果。

这成为一个无法调解的对立：孩子总认为爸爸妈妈不了解自己，而家长却总是抱怨孩子不对自己说心里话。纵然家长有为孩子热忱服务的心，孩子也会感到困惑和无力，甚至会感到痛苦和焦虑。

沟通出现了断裂，教育自然难以施行。那么孩子为什么不愿意告诉父母自己在想什么呢？

第一，父母不能放手让孩子自己成长。很多家长喜欢事无巨细地替孩子考虑问题，当孩子要做某事时会表现出不信任，这让孩子十分苦恼，他会用强烈的反抗来表达自己的不满，而父母却很少在乎孩子的这些情绪，反而会用强势来压制他。如此一来，孩子就会觉得父母不理解他，不会再对父母敞开心扉。

第二，教育没有针对性。很多父母都喜欢用大众化的教育方式来教育孩子，喜欢盲目跟风，从来没有深入了解过自己的孩子，更谈不上与孩子探讨自己的哪些教育让他感觉不舒服。事实上，只有最适宜的才是最好的，那些不相匹配的教育方式，只会让孩子不堪重负，感到负累和压抑。

第三，父母喜欢想当然，自以为是。很多父母在与孩子交流的时候，总是想当然，表面上看起来是在与孩子平等地交流，可实际上却仍然习惯于将自己的想法灌输给孩子，期望孩子听话。如此一来，孩子自然不愿意再和父母沟通。

第四，沟通方式有问题。妈妈的唠叨、爸爸的训斥，都是孩子极为反感的，可是大多数父母除了这两种方式就没有其他的沟通方式。

所以，要想让孩子告诉你他的心中所想，首先必须以信任的态度来对待他，与孩子平

等相处，保持一种轻松愉快的气氛，和孩子进行一种朋友式的交谈，这样更容易拉近与孩子的距离。

当孩子跟你交流的时候，一定要用信任、亲切的眼光注视他，让他感到你在认真听，千万不要显出漫不经心的样子，那样的话，孩子的内心也会很沮丧，他当然就不再愿意和父母敞开心扉了。相反，如果孩子觉得父母很重视他，就会变得主动起来，愿意和父母诉说关于自己的事情。

【怎么听怎么说之现场演练】

我们的行为是否让孩子反感

在日常生活当中，家长一些不经意的举动可能会浇灭孩子的倾诉欲望，不当的举动、语言和表情极易引起孩子的反感。下面列举一些情况，看看我们是否让孩子反感了：

在你的印象当中，孩子愿意和你说话吗？如果你觉得你们的沟通还算顺畅，可以跳过这个练习，如果你觉得你们之间的沟通还不够，那么接着往下看吧，或许会给你带来一些启发。

1. 孩子遇到了令他高兴的事情，兴冲冲地跑过来要与我们一同分享，我们的反应是：

和他表现得一样高兴_____

很平淡，并且认为孩子大惊小怪_____

2. 孩子走过来要和我们说些事情，恰巧这个时候我们在忙自己的事情，那么我们如何表现：

停下手中正在忙的事情，关注孩子_____

做自己的事情，对孩子说话很敷衍_____

3. 我们和孩子一起交流观点，通常来说：

更习惯于听孩子说话_____

更习惯于发表看法，告诉他什么是对、什么是错_____

通过以上的小调查，我们也可以对自己和孩子的交流做一个反思，如果你在与孩子交谈时，总是一种以自我判断为中心的方式，那么，孩子也会很难感觉到你对他的重视，不太愿意跟你交流也就很正常了。

○怎样做才能抓住孩子的心

笑笑的爸爸妈妈长年都在外地打工，由于工作忙碌，他们把笑笑放在了老家，由爷爷奶奶来照看。这样一方面省得孩子跟着大人奔波，另一方面也能给孩子提供一个好的成长环境。

平时，爷爷奶奶在家里很好地照料笑笑的饮食起居，而爸爸妈妈总会隔三岔五地打个电话问问孩子的情况。

这样的安排似乎挺不错的，似乎一切都妥当了，但事实并非如此。在每次通话中父母都希望能跟孩子多聊聊，但却事与愿违：

“笑笑呀，最近在家里乖不乖？有没有听爷爷奶奶的话，没让他们着急吧？”

“嗯。”

“最近学习怎么样啊？有没有考试啊？分数上去了吗？”

“还那样。”

“你们班主任老师有没有批评你啊？”

“……爸爸，奶奶想跟你说话。”

笑笑跟爸爸说着说着，就不耐烦了，索性喊奶奶去接电话，自己跑一边看电视去了。

可想而知，笑笑的爸爸当时的心情一定非常沮丧，他很想跟孩子多说一些话，但感觉总也抓不住孩子。