

母爱创造奇迹，而母子沟通正是这一奇迹的起点；每个孩子都是一本无字的书，这书能否成为好书或传世之作，全看做母亲的怎样去沟通

母子沟通

MUZIGOUTONG



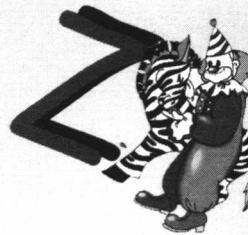
MUZIGOUTONG

邓代玉、刘青◎编著



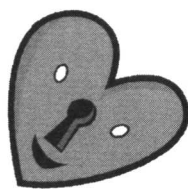
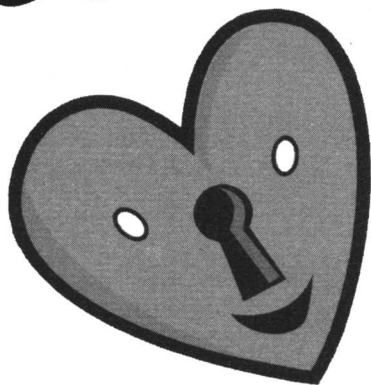
孩子初来人世时，沟通引领一个新的人生
孩子渐通人事时，沟通奠定一个新的人格
孩子涉世未深时，沟通开拓一方新的净土
孩子桀骜叛逆时，沟通宽慰一颗迷茫的心
孩子遭遇低谷时，沟通孕育一个新的希望
孩子成就人生时，沟通展现一份伟大的爱

时事出版社



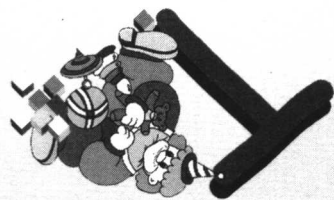
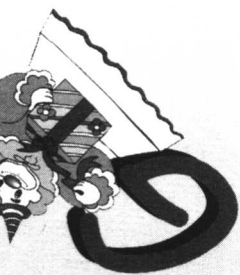
母

子



沟

通



时事出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

母子沟通/邓待玉, 刘青编著. —北京: 时事出版社, 2006
ISBN 978-7-80009-974-8

I. 母… II. ①邓… ②刘… III. 母亲—亲子关系—家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 013673 号

出版发行: 时事出版社
地 址: 北京市海淀区万寿寺甲 2 号
邮 编: 100081
发行热线: (010) 88547590 88547591
读者服务部: (010) 88547595
传 真: (010) 68418647
电子邮箱: shishichubanshe@sina.com
网 址: www.shishishe.com
印 刷: 北京百善印刷厂

开本: 787×1092 1/16 印张: 19.25 字数: 300 千字
2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷
定价: 29.80 元

教育做不到的，
母子沟通可以做到，
孩子们渴望的，
母子沟通可以给予。

选题策划：谢琳
责任编辑：雷明薇
封面设计：杨洋



前言

孩子给我们提出的问题



善待孩子的奥秘在于不要只作为他们的父母。

——佚名



《新京报》曾经刊登过一则消息，讲的是武汉举行了一次国际中小学生作文比赛。在这次比赛中，共有 3000 多名小学生不约而同地在递交的参赛作文中将妈妈刻画成“变色龙”、“母老虎”、“河东狮吼”等形象。

这件事情让很多人迷惑不解：为什么孩子们会将最爱他们的母亲比喻成这样的形象呢？

让我们来看看这些孩子天真无邪的表述吧：

妈妈是“变色龙”，我考了满分她睡着了都会笑醒，考差了就会大发雷霆；妈妈是“母老虎”，我每次出去玩总会被堵回来；妈妈是“河东狮吼”，我看一会儿电视她就会发作……

上述事例让我们明白，当孩子和妈妈之间产生了距离时，身为母亲应该首先学会检讨自己：是不是在教育孩子的过程中对孩子过于苛刻？是不是没



有给孩子民主？是不是对孩子吹毛求疵？对于妈妈的教育，孩子为什么不能理解和接受？妈妈了解孩子的真实感受吗？妈妈和孩子沟通交流过吗？

当妈妈像这样扪心自问之后，是不是会发现和孩子沟通是一件非常重要的事情呢？孩子的成长过程中，妈妈应该给他们自由发展的空间，因为只有他们充分感觉到了自由，才能更健康地长大。及时进行全面、正确而有效的沟通是非常重要的，这样不仅能使孩子理解和体会妈妈的良苦用心，同时还能让妈妈知晓孩子的真正需要。只有相互加强沟通，母子关系才能更融洽。

美国著名诗人惠特曼说：“全世界的母亲是多么地相像！她们的心始终一样，每一位母亲都有一颗极为纯真的赤子之心。”法国绘画大师夏加尔称：“母亲对我的爱之伟大，让我不得不用我的努力工作，去验证这种爱是值得的。”

曾经有过这样的例子：第二次世界大战的时候，德国出现了很多孤儿，当时的政府把这些孤儿收容在一起，给他们提供了最好的生活和教育条件，包括一流的设施、优秀的大夫和老师，希望给这些失去亲人的孩子创造最有利的成长环境。但是这些孩子的精神状态和在学习、工作上的积极性，明显地比那些生活在母爱之中，但是物质条件相对并不优越的孩子少了许多。政府对此百思不解，经过反复比较终于发现孩子们缺少比设施更重要的东西——和母亲的沟通。

孩子从孕育的那天起，就需要母爱，就需要和母亲以各种方式进行沟通。他们需要母亲的怀抱、亲吻，需要与母亲有皮肤上的接触，离开母亲几个钟头就像离开了很久一样，一见面总是要让妈妈抱抱、亲亲。等上了幼儿园、小学，还是渴望妈妈能来接送自己上、下学，希望得到她的肯定和表扬。

因此，和母亲沟通是孩子成长过程中非常重要的精神食粮。妈妈培养孩子是一项循序渐进的工作，就像给孩子断奶一样，要逐步地用其他食物来代替母乳，而不是一下子就把它断掉。

母亲需要在孩子的成长中逐渐培养孩子的个性、兴趣，以及生存的各种能力。大人的乐趣可以自己获得，而孩子却不能，他们是在得到大人的关注后才会体会到快乐。但随着孩子年龄的增长，他们对父母的依赖会逐渐减少。比如：以前孩子上小学时会贪玩儿，放学后很少惦记早点儿回家；后来孩子上了初中，就不大愿意跟着甚至要躲着父母了；再后来，母



子关系往往能因为一件小事而发生恶化，诸如：上网、球游戏、早恋等，这些都有可能使孩子对母亲的态度突然变得非常恶劣！

有一个14岁的男生放暑假期间迷恋上上网，妈妈每天看着自己的孩子在网上玩游戏，心里非常担心。眼看就要开学了，妈妈实在按捺不住，劝儿子说：“快开学了，你就收一下心，别再玩了，做点功课吧！”没有想到孩子一下恼怒了：“关你屁事，以后我的事情你少管！”妈妈也很生气：“你是我的儿子，我养了你14年，你的事情，我不管谁管？”说着就要强行给儿子关机。此时，儿子正玩得兴奋，哪容得下妈妈如此做法，便随手操起一只啤酒瓶向妈妈的脑袋砸去。妈妈头上顿时鲜血直流，她一边捂着正在流血的脑袋，一边眼泪忍不住流了出来，这是自己的亲儿子吗？

为什么孩子会发生这样的变化呢？做妈妈的不免有点伤心了。看着孩子渐渐长大，是父母最大的喜悦和乐趣。但是，随着孩子自我意识和独立性的发展，他们逐渐有了自己的主意和想法，和妈妈的冲突也越来越多，让人感觉越来越不听话。虽然教育家们都不主张体罚孩子，但是做妈妈的气极了，有时难免要用武力“教训”一下孩子。

伦敦大学以及英国儿童健康研究中心对此进行了研究。研究指出：12~14岁的青少年在解读信息和情绪上与成人有很大的差距，正是因为这种差距，造成了他们在特别生气或悲伤的时候一些能力会下降。研究小组的行为科学教授史库斯认为这和大脑的发展有关！接着，他对6~16岁之间的孩子分别进行了测试，并发现在6岁时，女孩在发泄情绪和分辨社会讯息等很多方面都比男孩要好；但是到了青春期，不管男孩还是女孩都会出现这两方面能力下降的状况。因此，他们就会经常处于躁动不安、老是和母亲吵架的状态中，其表现就是和父母怒目相视，甚至似仇人一般……

孩子如同一块洁白的布，不知不觉就染上了色彩。但是，不管怎样，孩子是妈妈的一面镜子，他总会受妈妈的影响，因此母子间的沟通就变得非常重要起来。

作者

2006年11月



目 录

第一章 不同类型的妈妈怎样和孩子沟通	(1)
第一节 权威型妈妈	(2)
* 有自己想法的妈妈用直率的语言和孩子沟通	(2)
* 意志坚定的妈妈用幽默和孩子沟通	(4)
* 相信自己的妈妈用自信和孩子沟通	(5)
* 懂得放手的妈妈用亲和力和孩子沟通	(6)
* 对孩子实施暴力的妈妈用包容心和孩子沟通	(7)
* 功利性强的妈妈用平和的心态和孩子沟通	(8)
第二节 宽容型妈妈	(9)
* 懂得珍惜的妈妈用理性和孩子沟通	(10)
* 懂得关爱的妈妈用爱心和孩子沟通	(11)
* 给孩子温暖的妈妈用鼓励和孩子沟通	(12)
* 懂得尊重孩子的妈妈用平等和孩子沟通	(13)
第三节 放任型妈妈	(14)
* 不做家务和不愿教子的妈妈用耐心和孩子沟通	(14)
* 工作繁忙、无暇顾及孩子的妈妈用真情和孩子沟通	(15)
第四节 保护型妈妈	(16)
* 聪明的妈妈用沟通保护孩子	(17)
* 糊涂的妈妈用沟通来改善孩子的生存能力	(18)



第二章 怎样根据孩子的类型来沟通	(21)
第一节 重感情的孩子关注沟通的方式	(22)
* 沟通时不要提孩子性格中的负面东西	(22)
* 沟通时找准孩子最优秀的“点”	(23)
* 沟通时冲破孩子的精神障碍	(24)
第二节 关注实用的孩子看重自己在沟通中的作用	(25)
* 通过沟通让孩子做简单的家务	(25)
* 通过沟通培养孩子的小主人翁意识	(26)
第三节 爱好冒险的孩子喜欢从沟通中体会创造的 经历	(28)
* 通过沟通培养孩子的责任感	(28)
* 通过沟通培养孩子的大局观	(30)
* 通过沟通引导孩子树立正确的金钱观	(31)
第四节 聪明的孩子希望从沟通中获得知识	(33)
* 通过沟通开发孩子的智力	(33)
* 通过沟通引导孩子好好学习	(34)
* 通过沟通支持孩子的宏图大志	(35)
第三章 如何和各个时期的孩子沟通	(39)
第一节 子为婴孩时	(40)
* 母子沟通从胎儿起	(40)
* 对婴儿发出的信号, 母亲要及时回应	(41)
* 主动用身体和孩子沟通	(42)
* 理解孩子的依赖感	(44)
* 接纳宝宝的一颗童心	(45)
* 孩子断奶时应给予更多的关爱	(47)



第二节 子上幼儿园时	(48)
* 沟通的心态	(49)
* 把自己摆在合适的位置上	(49)
* 默默地爱着您的孩子	(51)
* 花点时间陪陪孩子	(53)
* 经常和孩子做游戏	(53)
* 启迪孩子的心灵	(54)
* 给孩子自由的天空	(56)
* 让孩子充分体会到快乐	(56)
* 把自己扮演成一个孩子	(58)
* 让孩子自由睡觉	(59)
* 让孩子充分发火	(61)
* 不要这样对待您的孩子	(62)
* 不要将孩子交给父母代管	(62)
* 不要在饭桌上教育孩子	(63)
第三节 子在小学时	(64)
* 孩子故意不听话时的沟通方式	(65)
* 不愿意做家务时	(65)
* 拿别人东西时	(66)
* 孩子任性时	(68)
* 执意看动画片时	(70)
* 孩子偶尔这样时如何沟通	(71)
* “讨价还价”时	(71)
* 伸手要零用钱时	(73)
* 考试没考好时	(75)
* 不爱学习时	(77)
* 不愿意吃饭时	(78)



* 与他人发生冲突时	(80)
* 流露出一不尊重父母时	(81)
* 搞恶作剧时	(83)
* 心有怨气时	(84)
* 有不良习惯时	(86)
* 沟通时孩子需要妈妈的呵护	(87)
* 和孩子一起分析问题	(88)
* 让您的孩子学会“爱”	(89)
第四节 子在中学时	(91)
* 孩子无能为力时的沟通技巧	(91)
* 自暴自弃时	(92)
* 不会独立自主时	(94)
* 用沟通引导孩子走出障碍	(95)
* 教育孩子学会应对挑战	(96)
* 培养孩子的减压能力	(97)
* 帮助孩子处理好师生关系	(98)
* 改变孩子孤僻的性情	(99)
* 帮孩子走出早恋误区	(100)
* 沟通时请和孩子好好交谈	(103)
* 和孩子心平气和地交谈	(103)
* 记住对孩子说了些什么	(104)
* 和你的孩子谈青春问题	(106)
* 关注孩子的“心病”	(107)
第五节 子在高中时	(108)
* 会和高中的孩子沟通吗	(108)
* 找到和孩子沟通的最佳方式	(108)
* 不要这样和高中孩子说话	(111)



* 不要打听孩子的隐私	(113)
* 让沟通来引导孩子端正心态	(114)
* 培养孩子的感恩之心	(115)
* 培养孩子热情好客	(117)
* 性别偏见不能有	(118)
* 淡化孩子的贫富意识	(119)
* 用沟通培养孩子的特殊能力	(121)
* 培养孩子的独立性	(122)
* 培养孩子的毅力	(123)
第六节 子在大学时	(125)
* 沟通时尊重孩子的专业选择	(125)
* 通过沟通给孩子上好进校前的心理课	(127)
* 通过沟通给予孩子适当的支持	(130)
* 通过沟通培养孩子的职业素养	(132)
第七节 子在就业时	(134)
* 孩子受挫需要您的沟通	(135)
* 孩子不知道从事何种职业时	(135)
* 找不到合适工作时	(138)
* 爱孩子讲究沟通的方略	(139)
* 尊重孩子对职业的选择	(140)
* 多和孩子交流工作上的事情	(142)
* 换种方式和孩子沟通	(143)
* 和孩子一起走进网络世界	(144)
* 理解孩子负重的心灵	(145)
第八节 子入婚姻时	(147)
* 沟通中尊重孩子的选择	(147)
* 沟通时不做孩子婚姻的“恶性肿瘤”	(148)



* 子又有子时如何沟通	(150)
第四章 母子沟通中不能忽视的问题	(154)
第一节 沟通中的责备要有分寸	(155)
* 不要当着孩子的面表扬其他的孩子	(155)
* 不把孩子问题化	(156)
* 不要惩罚孩子	(158)
第二节 沟通时的培养要有原则	(160)
* 不要总对孩子说“是”	(160)
* 不要一味表扬孩子	(161)
* 不要过度教育孩子	(162)
第三节 孩子手足之间的沟通要领	(163)
* 孩子间的争吵	(164)
* 想引人注意的小孩	(166)
第五章 母子沟通中必备的艺术	(171)
第一节 和孩子沟通的艺术	(171)
* 何时与孩子说心里话最合适	(172)
* 怎样让孩子听你的话	(173)
* 让孩子主动向您倾吐心声	(176)
第二节 和孩子走近的艺术	(177)
* 向孩子表达你的感情	(178)
* 向孩子承认自己的错误	(179)
* 和孩子一起做他们喜欢的事	(180)
第三节 用沟通让孩子有个快乐的心态	(182)
* 大胆“放养”孩子	(183)
* 给孩子乐观的性格	(185)
* 帮助孩子建立好人缘	(187)



第四节 特殊家庭的母子沟通	(188)
* 单亲家庭	(189)
* 家庭变故	(190)
* 隔代教育	(191)
 第六章 孩子有哪些心理问题需要沟通	(195)
* 我虚荣心强时怎样沟通	(195)
* 我脾气大时怎样沟通	(197)
* 我成为“小气鬼”时怎样沟通	(200)
* 我任性时怎样沟通	(202)
* 我打“小报告”时怎样沟通	(204)
* 我焦虑时怎样沟通	(205)
* 别人叫我“胆小鬼”时怎样沟通	(207)
* 我情绪多变时怎样沟通	(209)
* 我害羞时怎样沟通	(211)
* 我恐惧周末时怎样沟通	(213)
 第七章 孩子有哪些情绪需要沟通	(217)
* 我不愿意上幼儿园时如何沟通	(217)
* 我痛恨书本时如何沟通	(219)
* 我不讲卫生时如何沟通	(220)
* 我不爱吃饭时如何沟通	(222)
* 我害怕睡觉时如何沟通	(223)
* 我做错事时如何沟通	(226)
* 我粗鲁时如何沟通	(228)
* 我不尊重他人时如何沟通	(229)
* 我撒谎时如何沟通	(231)



- * 我撒娇时如何沟通 (233)
- * 我和您无话可说时如何沟通 (235)
- * 我嫉妒他人时如何沟通 (236)
- * 我恶作剧时如何沟通 (238)
- * 我沉迷网络时如何沟通 (240)
- * 我高考失败时如何沟通 (241)
- * 我一意孤行时如何沟通 (243)
- * 我工作在外时如何沟通 (245)

第八章 孩子有哪些苦恼需要额外沟通 (248)

- * 当我与别人闹矛盾时 (248)
- * 当我羡慕他人时 (250)
- * 当我有不正当的要求时 (252)
- * 当我即将放弃时 (253)
- * 当我冲动时 (255)
- * 当我太听话时 (256)
- * 当我需要技能时 (258)
- * 当我没有幽默感时 (259)
- * 当我没有自理能力时 (262)
- * 当我不能很好地抒发感情时 (264)
- * 当我不需要这些时 (265)

第九章 怎样的妈妈会在沟通时失去权威 (270)

- * 不尊重我的妈妈 (270)
- * 老问阿姨亲还是妈妈亲的妈妈 (271)
- * 总觉得我不如隔壁小孩的妈妈 (272)
- * 从不蹲下来和我看蚂蚁搬家的妈妈 (274)