

普
华
文
化

分数不代表一切



我们的感受不等
同于孩子的感受

最好别让孩子太
“听话”



你怎么老
不听话呢？

切忌给孩子开
“空头支票”

下次带你
去游乐园玩！



你以前就
总是犯这个
毛病……



孩子的旧伤疤
揭不得

不让我吃巧克力，
我就不吃饭！



别让孩子习惯于
讨价还价

不懂爱孩子， 你就操心到老

本书适合3~15岁孩子的家长阅读

刘伟◎编著

- 好家长要懂得怎样去爱孩子 操心到老的家长全都不合格
- 只有孩子让你越来越省心省力 你才算掌握了正确的教育方法



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

分数不代表一切



我们的感受不等
同于孩子的感受

最好别让孩子太
“听话”



你怎么老
不听话呢？

切忌给孩子开
“空头支票”

下次带你
去游乐园玩！



你以前就
总是犯这个
毛病……



孩子的旧伤疤
揭不得

不让我吃巧克力，
我就不吃饭！



别让孩子习惯于
讨价还价

不懂爱孩子， 你就操心到老

刘伟◎编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

不懂爱孩子, 你就操心到老 / 刘伟编著. -- 北京 :
人民邮电出版社, 2014. 7
ISBN 978-7-115-35667-3

I. ①不… II. ①刘… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第098426号

内 容 提 要

本书针对目前普遍存在的家庭教育问题以及广大家庭的亲子关系现状, 对如何做好亲子间的言语沟通和非言语沟通进行了深入浅出的解析, 为家长们提供了科学的家庭教育理念和实用的操作指南, 能够帮助家长与孩子建立更亲密的亲子关系。

本书适合 3~15 岁孩子的家长阅读。

-
- ◆ 编 著 赵 伟
责任编辑 王莹舟
执行编辑 陈 宏
责任印制 杨林杰
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京铭成印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 700×1000 1/16
印张: 12.5 2014 年 7 月第 1 版
字数: 125 千字 2014 年 7 月北京第 1 次印刷
-

定价: 29.00 元

读者服务热线: (010) 81055656 印装质量热线: (010) 81055316

反盗版热线: (010) 81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

preface

前言

培养出优秀的孩子是每一位家长的心愿，家长们都希望孩子能够健康、茁壮地成长，将来无论是在学习上还是工作上，都能取得优异的成绩。当前，中国经济处于快速发展阶段，社会处于转型期，在这一大背景下，家庭文化、亲子关系也在发生着许多改变，面临着许多问题和挑战。

家庭是孩子健康成长的摇篮，而家长则是孩子的第一任老师。在孩子的早期教育阶段，家长起着至关重要和不可替代的作用。正确、良好的家庭教育能够为培养出高素质的孩子打下一个坚实的基础，对于孩子将要接受的学校教育也有着十分重要的奠基作用。

说到家庭教育，就必须提到亲子关系。良好的亲子关系应该建立在彼此平等的基础上。家长应该和孩子一起学习、一起成长，这样才能够使亲子关系向着更健康、更和谐的方向发展，使家长和孩子越来越亲密。

现在，不少家长都有着同样的烦恼：怎样才能建立良好的亲子关系？很多家长觉得孩子的心理难以捉摸，有时候很难走进他们的内心世界并真正地理解他们。其实，问题的根源不在于孩子们的内心世界太复杂，而在于家长们没有掌握和孩子沟通的正确方法和技巧。

有些家长为孩子花了很多钱，投入了大量的精力，但并没有收到好的效果。这往往是因为他们没有树立正确的家庭教育理念，在培养亲子关系时使用了错误的方法和手段。一些家长过于急躁，想让孩子在很短的时间内就变成他们所希望的样子。比如，有些家长希望孩子在短短几个星期之内就迅速提高学习成绩，有些家长希望孩子在上了几堂钢琴课之后就建立起对钢琴的浓厚兴趣，有些家长则希望孩子在参加几次集体活动之后就形成活泼开朗、善于沟通的性格。这些家长其实都走进了家庭教育的误区。

每一个孩子都有自己独特的个性，成长的环境也各不相同，但孩子的成长过程都遵循一定的规律，家长们要做的就是掌握这些规律，比如：了解并尊重孩子的感受，让孩子学会合作，不滥用批评和惩罚，适当地赞美孩子，让孩子从小就学会自立，等等。这些道理看起来很平常，但并不是每一个家长都能真正理解并做到。

本书的创作目的就是帮助家长们真正理解这些规律，提供一些科学的理念以及实用的方法、技巧，让家长能够和孩子进行健康、有效的亲子交流，提高家庭教育的效果，为孩子铺就一条充满阳光的成长之路。

在此要特别说明的是，本书是团队合作的成果，才永发、周云炜参与编写了本书的第一章，赵周霞、赵海云参与编写了本书的第二章，焦利伟、姜峰参与编写了本书的第三章，宋福利参与编写了本书的第四章，刘恩宝参与编写了本书的第五章，孙国新参与编写了本书的第六章，卢晟晔参与编写了本书的第七章，全书由刘伟统撰定稿。

我们衷心地希望这本书能够对广大家长有所帮助，限于作者水平，书中可能仍有不足之处，恳请读者批评指正。



contents

目录

第1章 了解并尊重孩子的感受 //001

■ 父母要和孩子和睦相处 //003

■ 尊重孩子说话的权利 //005

■ 让孩子学会倾听 //008

■ 倾听孩子的心声 //009

■ 让孩子知道你正在听他讲话 //011

■ 让孩子把话说完 //013

■ 留意孩子的“潜台词” //015

■ 没有不听话的孩子，只有不会说话的父母 //017

■ 不要否定孩子的心理感受 //019

■ 家长的感受不等同于孩子的感受 //021

■ 情绪本身没有对错之分 //024



第2章 促使孩子合作的技巧 //027

孩子为什么不合作 //029

合作始于尊重 //031

用商量的语气代替命令的语气 //034

别让孩子养成讨价还价的习惯 //036

时刻观察孩子的情绪 //038

把交流当成一种习惯 //041

正确地与孩子讨论问题 //043

孩子撒谎时的引导方式 //045

与孩子谈话时要注意的几件事 //047

孩子对老师产生抵触情绪时怎么办 //049

发生冲突时不要大声嚷叫和训斥孩子 //051

鼓励孩子说出自己的看法 //053

唠叨也有技巧 //055

做孩子最好的朋友 //058

第3章 走出批评和惩罚孩子的误区 //061

惩罚孩子要讲究方法 //063

出现问题时要回应，不要反应 //065

批评孩子的前提是尊重孩子 //068

批评的初衷不是伤害 //070

批评要有“度” //073



■ 批评孩子时要给孩子解释的机会 //075

■ 对孩子的惩罚要适当 //078

■ 这样惩罚孩子才有效 //080

■ 适当给孩子留些面子 //082

■ 肆意打骂只会伤害孩子 //084

■ 对犯错的孩子要善加引导 //086

■ 孩子的旧伤疤揭不得 //088

■ 别总说“别人家的孩子” //090

■ 承认孩子之间的差异 //092

■ 点到为止莫唠叨 //095

第4章 优秀的孩子是赞美出来的 //097

■ 好钢不是“恨”出来的 //099

■ 正面暗示是灿烂人生的起点 //101

■ 对孩子多一些赞美 //103

■ 不要轻视言语的力量 //106

■ 赏识教育不等于“表扬教育” //108

■ 正确使用“激将法” //110

■ 正确地激励孩子 //112

■ 正确地赞美孩子 //114

■ 用欣赏的话代替“冷嘲热讽” //116

■ 表扬也要有原则 //119



- 孩子有进步要及时赞扬 //121
- 警惕过度赞美孩子 //123
- 切忌给孩子开“空头支票” //126

第5章 让孩子学会自立 //131

- 别让孩子把哭闹当成“武器” //133
- 别让孩子太“听话” //134
- 独立的孩子更有作为 //136
- 给孩子更多空间，让孩子自由成长 //138
- 给孩子展现自我的机会 //140
- 相信孩子，他就会给你惊喜 //142
- 孩子要有自己的见解 //144
- 自己的事情自己去完成 //146
- 孩子，你的想法很好，我们支持你 //148
- 培养孩子自立精神的方法 //150

第6章 激发孩子的学习动力 //153

- 让孩子成为学习的主人 //155
- 善用期望激励孩子学习 //157
- 帮孩子定一个“跳一跳就能够得到”的目标 //159
- 不要一厢情愿地按自己的意愿为孩子设计未来 //161
- 尊重孩子的个性 //163

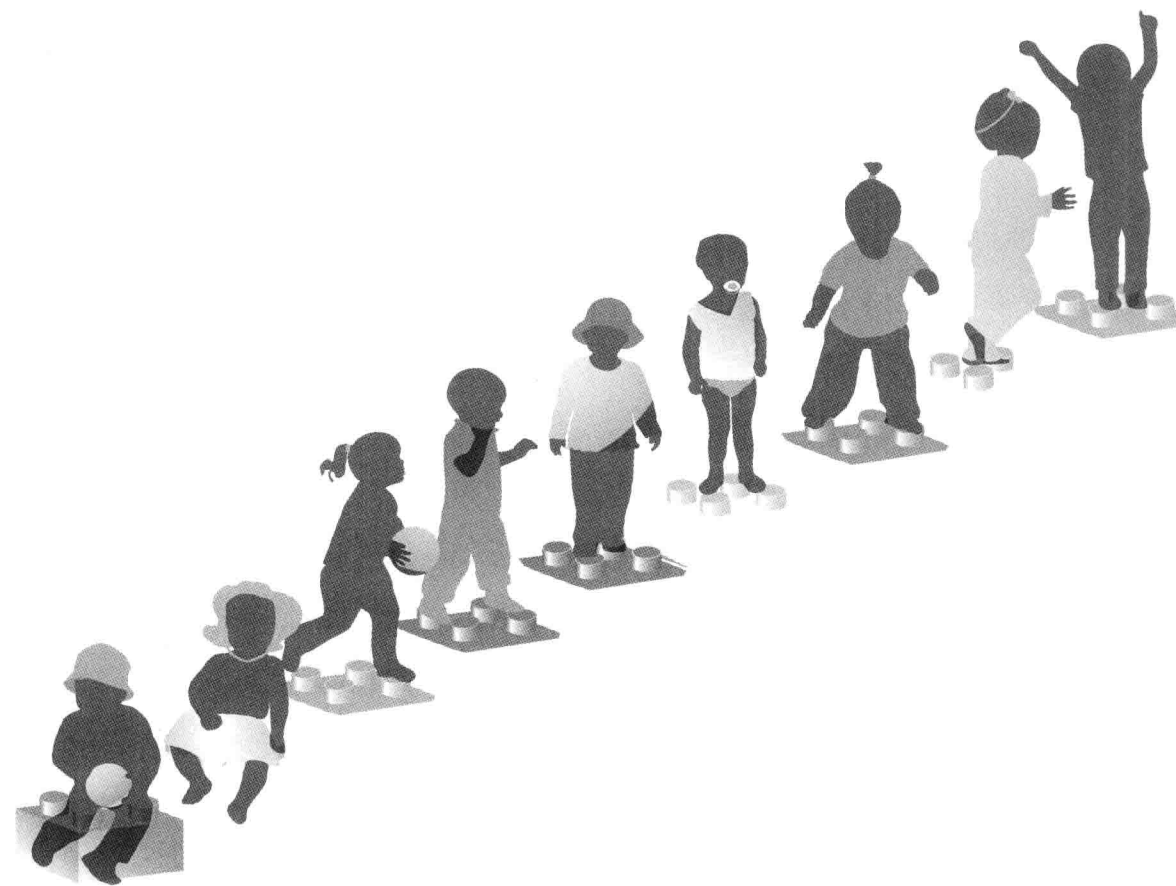


- 保护孩子的创造力 //165
- 正确对待孩子的兴趣 //167
- 分数并不代表一切 //169
- 让孩子快乐地学习 //171

第7章 优秀品质是孩子获得成功的基础 //173

- 让乐观永远陪伴着孩子 //175
- 感恩让生命更加精彩 //178
- 让孩子认识到孝心的重要性 //180
- 让孩子学会尊重别人 //181
- 宽容让生活更美好 //183
- 谦虚让孩子走得更远 //185
- 鼓励孩子多奉献爱心 //186





Chapter 1

第 1 章

了解并尊重孩子的感受

父母要和孩子和睦相处

作为孩子的第一任老师，家长有教育孩子的责任与义务。在现实生活中，有很多家长都不知道应该怎样和孩子进行良好的沟通。我们经常会看到一些家长由于与孩子沟通不畅，和孩子产生了隔阂和代沟。这种情况比较严重的话，不仅会影响家庭和睦，还会影响孩子的学习、生活，甚至是心理健康。

其实，与孩子和睦相处并不难。家长应该从哪些方面入手呢？

第一，家长不应该让孩子对自己产生畏惧感。家长与孩子之间不只是亲子关系，还应该成为朋友。可是，这个朋友关系并不是那么容易建立的，毕竟家长与孩子之间存在着“上下级”的关系。如果家长脾气不好，或者动辄就批评孩子，孩子就会产生恐惧的情绪。

孩子做错了事，家长会发脾气；孩子的成绩有所下滑，家长也会着急，有时候甚至会很暴躁。如果家长控制不好自己的情绪，就会让自己和孩子形成一种对立的关系。此时，如果家长不问青红皂白就去责备孩子，就会

让孩子的对立情绪更加严重。

对于孩子的成长，家长要学会耐心等待。有教育专家指出：“孩子避免失败的愿望比获取成功的愿望更加强烈。他们有时候为了防止可能的失败，宁愿降低努力的水平。”由此可见，家长给孩子施加过多压力的话，会让孩子产生恐惧情绪，他们很可能失去主动进取的愿望。

因此，当家长看到孩子的成绩并不是很理想时，不要急着去责备孩子，要考虑一下他的感受，多给他一点时间，不要让他对学习失去信心。家长应该更多地关注孩子的学习过程，而不是只注重结果。有了好的过程，才会有一个令人满意的结果。

第二，要让孩子建立起自信心。著名的发明家爱迪生小时候求知欲很强，什么事情都喜欢刨根问底。他曾问老师“ $2+2$ 为什么等于 4”，这类提问给他带来了不少的麻烦，他刚进学校三个月，就被勒令退学。他的母亲感到很伤心，为了让儿子学到知识，也为了让儿子建立起自信，她决定亲自教育爱迪生。于是，她开始给爱迪生讲天文、物理以及化学知识。正是妈妈的悉心教导和自身对于科学的痴迷，让爱迪生最终成为了“发明大王”。成功来源于自信，如果做家长的都不赏识、信任自己的孩子，那么孩子的自信从哪里来呢？即使孩子的学习成绩不是很好，家长也应该发现他们身上的闪光点，及时给孩子适当的鼓励，帮助他建立面对困难的信心。

不过，对于孩子的要求，家长也应该把握一个度，要明白什么事应该帮他，什么事应该让他自己完成。比如，孩子写作业时遇到了不会写的字，他就会问家长，很多家长就会随口告诉他。这种做法看上去很省事，也很



节约时间，但是这种方法并不可取，因为孩子并没有从根本上掌握学习的方法。这时，家长应该教孩子如何查字典，等孩子掌握了查字典的方法之后，碰到不会写的字就可以自己查字典了。

第三，家长要和孩子交朋友，一起成长。当下，社会发展的速度越来越快，每个人需要学习和掌握的知识也越来越多。家长曾经学习的很多知识在现在已经过时了，为了给孩子树立好榜样，家长也应该不断地学习新知识，紧跟时代步伐，并尽量了解孩子学习的内容。只有这样，家长才能够更了解自己的孩子，教育孩子时才能做到有的放矢。家长要放下架子，和孩子做朋友，同他真诚地交流。如果家长能够消除自己身上那种长辈的压迫感，孩子就会感到很放松，交流的效果就会更好。

尊重孩子说话的权利

每个人都有说话的权利，孩子也不例外。可是，一些家长为了维护家长的威严，在孩子面前说一不二，往往剥夺了孩子说话的权利。

很多孩子，尤其是男孩子，他们崇尚自由、不惧挑战，这意味着家长应该更加注重自己的教育方法，营造一种民主的家庭氛围。不然的话，孩子的个性就会受到压抑，不利于他们创造力的发展。有些家长不太喜欢让孩子发表意见，如果孩子的意见和自己的想法不一样，家长就会说：“你知道什么，你的想法是错误的，这件事要听我们的。”在家长这种长期的

严厉管教下，很多孩子选择了沉默，不再发表自己的观点。

周末，全家人讨论去哪里去玩。爸爸说：“我们去郊外野炊吧。”妈妈说：“还是去游泳吧，我想游泳。”

这个时候，七岁的亮亮说：“现在天气还不是很热，如果去游泳的话，水温比较低，妈妈很容易感冒。要是去野炊，现在也没有什么比较好的风景。”

“那你说怎么办呢？”爸爸问道。亮亮说：“不如咱们去看电影吧，最近新上映了几部不错的电影。看看新电影正好能为我的作文提供一些写作素材。怎么样？”妈妈说：“听上去很不错，那我们就去看电影吧。”

这个家庭的家长并没有固执己见，而是尊重了孩子说话的权利，听取了他的建议。这不仅营造了一种民主和谐的家庭氛围，而且还培养了孩子分析、比较及处理问题的能力。

在尊重孩子的说话权利时，家长需要把握以下几个基本原则。

第一，尽量给孩子一个比较宽的选择范围，不要让他感到约束。家长给孩子说话的权利，并不代表着要被孩子牵着鼻子走，而是要多给孩子几个选项，让他在合适的范围内进行选择，自由地发表意见。比如，孩子的牙齿有问题，需要检查，他可能由于怕疼而退缩。这个时候，家长可以对他说：“你是愿意去有儿童乐园的牙科医院，还是愿意去会给你小礼物的牙科诊所呢？”如果家长给孩子提供这样的选项，避免和孩子陷入“去与

不去”的争论之中，很多难题就会迎刃而解。

第二，告诉孩子要为自己做出的选择承担后果。当出现不同观点的时候，家长既要尊重孩子说话的权利，也要让孩子听进去不同的意见，两个方面都要照顾到。要想让孩子好好地利用自己的话语权，家长就要告诉孩子，要为自己说过的话、做出的选择承担后果。如果孩子在商场里看上一套颜色搭配很糟糕的外套与鞋子并且执意要买，怎么办呢？家长不妨给他买下来，等他去学校以后受到其他小朋友的议论时，自然就会明白对与不对了。有过几次这样的经历，孩子自然就会重视家长的意见，而且会对自己的选择进行慎重思考。等到他再看上一件衣服或者书包时，他就会谨慎地考虑到底要不要买。

第三，如果孩子否定了家长原来的计划，那么由此产生的问题要由他自己解决。孩子的计划有时候就像他们的脸一样，说变就变。为了防止孩子出现这种情况，家长不妨事先告诉孩子要自己“收拾残局”。比如，孩子由于一些原因不能参加家庭聚会时，家长要让他自己去和叔叔、伯伯解释清楚，获得大家的谅解。当孩子明白随便改变计划会产生这么多麻烦的时候，下次做决定的时候就会更加慎重了。

第四，让孩子学会换位思考，尊重别人的话语权。如果家庭内部有一些比较大的计划，比如全家旅游，不妨全家人坐在一起开一次家庭会议，让每个人都说出自己的观点。家长可以故意强调自己的诉求，让孩子认识到，自己在提出方案的时候，也需要考虑别人的感受。比如，家长可以对孩子说：“虽然游乐场里面有很多小孩子玩的项目，比如过山车等，但这