

孩子^的趣味社交手册

Hairide Quweishejiao Shouce

社交就是交朋友的能力，折射出一个人的才能和智慧。

善于社交的孩子最有出息，
会获得比
其他孩子更多的机会。

社交是整个人生旅途中
不可或缺的必修课，

社交恐惧症已成为

阻碍青少年正常心理塑造的

一大障碍，

影响了他们

今后心理的发展！

所以，

社交能力将影响孩子

成年后的职场发展及人际关系。

文 静◎编著



中国华侨出版社

Haizide Quweishejiao Shouce

孩子的 趣味社交手册

社交就是交朋友的能力，折射出一个人的才能和智慧。

文 静◎编著



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子的趣味社交手册 / 文静编著. —北京: 中国华侨出版社,
2014. 2
ISBN 978 - 7 - 5113 - 4467 - 0

I. ①孩… II. ①文… III. ①心理交往 - 儿童教育 - 家庭教育
IV. ①C912.1 ②G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 037347 号

● 孩子的趣味社交手册

编 著/文 静

责任编辑/高福庆

封面设计/智杰轩图书

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 16 字数 212 千字

印 刷/北京溢漾印刷有限公司

版 次/2014 年 4 月第 1 版 2014 年 4 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978 - 7 - 5113 - 4467 - 0

定 价/29.80 元

中国华侨出版社 北京朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com

前言

社交就是交朋友的能力，它如同一面镜子，折射出一个人的才能和智慧；它可以帮助一个人改变自身的命运，甚至决定一个人一生的成败。好人缘是人生成功的最大资本、最宝贵的资源！

那么，孩子也需要培养社交能力吗？当然！善于社交的孩子也最有出息，会获得比其他孩子更多的成功机会。

加拿大埃布尔达省心理学家协会的前任主席兼心理学家 Shirley Vandersteen 指出，社交能力将影响孩子成年后的职场发展及人际关系。

北京安定医院对北京市 1000 多名中学生进行的调查表明，在学生中曾出现社交恐怖症状者高达 80%，其中严重者占 14%。由于害怕和回避社交，那些有此症状的学生，其正常学习和社会交往都受到严重影响。他们学习和社会技能锻炼的机会减少，人际交往能力下降，从而产生孤独、封闭等不良心理。专家认为，社交恐怖症已成为阻碍青少年正常心理塑造的一大障碍，影响了他们今后心理的发展！

父母都希望自己的孩子有更多的好朋友，能够与他人和睦相处，长大后能够成为一个受欢迎的人，因为，社交是整个人生旅



途中不可或缺的必修课！

社交能力如此重要，关系着孩子的一生，但父母在孩子的成长过程当中，应扮演什么样的角色帮助孩子培养人际关系呢？知名心理学家 **Ron Taffel** 提醒，父母千万不要在孩子发生人际问题时就断下定论，而应从旁观察并适时给予指引，帮助孩子学习自己解决问题，让他们慢慢培养对于周遭事物的洞察力、自信心与社交技巧。

基于这种情况，本书针对孩子在交际中出现的种种问题，进行了全面、细致、科学的分析。希望能够帮助家长朋友最大限度挖掘出孩子的社交潜力，希望这本书的教育理念能够给父母带去惊喜，让孩子的父母找到培养孩子社交能力的“密码”。让每个孩子都能在茫茫人海中觅得知音，在人生的舞台上笑看风云，潇洒自如，赢得最广阔的生存空间！

目 录

第一章 社交术是受用一生的本事

社交是一生的必修课，是现代人必需的一种基本的生存技能。天下哪个父母不希望子女事业有成，生活幸福呢？只有从小培养孩子良好的社交才能，才会让他们在人生旅途中得到良好的发展。因为会社交的人不论从事何种职业，都会得到众人的鼎力相助，使得他们能在人生的道路上不断地改变自己、突破自己，从而成为人生的大赢家。

让孩子为别人喝彩	2/
让孩子知道，“我”不是一切	3/
告诉孩子，人只有互助才能成功	6/
培养孩子的协作能力	8/
教会孩子在人际交往中保持最佳状态	11/
培养孩子的社交技巧	14/
孩子，大胆去交朋友吧	16/
帮助孩子脱离“社交恐惧症”	18/
让孩子心中充满爱	20/



第二章 培养孩子健康的社交心理

研究显示，在学校成绩优异的学生，日后的成就可能比不上擅长经营人际关系的学生。有些孩子是天生的外交家，但大多数孩子的社交技巧是需要父母特别教导的。渴望友谊和情感交流是孩子尤其是独生子女的一个重要心理特点。然而有不少孩子却时常表现出“自我封闭”的倾向。出现“孤独寂寞”、“没有朋友”的情绪体验。

什么样的教育决定了有什么样的孩子。健康的社交心理有助于提高孩子的自信和自尊，降低挫折感，缓解内心的冲突和苦闷，减少孤独、寂寞、空虚的情绪，提高社会心理承受力。只有不良情绪得到有效的排遣，才能形成和谐的心理氛围，促进孩子的身心健康。

冷漠不是“酷”	24/
优良品性是孩子成才的基础	26/
孩子，你必须为自己的过失负责	28/
你看，他们都在羡慕你	31/
培养孩子宽容、豁达的胸襟	33/
引导孩子形成健康心理	35/
孩子，站在山上你就比山高	39/
孩子社交中的“绊脚石”	42/
你必须自信，但绝不能自大	45/
将逆反心理引入正途	49/

第三章 巧解孩子社交弊病

不是人人都是社交场上的高手，而社交场上也不只是需要社交高手。社交，就是各种各样的人在一起交往的平台，这个过程需要并且欢迎任何一种人的加入，而每个人都是社交的一分子。

社交中最忌讳的是患得患失、自卑孤僻、夸夸其谈、自以为是。父母要及时纠正孩子社交中的小毛病，培养孩子成为一个品格高尚、个性宽容的人。那么孩子的社交能力就能提高一个层次，产生质的飞跃！

让孩子学会感恩·····	54/
冲动是魔鬼·····	56/
别让孩子学会“斗狠”·····	58/
交往始于“大胆”·····	60/
溺爱的代价·····	63/
把任性从孩子身上赶出去·····	66/
剔除孩子的犟根·····	68/
将孩子推到人群中去·····	70/
解除孩子的猜忌——换个角度想想·····	72/
让孩子大胆地展现自己·····	74/
如何应对“人来疯”·····	76/



第四章 让孩子知礼、懂礼、彬彬有礼

我国自古称为礼仪之邦，知书达礼，待人以礼，应当是当代青少年的一个基本素养。父母教导孩子懂礼貌，孩子学习和掌握社交礼仪的基本知识，他们就能凭借它去顺利地开启各种交际活动的大门，建立和谐融洽的人际关系。

“诚于中而行于外，慧于心而秀于言”，把内在的道德品质和外在的礼仪形式统一起来，让孩子成为真正名副其实的未来主人翁！

待人以礼是做人的基本素养·····	80/
教出个彬彬有礼的好孩子·····	82/
脏话会让孩子变得很“脏”·····	85/
让孩子“略尽地主之谊”·····	87/
绝不能动手打人·····	89/
不要纵容孩子的“无礼”·····	91/
教会孩子主动道歉·····	93/
“谢谢”不离口·····	95/
别让孩子沾染“小霸王”习气·····	98/
招呼中见文明·····	101/
文明礼让要从小培养，形成习惯·····	102/



第五章 让孩子的社交逐渐独立

希望得到信任和友爱，渴望有所归属，成为群体的一员，这是每个人与生俱来的归属感。因此，交际能力在人的一生中具有举足轻重的分量，往往会改变或决定一个人的命运。

父母应该放手让孩子学会独立社交，通过人际交往活动，在交往过程中获得友谊，是适应新的生活环境的需要，是从“依赖于人”的人发展成“独立”的人的需要，也是孩子成功地走向社会的需要！

千万别击碎孩子的爱心	106/
人的成长深受朋友影响	108/
每个人都有可能成为你的老师	111/
助人就是助己，生存就是共存	113/
别让自卑毁了孩子	118/
挖掘孩子的闪光点	121/
让孩子在爱中学会爱	124/
自私自利会令孩子“众叛亲离”	126/
将孩子从自闭的世界中拉出来	128/
把失败的想象从孩子脑海中赶出去	130/
孩子没朋友很容易发生问题	132/



第六章 尊重别人就是尊重自己

拥有朋友，拥有亲情友情，要比拥有金钱重要得多。要做到这些，学会尊重他人是唯一的方法，爱惜自己的同时，也要爱惜他人，要感谢给自己帮助的人，因为有了他们的存在，你的生活才变得丰富多彩。与人交往，最重要的是要有一颗爱人的心，爱事物的心，这样生命才是美丽的。活得上进，健康，有爱心，才会给生命带来光彩。要与人为善，关心、支持和帮助别人都是最可宝贵的品德！

嫉妒可能会毁掉孩子的一生	136/
自我的孩子怎样教？	137/
治治孩子的“小心脏综合症”	138/
尊重孩子的交友选择	141/
让孩子将“委屈”说出来	142/
让耳朵去了解孩子的朋友	144/
将“是非善恶”摆在孩子面前	146/
挖掘孩子的爱心	150/
贬低别人，就是在贬低自己	153/

第七章 教会孩子与大人打交道

幼年时，孩子生活范围很小，接触的无非就是父母亲友；随着年龄的增长，每个人都要经历社会化的过程，都要从家庭走向学



校，以后会更好地迈入社会。当孩子骤然碰到陌生人和不熟悉的环境时，就会担心不知道该怎么说话、怎么行动，因而封闭自己。这时候，父母就要引导孩子如何正确地与大人打交道，要让孩子多接触外界的事物，多认识世界，鼓励孩子去探索与尝试，从实践中培养孩子的勇敢精神！

让孩子亲近“第二父母”	156/
与孩子交朋友	157/
别做孩子与老师间的“挑拨者”	158/
解开孩子与老师间的误会	161/
尊重孩子的朋友	163/
跟上孩子的脚步，将代沟化解于无形	165/
明王圣主，莫不尊师贵道	168/
让孩子在善良中成长	170/

第八章 为孩子打造诚信品牌

诚实守信的高尚品德，正是社交中赢得人们信赖和尊重，塑造美好社交形象的最重要的条件。真诚是社交的基础，是人类高尚的品质，真诚是社交中最高的美学准则，是社交中最可宝贵的声誉！

只有彼此之间坦诚相待，才能感受到友谊带来的美好。父母不仅要教育孩子诚实守信，也要以身作则，珍惜人与人交往中那份理解的美缘，把握那份珍贵的善缘，与孩子共同成长！

答应了就一定要做到	174/
守时守信应从娃娃抓起	176/



让孩子表达出真实感受	178/
别让孩子养成说谎的习惯	181/
让孩子见识到诚实的“好处”	183/
朋友间应以诚相待	186/
改掉孩子失信的毛病	188/
以身作则，用行动将诚信植入孩子心中	192/
人无信不立	194/

第九章 打开孩子的话匣子

语言是社会交际中最基本的交流工具，优秀的沟通和口头表达能力有时甚至比大学文凭和书本知识更加重要。一个会说话的人，往往会快速地赢得别人的高度评价，这种评价甚至会超出他们本身具备的才华。

每个孩子不是天生的演说家，因此，父母需要培养孩子开口说话的能力，帮助孩子融入群体，帮助孩子学会打开通往外部世界的大门！

为孩子创造“说”的机会	200/
调动孩子“说”的积极性	203/
说就要说真话	206/
给予孩子反驳的权利	207/
让孩子敢于说“为什么”	209/
倾听孩子的心声	211/
大人说话，小孩可以插嘴	213/
孩子，不满你就说出来	215/
对不起，不该打断你的倾诉	218/

第十章 引导孩子交朋友、交好朋友

陌生人是发展成朋友的，朋友是开阔眼界的资源，友谊是获得赞扬和勉励的途径。没有同伴的友谊，孩子会觉得孤单、迷惘，未来还有可能出现学业不佳，情绪低落、忧郁等问题。有的孩子天生就是优秀的外交家，但并非所有的孩子都这么幸运。然而社交技巧是可以通过后天的学习和实践得到改善和加强的。正确引导孩子如何交朋友，让孩子在未来的生活中更加的快乐，更加的温暖！

早恋面前，以守为攻、以退为进	222/
以平常心对待孩子间的冲突	224/
水滴只有融入大海才不会干涸	227/
让孩子的性别意识正常发展	229/
让孩子自觉把握青春期异性关系	230/
揭开“性”的神秘面纱	233/
把你的东西借给别人	235/
别让孩子“不合群”	237/
在孩子择友问题上立场要明确	239/



第一章

社交术是受用一生的本事

社交是一生的必修课，是现代人必需的一种基本的生存技能。天下哪个父母不希望子女事业有成，生活幸福呢？只有从小培养孩子良好的社交才能，才会让他们在人生旅途中得到良好的发展。因为会社交的人不论从事何种职业，都会得到众人的鼎力相助，使得他们能在人生的道路上不断地改变自己、突破自己，从而成为人生的大赢家。

让孩子为别人喝彩

当今的孩子都是独生子女，养尊处优的条件使他们从小就学会了挑剔周围的一切。可以很明显地感觉到，现在的孩子特别关注别人的缺点和错误。

随时发现别人的进步，随时为别人的成绩而喝彩，随时为每一位上台唱歌的人而鼓掌，是一种智慧，是一种健康的心态。我们应该学会赏识别人，赞美别人，努力去挖掘别人身上的闪光点。

同是一棵树，有的人看到的是郁郁葱葱，生机盎然；而有的人看到的却是树枝上的几只毛毛虫。

曾经有人做过调查：经常赏识他人，夸奖、赞美他人的人往往处世积极乐观，受人欢迎，受人尊敬，身体比较健康，不常生病，而常指责、抱怨别人的人却缺少朋友，孤单落寞，身体和心理比较脆弱。

有一位母亲，她的孩子上幼儿班。这个孩子非常调皮好动，班主任老师告诉这位母亲，您孩子一节课，连5分钟也坚持不住——坐不稳。母亲回到家里，笑着对孩子说：“宝宝，今天老师表扬你了，说你有进步，一节课有5分钟可以坐得稳稳的、乖乖的。”宝宝听了很高兴，第二天上课果然有5分钟能坐稳。

读小学时，一次开家长会，老师告状：你孩子的成绩是班级倒数十名之内，很难教！母亲回来后，孩子问：“妈妈，今天家长会老师跟你说了什么？”母亲说：“老师在提起你时，说你的成绩有进步，不在班级倒数十名之内了！”孩子听了很高兴。

到初三时，班主任老师把孩子的母亲叫到办公室，诚恳地对她说：“您的孩子按目前的成绩考高中有点困难。”母亲回家后，对儿子说：



“儿子，班主任老师对你抱有希望，说你只要能努力，会考进高中的。”孩子听后很自信。

高考前夕，母亲有预感，儿子可能会进重点大学。

后来，当孩子学业有成出国留学后，他写信给母亲的第一句话：“妈妈，没有您的赏识和鼓励，就没有我的今天，您是世界上最伟大的母亲！”

是啊，母亲赏识自己的孩子无可厚非。若你在生活中多一点赏识，多一点赞美，他人会收到意想不到的效果。

怎样让孩子学会赞美别人呢？

- (1) 给孩子一个充满宽容的成长环境；
- (2) 帮助孩子建立评判的标准；
- (3) 让发现别人的长处成为习惯；
- (4) 适当的赞美技巧的使用。

当然，我们在赏识和赞美他人的同时，却不能忘记了树枝上的毛毛虫。虽然这与满树的葱郁生机相比，确实微不足道，但我们也不能忽视。我们应该用明亮的慧眼去发现，用乐观的态度去指正。

让孩子知道，“我”不是一切

现在的孩子大都会存在这样的情况，那就是一切以自我为中心，无论是父母、老师还是同龄人，都要围绕着自己转，平时说话喜欢说：“我怎么怎么样……”、“我怎么怎么样……”。也就是说，无论什么事情，都用“我”为主语。这样的孩子，父母如果不善加教育和诱导，等孩子长大后，就会形成唯我独尊的性格。

一些父母为孩子太“独”而发愁，他们只想着自己，不管他人。

