

♥ 好爸好妈分享系列 ♥

荀子说：“人不能生而无群。”



让孩子成为 社交小达人

赵隼咏◎编著



儿童心理学家哈塔布曾说：“预测一个孩子成年后的生存能力，不是看他现在的学习成绩，也不是看他乖不乖，能不能遵守课堂纪律，最好的也是唯一的方法，就是看孩子能不能跟其他孩子合得来。”



中国经济出版社

CHINA ECONOMIC PRESS





让孩子成为 社交小达人

赵隼咏◎编著



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

让孩子成为社交小达人 (中学版) / 赵隽咏编著.

北京: 中国经济出版社, 2013. 3

ISBN 978 - 7 - 5136 - 2192 - 2

I. ①让… II. ①赵… III. ①人际关系—青年读物②人际关系—少年读物 IV. ①C912. 1 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 297071 号

责任编辑 陈 瑞

责任审读 霍宏涛

责任印制 张江虹

封面设计 任燕飞工作室

出版发行 中国经济出版社

印 刷 者 三河市佳星印装有限公司

经 销 者 各地新华书店

开 本 710mm × 1000mm 1/16

印 张 15.25

字 数 213 千字

版 次 2013 年 3 月第 1 版

印 次 2013 年 3 月第 1 次

书 号 ISBN 978 - 7 - 5136 - 2192 - 2/C · 1946

定 价 33.00 元

中国经济出版社 网址 www.economyph.com 社址 北京市西城区百万庄北街 3 号 邮编 100037

本版图书如存在印装质量问题, 请与本社发行中心联系调换 (联系电话: 010 - 68319116)

版权所有 盗版必究 (举报电话: 010 - 68359418 010 - 68319282)

国家版权局反盗版举报中心 (举报电话: 12390)

服务热线: 010 - 68344225 88386794

前言

“没有交际能力的人,就像陆地上的船,永远到不了人生的大海。”

几百年前,一位先哲曾经说过这样一句话。“人际社交”,这四个字每一个人都不会感到陌生。“君子入则笃行,出则友贤。”“桃花潭水深千尺,不及汪伦送我情。”……关于人际关系的国学经典语录,相信我们也会拈手即来。

每一个人,都渴望自己拥有过人的社交能力,成为名副其实的“社交达人”。可是我们是否知道,想要做一名“社交达人”,就不能错过培养社交能力的黄金时段——中学期间!

中学阶段,是每个孩子最珍贵的一段时期。这个时候的孩子,身心进入快速发展时期,他们不仅关注学业,更关注生活中的每一个细节——我怎么和同学处好关系、老师为什么不喜欢我、我和爸爸妈妈为什么总有那么多代沟、一见到陌生人我就好紧张、我就喜欢和那些“坏”同学在一起……

身为父母的我们,是否听到了孩子心中的呐喊和疑惑?我们是否知道,孩子已经开始长大,人生观、世界观、价值观逐渐形成,他们的生活不再局限于学业和课本,潜意识里,他们无数次地喊道:“我想成为一名社交达人,我想像电视上的成功人士那样——彬彬有礼、落落大方、不卑不亢,朋友遍天下……”

倘若,你是一名出色的人际高手,那么恭喜你,你的孩子已经在起跑线上领先了其他同学,稍加努力即可成为“社交达人”;倘若你的社交能力有限,那么你要做得事情就有太多太多:处理好亲子关系、帮助孩子和老师改善关系、帮助孩子认清每个同学的真实面貌、引导孩子学会正确的交流方



式、告诉孩子如何与陌生人沟通……

也许,此刻你已经感到了一阵头痛:这么多细节,我这个“社交门外汉”怎么可能做好?不要焦虑,正是因为培养孩子的社交能力并非一朝一夕的事情,所以此刻这本《让孩子成为社交小达人(中学版)》正式摆上了书架,帮助你解决内心的疑惑!

与市面上林林总总的孩子社交类图书相比,《让孩子成为社交小达人(中学版)》可谓开创了一个先河:结合中国优秀的国学理论和精典故事,让父母和孩子不仅只是简单的泛泛而读,而是通过中华民族的精髓去揣摩、去理解,无论社交能力还是知识储备、感悟能力都会得到全面提高;“专家分析”栏目会让我们了解孩子为何会产生各种社交行为问题,这给解决之道带来了最专业的基础铺垫,让我们不仅知道该怎么做,更知道为什么要这么做,未来我们该如何读懂孩子的行为……

看到这里,相信您已经迫不及待地想翻开本书了。那么,就请您在一个安静的环境下,细细品味这本《让孩子成为社交小达人(中学版)》,帮助孩子在青春期阶段,收获最值得回味的人际关系吧……



第1章

父母是孩子的良师益友

ONE

“父母者,人之本也。士庶有人善,本诸父母。”父母,这是一个充满光芒的词语,更是一个沉甸甸的词语。尤其是对于中学生的父母来说,我们要做的,不仅是他的老师,更是他的朋友。做孩子的内心倾听者,心态平和地与孩子沟通,帮助孩子解决人际交往中的心理障碍,信任自己的孩子……这样的你,才是称职的父母;这样的你,才能拥有一个社交能力过硬的孩子!

1. 了解孩子——父母与儿女友好相处的前提 / 3
2. 彼此尊重——让自己成为孩子生命里的良师益友 / 6
3. 打铁先要自身硬——做和孩子一起成长的父母 / 10
4. 温和的性格——做好脾气父母,感知孩子的情绪 / 14
5. 沟通——走进孩子的内心世界,进行心与心的对话 / 17
6. 平等——告诉孩子,“我”不是一切 / 21
7. 相信自己——不再信奉“龙生龙、凤生凤” / 24
8. 相信孩子——你的信任可以带给他巨大的力量 / 28
9. 独立意识——将孩子的自主性从沉睡中唤醒 / 32
10. 不做“笼中鸟”——帮孩子摆脱“社交恐惧症” / 36

第2章

叛逆是孩子一生中必须要经历的阶段

TWO

“人不叛逆枉少年。”身为父母的我们会发现,孩子一旦进入中学阶段,会与少儿时期有明显的不同:总是和父母耍性子,动不动就嚷嚷着离家出走。甚至,他们会刻意与父母进行前所未有的冷战。也许父母会觉得,孩子这样做无妨,这是他的正常发育期。



但事实上,过分的叛逆不仅不利于他和父母之间的交流,更会影响与别人的社交关系。毕竟,没有人会喜欢一个总是浑身带刺的少年。所以,引导孩子正确走过叛逆期,他们才能成为真正的社交达人。

1. 说出来——家长要学会跟中学时期的孩子沟通 / 43
2. 大逃亡——孩子离家出走,家长怎么办 / 47
3. 父母爱唠叨——只会助长孩子的叛逆心理 / 51
4. 角色认同——做孩子的朋友,而不是做他的家长 / 54
5. 合理约束——肆无忌惮只能助长孩子的任性妄为 / 58
6. 学会克制——脾气可以有,但不可以随便发 / 62

第3章

THREE

中学同学是一辈子的好人脉

“桃花潭水深千尺,不及汪伦送我情。”这句诗词,是形容朋友之间深厚友谊的经典诗句。其实,身在中学阶段的孩子,同样也渴望拥有这样的友情。可是,不知道是什么原因,他们总是遇到各种各样的问题:总是和同学发脾气、看不惯同学比自己优秀、没法理解别人对自己的批评……

更有甚者,父母还会戴着有色眼镜看孩子的朋友,逼迫着孩子退出社交。没有朋友的人生是不完整的,想要让孩子在中学收获纯真的友谊,就需要我们和孩子一起努力。

1. 真诚——为孩子摘得鲜艳的友谊之花 / 69
2. 宽容——有度量的孩子有人缘 / 73
3. 热心——同学有困难,要及时给予帮助 / 76
4. 不攀比——允许自认为不如自己的人超过自己 / 80
5. 接受批评——帮孩子茁壮成长 / 84
6. 不“势利”——对于不如自己的同学不要报以冷眼 / 87
7. 不做“刺头”——摒除孩子的报复心 / 91
8. 真正的友谊——并非是什么都说“好” / 95
9. 小小考验——朋友之间,闹别扭是难免的 / 98

10. 透过现象看本质——让孩子听懂好赖话,不要被表象蒙蔽 / 102
11. 一视同仁——不戴有色眼镜看孩子的朋友 / 106
12. 孩子也有影响力——用积极的情绪,感染周围的人 / 111

第4章

FOUR

让孩子学会处理感情问题

“情窦初开,梦里皆是他(她)。”走进青春期的中学生,自然会产生一种让父母如临大敌的情愫:有了喜欢的异性,甚至走上了早恋的路。于是乎,父母打骂、老师训斥……可是父母不知道,这样做只能将孩子推向深渊。

父母要明白,对异性产生好感,这是每个青少年的正常心理发育,只有恰当地引导和疏通,他们才能释放心结。否则,孩子们会“憎恨”家长的蛮不讲理,不仅导致亲子关系破裂,还会产生严重的心理问题:恐惧与异性交流、不知道怎样面对异性……相信这一切并不是我们愿意看到的。

1. 情窦初开——我偷偷关注那个女生好久了 / 119
2. 少女怀春——他就是我梦中的“白马王子” / 122
3. 朦胧的爱——处理好早恋问题 / 126
4. 身体的冲动——好想和她来一次“亲密接触” / 129
5. 网恋——中学生的网恋是不会有结果的 / 133
6. 告诉孩子——对老师的爱只是崇拜 / 137
7. 失恋不可怕——帮助孩子走出失恋的阴影 / 141
8. 适度最重要——正确引导孩子与异性交往 / 145
9. 过于依恋父母——这样的爱不正常 / 148

第5章

FIVE

帮助孩子养成跟老师沟通的好习惯

“师者,传道授业解惑也。”在孩子的中学过程中,除了父母和朋友,最亲密的人就当属老师了。没有一个老师会憎恶孩子,然而总有太多的孩子和老师出现各种各样的摩



擦：认为老师讨厌自己、觉得老师总是给自己穿小鞋、没办法和老师进行合理的沟通……

面对这样的孩子，我们当然忧心忡忡——和老师没有良好的沟通，那么怎么可能学到真正的知识？所以，我们不要总是做孩子的“帮凶”，指责老师的不对，而是应当帮助孩子走出心理困惑，让他明白：其实老师都是为了学生好！

1. 告诉孩子——老师其实没那么讨厌 / 155
2. 父母协助——帮助孩子养成跟老师沟通的好习惯 / 158
3. 教育不是改造——别让孩子觉得家长和老师是一伙的 / 162
4. 被冤枉了——孩子你该怎么办 / 166
5. 老师的威严——家长别当“骂老师”的帮凶 / 170

第6章

SIX

认识陌生人，扩大孩子的交往范围

“孔融谈笑风生，顿时赢得赞许一片，旋即成为座上宾。”少年孔融面对陌生人时的从容自得，相信每个父母都非常羡慕。可是，自己的孩子为什么做不到这一点？紧张、胆怯、张不开嘴、分不清好人坏人、不懂得保护自己……身为父母的我们，不禁忧心忡忡。

其实，孩子之所以表现出“陌生人恐惧症”，这和他的人生阅历有着直接的关系。对于这样的孩子，我们要做的不是训斥，而是应当鼓励和引导：鼓励他敢于说话、鼓励他找笔友、鼓励他站在台上、引导他分辨善恶……

1. 引导示范——让孩子接触大人的社交规范 / 177
2. 自我介绍——让孩子亮出第一张“名片” / 181
3. 合理引导——让网络伴随孩子健康成长 / 185
4. “鸿雁传书”——鼓励孩子找笔友 / 189
5. 练就火眼金睛——培养孩子分辨善恶的能力 / 193
6. 面对诱惑——孩子需要自制力 / 197
7. 自我保护——与陌生人交往要学会保护自己 / 200

第7章 SEVEN

提高警惕，防止恶习

“养不教，父之过。”青春期的孩子，总会遇到各种各样的诱惑：不良的影视作品、看似潇洒的烟酒、宛如大侠的抢劫……所以，有太多太多的孩子在这个阶段养成了抽烟喝酒、偷窃、做“古惑仔”、撒谎、赌博等恶习。

对于此，首先我们应当自责，正是因为不合理的家教方式，让孩子和那些不良少年混在一起。我们要进行积极的引导，提醒孩子防止恶习。“一个人有什么样的朋友，他就会是同样的人。”万万不可掉以轻心，让孩子在邪门歪道上越走越远！

1. 英雄崇拜——孩子，你不是“古惑仔”！ / 207
2. 从众压力——孩子为什么突然间学坏了 / 211
3. 不要做“三只手”——别让偷窃成为习惯 / 215
4. 杜绝谎言——识破中学生越编越圆的谎话 / 218
5. 远离烟酒——抽烟喝酒是孩子恶习的开始 / 222
6. 黄、赌、毒——如何让孩子不沾边 / 226
7. 不做“山寨王”——告诉孩子，抢劫的后果很严重 / 230

第1章

ONE

父母是孩子的良师益友

“父母者，人之本也。士庶有人善，本诸父母。”父母，这是一个充满光芒的词语，更是一个沉甸甸的词语。尤其是对于中学生的父母来说，我们要做的，不仅是他的老师，更是他的朋友。做孩子的内心倾听者，心态平和地与孩子沟通，帮助孩子解决人际交往中的心理障碍，信任自己的孩子……这样的你，才是称职的父母；这样的你，才能拥有一个社交能力过硬的孩子！

1

了解孩子

——父母与儿女友好相处的前提

中国兵法奇书《孙子·谋攻篇》中,有这样一段记载:“知己知彼,百战不殆;不知彼而知己,一胜一负;不知彼,不知己,每战必殆。”意思是说,在军事上,既了解敌人,又了解自己,就会百战百胜;不了解敌人而只了解自己,胜败就只能各占一半;而既不了解敌人,又不了解自己,那就只能逢战必败了。

事实上,“知己知彼,百战不殆”这一规律,不仅应用于战场之中,同样适用于父母和孩子之间的交流互动。父母跟子女相处,其实也是在进行一场亲情拉锯战。如果父母不能很好地了解自己的孩子,那么他们就根本无法走进孩子的内心,更谈不上和孩子好好相处了。

最近,小区里出了件热闹事:电视台的人跑到燕子的家里采访去了。原来,燕子和父母闹得太僵了,无奈最后只能把事情捅到电视台了。

在面对电视台的记者时,燕子说:“我爸妈根本就不怎么跟我说话,每天除了要求我学习之外还是学习,跟我说话的时候就只有吃饭、穿衣、学习这三样话题,爸妈关心的只有我饿不饿、冷不冷,从来没有问过我累不累,至于我有什么心事,爸妈更是连想都没想过。我真是烦透了。”

事实上,燕子是一个在班级名列前茅的品学兼优的好学生,家境也十分不错,可以说是衣食无忧。但就是这样,她对自己的父母还是充满了怨气。她还说:“现在我们家里的气氛已经达到‘冰点’。别看我表面上什么也不缺,但我真正想要的父母却不给我,因为他们根本就不了解什么才是我真正需要的,他们不屑于了解。”

而燕子的父母,则有另一番说辞:“孩子整天都是什么‘玉米’、‘粉丝’



的,光听起来就让人犯晕,我们哪知道现在的孩子都在想些啥啊!”燕子的母亲在面对记者的时候,如此回答。



专家分析

很明显,燕子的父母根本就不了解自己的孩子,这就是所谓的“代沟”。代沟,就是两代人之间因年龄、价值观念、思维方式、行为习惯、兴趣爱好等各方面的不同,而在认识和行为上产生的差异、摩擦甚至冲突。和父母存在明显代沟的孩子,自然也不可能和他人有着良好的沟通能力,“社交达人”简直就是奢望!

在现实中,“代沟”已经是一种很普遍的社会现象。这一现象,让很多父母都无法真正了解到自己孩子的内心在想些什么。而且,很多时候家长坐在一起一谈到孩子就会不约而同地达成一种共识:孩子根本不理解父母的良苦用心,听不进劝解,最终才导致双方缺乏共同语言。

从理论上分析,家长与孩子之间缺乏交流,相互不了解、不理解,确实是产生“代沟”的一个重要原因。但是其最初的成因,却并非如家长所分析的那样——问题出在孩子身上。恰恰相反,这一现象的产生,主要问题来自家长。

大多数家长都有自己固定的想法:孩子是自己生的,自己做的一切自然都是为了孩子好,而且自己在各方面的经验也比孩子多,所以孩子只能无条件地听从自己的话。既然家长是家里的权威,那么“去了解孩子”一说,对一些家长而言也就变得无足轻重了。这样一来,才出现父母和孩子双方相互对立的情况:家长不了解孩子,孩子“不理解”家长。如此情况,时间一长双方怎么能友好相处呢?

父母们应该了解,青少年事实上已经是一个小大人了,他们都具有独立思考的能力,逐渐地想摆脱父母的羁绊。所以,父母不要总觉得他们还是孩子,对社会事物的认识还不够全面,怕他们会受到伤害,因而总是放不开手,

什么事都给他们安排好,要他们按照自己的意愿去做这、做那的。通常情况下,父母违背孩子的意愿为他们安排好一切,孩子们就会大力反抗。

所以,父母应该反思一下,自己究竟不了解自己的孩子,知不知道他们到底想要什么。不要总是抱怨孩子不听话,也别给孩子抱怨父母“管得太多”的机会。要知道,家长教育方法不均衡,与孩子的自我发展不同步,再加上外部原因——社会的快速发展,就很容易把代沟的现象放大,从而导致父母和孩子之间更为激烈的冲突。认识不到这一点,那么孩子离“社交达人”的距离,就会越来越远。



家长如此做

家长要了解,由于青少年在思想观念上比较开放,喜欢追求新事物,易于接纳新观念,有较大的创造性倾向,但稳定性较差,易变且多变;而在行为方式上,青少年有喜欢突破传统习惯,讲究与时代接轨,灵活性强,喜欢按自己的意愿行事,敢于尝试,勇于冒险,往往冲动而急躁。所以,家长不能和孩子们对着干,和他们相处时要学会讲方法、讲技巧。

1. 承认自己不了解孩子

家长面对与孩子存在的“代沟”,不要回避,要勇敢地承认:作为父母,我不了解自己的孩子。当父母承认这一点时,就不会处处为孩子安排好一切,让孩子透不过气来了。正所谓:青菜萝卜,各有所爱。当父母所给予的,不是孩子所想要的,那么就要承认自己确实没有为孩子考虑好,确实忽略了孩子的感受。一旦家长有了这种“勇于认错”的态度,孩子们也就会平复内心的不满情绪,好好跟父母交流了。

2. 要与孩子及时沟通

沟通最好、最直接的方式,就是交谈。所以,父母要想真正了解自己的孩子,就应主动创造谈话情境、营造交流氛围,多与孩子“以心换心”。当然,这样及时有效的沟通方法,必须建立在双方平等的基础上,父母最好是以朋



友的身份参与其中，切忌用封建家长式的态度，居高临下地训斥孩子，否则会使彼此间的距离感增强。

3. 要尊重孩子

作为家长，我们一定要给孩子一片“情感自留地”。正处于青春期的孩子渴望自由与独立，对事物具有一定的批判、评价能力，不愿事事听命于父母，而喜欢批评、反抗权威与传统。所以，他们迫切需要得到父母尊重，承认其独立意向和人格尊严。父母如果能做到尊重孩子，就能赢得孩子们的尊重，才能赢得全面了解孩子的机会，才能真正与孩子友好相处。



彼此尊重

——让自己成为孩子生命里的良师益友

“父母呼，应勿缓；父母命，行勿懒；父母教，须敬听；父母责，须顺承。”

这段劝诫，出自于经典国学《弟子规》，它将中华民族“以孝为先”的传统美德彰显得淋漓尽致。我们不难看出，儿女们应当对父母保持恭顺和尊重，但是现代社会，人们不仅要教育孩子敬爱父母、尊重父母，同时，父母尊重孩子，也成了这个新时代的一个标志。

众所周知，孩子是家庭的希望，更是国家的未来。因此，教育好孩子，培养孩子成才，是社会、学校和每位家长义不容辞的责任。如果说学校教育是第一课堂的话，那么家庭教育就是第二课堂，是对学校教育的延续和补充。为了培养好自己的孩子，每位家长都是煞费苦心。不仅给孩子吃好的、穿好的，还注意孩子的性情、性格，注重培养孩子的才能，以使孩子在同龄人中不落后。

正是基于这种思想，家长对孩子的管教才显得有些“苛刻”，什么都给孩

子安排好,逼着孩子学习,为孩子报许多特长班。同时,为了使孩子“走上正途”,还替孩子选学校,遏制上中学的孩子谈恋爱,有些家长甚至连孩子的人身自由都要干涉。这样的孩子,怎么可能保持一颗乐观的心态和父母进行交流?在家里尚且如此,在外面又怎么可能和他人良好地沟通呢?

小林所在的某实验中学课外活动特别多,而且老师还鼓励学生们参加学校开办的特长班。小林回家跟妈妈说了这件事,小林妈妈一听,很高兴地对儿子说:“小林啊,你想增加特长,妈妈特别高兴。这样吧,妈妈挺喜欢二胡的,要不你就学二胡吧!学会了还能拉给妈妈听呢。”

小林一听,有些不乐意了,因为他想学吉他。于是,他就告诉妈妈:“妈妈,我不想学二胡,您看我学吉他成吗?”妈妈满脸的失落,回答道:“学什么吉他啊?那有什么好听的,哪有二胡有韵味儿啊。你别在那里给我添乱了,什么也别说了,就学二胡吧!”

于是,第二天妈妈就为小林在学校报了名,学习二胡。可是,小林刚学了一周,就回家跟妈妈说他不想学了,没意思透了。但是,小林妈妈不想让他做事半途而废,就坚持让他学。几个月之后,小林妈妈想听小林为她拉二胡,可是小林根本就拉不上几首乐曲,而且拉的时候还带有抵触情绪。

妈妈见状,立马就火了,开始数落小林:“你怎么这么笨啊?学了这么长时间,就会拉这几首,还拉的不怎么样,你是不是诚心气我啊?”

小林心里本来就不高兴,一听妈妈这样说自己:“对,我就是笨!我根本就不喜欢二胡,我喜欢吉他,可你偏偏强迫我学二胡。我爱您、尊重您,想学习二胡让您高兴,可是您尊重我吗?”说完,小林把二胡摔在地上,怒气冲冲地跑出了家门……



专家分析

父母面对孩子时,只有在以尊重为前提的条件下才能有交流,才能在真正意义上成为孩子的良师益友。其实,父母与孩子闹矛盾,不是因为缺乏对