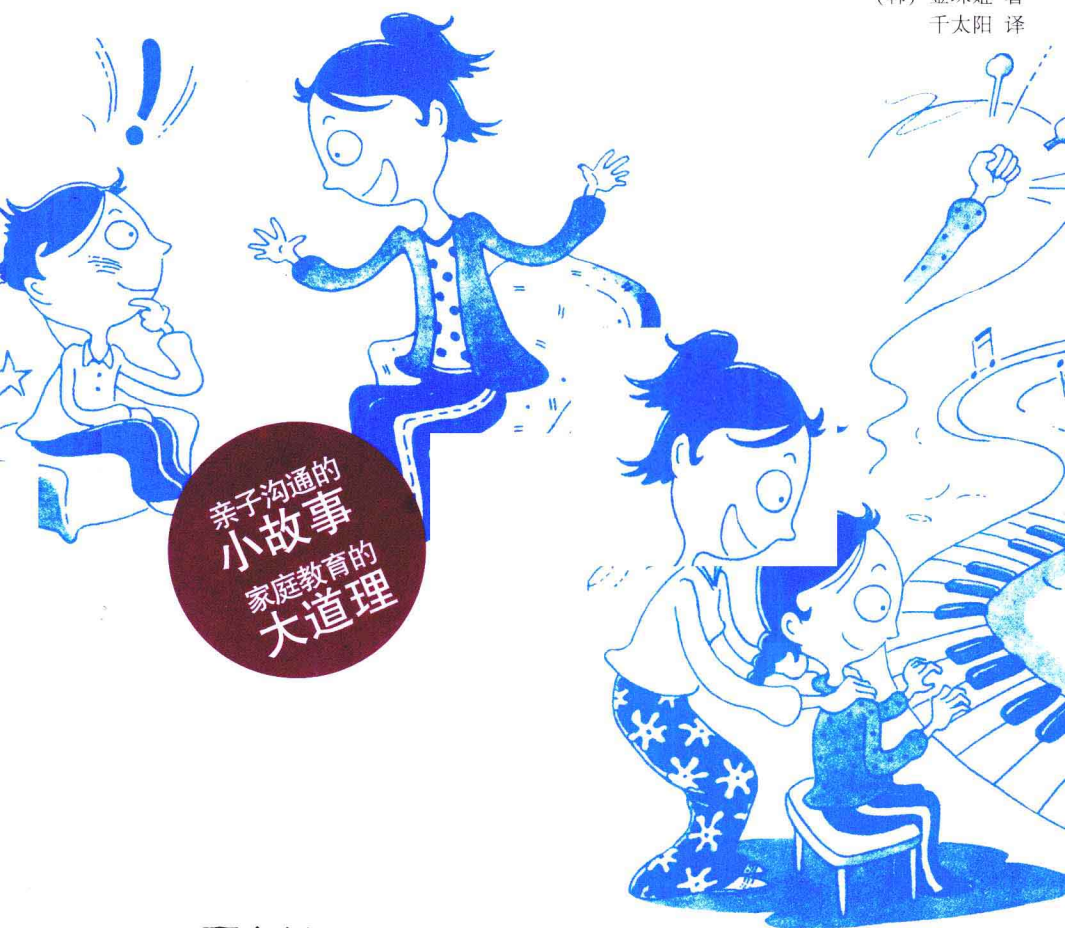


零障碍沟通 孩子就优秀

提高孩子情商的60个小故事

(韩) 金珠姬 著
千太阳 译



零障碍沟通 孩子就优秀

提高孩子情商的
60个小故事

(韩) 金珠姬 著
千太阳 译

图书在版编目 (CIP) 数据

零障碍沟通, 孩子就优秀! : 亲子沟通的小故事 家庭教育的大道理 /
(韩) 金珠姬著; 千太阳译. —北京: 金城出版社, 2010.11
ISBN 978-7-80251-574-1

I. ①零… II. ①金…②千… III. ①家庭教育
IV. ① G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 165168 号

화내거나 짜증내지 않고 큰아이로 키우는 현명한 엄마의 대화법
零障碍沟通, 孩子就优秀! : 亲子沟通的小故事 家庭教育的大道理
Copyright © 2008 by Kim Joo-hui
All rights reserved.

Simplified Chinese translation edition © 2010 by Gold Wall Press

This Simplified Chinese edition was published by arrangement with Book Village through Imprima
Korea Agency and Qiantaiyang Cultural Development (Beijing) Co., Ltd.

零障碍沟通, 孩子就优秀!

出 版 人 王吉胜
作 者 (韩) 金珠姬
策 划 人 王喻彪
策划编辑 夏 青
责任编辑 鲁怡娜
开 本 880mm × 1230mm 1/32
印 张 5.625
字 数 108千
版 次 2010年11月第1版 2010年11月第1次印刷
印 刷 北京金瀑印刷有限责任公司
书 号 ISBN 978-7-80251-574-1
定 价 25.00元

出版发行 金城出版社
北京市朝阳区和平街十一区 37 号楼
发 行 部 (010) 84254364
编 辑 部 (010) 64200125
总 编 室 (010) 64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501
版权所有 违者必究

目 录

Part 1 平等沟通，培养孩子自尊心

- 1 被认可的孩子更自信
| “哥哥作文得了奖，但你的优点是……” • 3
- 2 平等的建议更有效
| “妈妈知道你……但你同样要为妈妈想一下啊！” • 7
- 3 正视孩子的存在和观点
| “妈妈懂得你的想法，也理解你的感受……” • 10
- 4 理解孩子行为的动机
| “对不起！妈妈应该先了解你的想法……” • 12
- 5 不要把期待作为衡量标准
| “不要失望……有什么妈妈可以帮忙的呢？” • 16
- 6 不要全部否定或拒绝
| “宝宝好像真的想……只是……” • 18

Part 2 正向沟通，打造孩子上进心

- 7 用称赞代替训诫
| “看到宝宝这个样子，妈妈感到很欣慰！” • 23
- 8 保护孩子的热情
| “我们一起重新做一遍吧！” • 25

9 将决定权交给孩子	
“你仔细考虑清楚，再做决定吧。”	• 27
10 发自内心的称赞	
“宝宝真棒！妈妈真的感到很自豪！”	• 31
11 向新的课题发起挑战	
“去……是不是很紧张？”	• 33
12 增强孩子的好奇心	
“为了弄懂这个问题，帮妈妈去查下百科全书吧！”	• 36
13 挖掘孩子的优点	
“你在……方面很有天赋！”	• 38
14 耐心倾听孩子说话	
“哦！那后来怎么样了？”	• 41
15 鼓励孩子去尝试	
“你也很想试一试吗？”	• 43
16 如实地认可孩子	
“来，跟……打个招呼吧！”	• 46
17 允许孩子犯错	
“把……弄破了，有没有受伤呢？”	• 48
18 对孩子抱持恰当的期待	
“不要紧！现在的你出现这样的错误是正常的！”	• 50

19 给孩子尝试的机会

| “原来你对……也很感兴趣啊，需要帮忙吗？” • 52

20 将人生的主导权交给孩子

| “你的梦想是……啊，妈妈支持你！” • 55

Part 3 引导式沟通，让孩子学会自律

21 通过零用钱培养自立心

| “你计划怎么使用零用钱呢？” • 61

22 让孩子学会自律

| “……这样妈妈就不会着急和担心了，好吗？” • 63

23 限定而不催促

| “还有……时间火车就要开动了。” • 65

24 留一些事情给孩子自己做

| “你收拾得真干净啊，房间看起来整洁多了。” • 67

25 理解孩子的爱美之心

| “妈妈像你这么大的时候，也对外貌非常在意呢！” • 69

26 准确表达自己的想法

| “妈妈现在有些问题要处理，我们待会再说，好吗？” • 71

27 给孩子选择的空间

| “漫画书也很有意思吧？那科普书呢？” • 74

28 从现状出发教育孩子

| “除了学习之外，劳动也很重要哦！”

• 76

Part 4 同理心沟通，完善孩子的价值观

29 理解孩子的心情

| “妈妈知道宝宝也很难过！我们来想想，怎么把它找回来呢？”

• 81

30 与孩子站在同等的立场

| “可以先让妈妈看下这个频道吗？因为……”

• 85

31 了解孩子的内心世界

| “啊，原来是这样子啊，那……”

• 87

32 培养孩子独立判断的能力

| “在别人家里，安静一些和随意吵闹，哪一个更合适些呢？”

• 90

33 了解死亡可以让孩子成长

| “哎呀，……死掉了，你一定很伤心吧。”

• 92

34 邀请孩子的朋友们

| “你可以邀请你的朋友来家里作客啊！”

• 94

35 成为所有孩子的父母

| “没有人的时候也一样要遵守交通规则哦！”

• 97

36 孩子在打架中成长

| “是不是很痛？因为什么打起架来了呢？”

• 99

Part 5 约定式沟通，保持孩子的信任感

37 善用理想的力量

| “现在好好学习，是为实现你的……梦想哦！” • 103

38 对孩子保持始终如一的态度

| “我们曾经约定好了的，不是吗？” • 106

39 不要与孩子做交换

| “不是因为……，妈妈才带你去游乐场玩的哦！” • 108

40 理解孩子的心情

| “你是因为……而生气了，是吗？” • 110

41 让孩子自主选择

| “明天是吃……还是吃……呢？” • 112

42 限制看电视的时间

| “咱们约定一下每天看电视的时间，好吗？” • 115

43 训话时应尽量简洁、明确

| “你不能……，因为……” • 117

Part 6 知性沟通，增强孩子的平和心态

44 由爱而生的嫉妒

| “其实在你这么大的时候，爸爸妈妈也是这么照顾你的呢。” • 121

- 45 强权之下无坦言
| “刚刚老师来电话说……，到底是怎么回事呢？” • 123
- 46 了解孩子的心情
| “你今天看起来心情不是很好，发生什么事情了吗？” • 126
- 47 简单明了的话语比威胁更有效
| “不能……，那样会伤到你的。” • 128
- 48 父母是孩子的榜样
| “你要和妈妈一样，对奶奶孝顺，好吗？” • 131
- 49 轻声责骂
| “悄悄告诉你，你刚才那样做让妈妈很难堪呢。下次注意点，好吗？” • 134
- 50 选择训话的方式和时机
| “等你看完这个节目，就去……，好吗？” • 136
- 51 将心比心地安慰孩子
| “真是天公不作美，我也很替你难过呢。” • 138
- 52 冷静地说服孩子
| “你真的想要这个吗？但是……” • 140

Part 7 建议式沟通，让孩子独立自主

- 53 展现积极的人生态度
| “妈妈希望你有个充满意义的人生。” • 145

54 具体称赞孩子努力的成果	
“挺好的，具体说来，我觉得……很不错。”	• 148
55 培养孩子独立判断和决断的能力	
“你有没有觉得，如果……或许会帮到你？”	• 150
56 态度要和善、坚决	
“如果你真的想要……，就找一个好原因说服妈妈吧。”	• 152
57 对付爱闯祸的孩子	
“我们来一起制定一些规则吧，你和妈妈都要遵守。”	• 154
58 帮助孩子保持安稳的情绪	
“你感兴趣的话，妈妈可以陪你走走。”	• 157
59 孩子到处乱跑是好事	
“我们一起去公园或运动场玩吧。”	• 160
60 让孩子通过受伤来学习	
“如果遇到危险，你可以……”	• 163

Part 1

平等沟通，培养孩子自尊心



当孩子反思和评价自己的行为举止时，他们的自我尊重感会起到积极作用。自我尊重感是对自身价值的肯定，以及对自身的正面评价。孩子的自我尊重感是由自我的感受和评价、以及有密切关系的人对自己的反应所构成。

很多心理学家认为，父母的性格特点及其对孩子的态度可以决定孩子的自我尊重感。这是因为在子女的生活中，他们与父母的关系是最为密切的缘故。

儿童时形成的自我尊重感可以延续很长时间而不发生变化。大体上来说，自我尊重感较低的人很难对自己感到满意，无论对什么事情都抱有负面、消极的态度。

在这个世界上，没有哪个父母希望自己的孩子会成为自我尊重感较低的人吧？但你要知道，可能你无意间的话语或举止就可能会让孩子的自我尊重感受到创伤。

被认可的孩子更自信

“哥哥作文得了奖，
但你的优点是……”

1



虽说十指连心，但在孩子们的成长过程中，父母总会自然而然地将他们互相作比较，并且可能会更喜欢其中的某一个孩子。如果在多个子女中有一个格外出色，那么父母就会更倾向于关心这个优秀的孩子，从而造成不公平的偏爱。

老大大写的一篇读后感在学校得奖了。说起老大，他可是一个全才，写作、美术等样样精通。因此，他一直都独占着父母的宠爱。相反，老二就一点儿都不喜欢学习，只会到处调皮捣蛋。妈妈不需要督促老大，但对老二却要事无巨细地叮嘱和督促。

“这就是我们家浩民拿的奖状吧！”

在庆祝老大得奖的晚宴上，爸爸和妈妈拿着奖状笑得合不拢嘴。而老二从一开始就一直默不作声，低垂着眼睛，像是在数碗里的米粒。

“这些菜都是妈妈给你准备的，多吃点儿。”

妈妈殷勤地往老大的碗里夹菜，还笑容可掬地对他称赞

连连。被冷落在一旁的老二则垂头丧气，即使饭碗空了也无人问津，他心生不满地发出叮叮当当的响声，甚至还弄洒了汤碗。

“哎呀，你这孩子怎么又闯祸了！看看你哥多稳重，你怎么就不能多学一学你哥呢……只会闯祸。”

看到妈妈还想继续说，老二将碗筷重重一摔，猛地站了起来。

“先把晚饭吃完再出去！”

老二把妈妈的话当作耳边风，头也不回地走出了房间。

如果兄弟姐妹中有一个人格外优秀，并独享父母的宠溺，那么其他的孩子多半就会被视为捣蛋鬼。如此一来，这些孩子就会在家里产生自卑感，从而自暴自弃，很容易走上岔路。他们其实也很想表现得优秀一些，得到父母更多的关怀，不过在发现自己做不到以后，就干脆选择了放弃，甚至走上歧途。

如果总是被人拿来与兄弟姐妹作比较，使孩子自幼便在心中萌生出自卑感——这样的创伤就算长大以后也很难愈合。孩子不仅会逐渐失去信心，做事畏手畏脚，甚至长大以后可能会变成终日被自卑所折磨的无用之人。因此，就算在孩子年纪比较小的时候，父母也应尊重他们的个性。每个人都有自身的长处，父母要发现孩子的优点，再通过表示认可、称赞等方法，努力开发孩子的潜力，培养孩子积极乐观的心态。

如果孩子一直都得不到父母的认同，很容易对自身的价值产生否定的态度。相反，如果得到了父母的认可、称赞和关爱，就



会变得更加富有自信，认为自己是一个有价值的人。因此，对孩子的成长来说，孰优孰劣一眼可辨。

“看到被爸爸妈妈称赞的哥哥，是不是有点儿嫉妒了？你哥虽然写读后感得了奖，但你也不要灰心。你擅长的是体育，妈妈只要看到你健康地成长，成为一个勇敢的孩子，就已经很高兴了。”

当老二撅着嘴时，如果妈妈可以说出上述这番话，他听着心里就会舒服许多，他的心灵也不会受到伤害，更不会中途离席了。

平等的建议更有效

“妈妈知道你…… 但你同样要为妈妈想一下啊！”

2



在现代社会，每个人都应该承认儿童也是一个具有独立人格的个体，无论是从理性还是逻辑的角度，都是如此。但是在现实生活中，很多父母都会遗忘这一点，把孩子当成一个还没有长大、有很多不足的存在。

如果父母以自己的权威漠视孩子的意见，强制性地命令，那么孩子就很可能因此而失去自我价值的认同。如果父母有严厉责罚、横施淫威的习惯，子女就会适得其反地重视管教过程中的负面效应，而不是父母用心良苦的本意和初衷。和其他孩子相比，他们的内心会变得更加脆弱，更容易产生无价值感，以及忧郁、抵触的情绪。

京爱正在卧室里认真地看着电视里的儿童节目。从学校回到家，她做的第一件事情就是打开电视。因为她最喜欢的卡通片快要开始了。

“京爱！”

打开电视还不到5分钟，外面就传来了妈妈气恼的喊声。