



黄埔学堂 亲子系列

孩子和我 更贴心

父母亲子沟通八大法则

雷京魁 许虎光 著

给三亿中国父母发执照

南京大学出版社

责任编辑 阎居梅
装帧设计 朱 兰
插图作者 陈瑞清 彭擎政
王 健 吴晋超
责任校对 陆蕊含

★著名教育家
★南京大学博导 著名哲学家
★中国早教之父
★中国第一位早教博士

李燕杰
李书有
冯德全
刘晶波

联袂推荐

《孩子和我更贴心》在同类书籍中是很少见的。它的与众不同之处在于，功能上能协助父母解决很多亲子沟通方面的障碍，运用上却很通俗。不仅能找出问题的根源，更可贵的是，本书还提供一套切实可行的操作程序和方
法。

著名教育家、演说家 李燕杰

这个命题很好，因为只有与孩子更贴心，才能使他有安全感，幸福感，自信感；才能使他积极上进。他能回报教育者（特别是父母）以无限甜蜜的依赖。

“0岁方案”创始人 中国当代早教之父 冯德全

《孩子和我更贴心》是一本贴近生活、实用可行的书。沟通的道理和方法既简明又深刻。对于急切想在亲子关系中解脱的父母朋友是难得的好书。好就好在道理清晰易懂，方法切实可行。

《开心妈妈》网站创办人 屈开

冷静的思索让我们警醒：因为和孩子之间的失败沟通而导致的误解与专制堪称是问题的核心。你手中的这本书和书的作者或许就是你真心实意的帮手。读一下吧，为了你、你的孩子、你们一生的幸福。

中国第一位幼儿教育学博士 江苏家庭教育研究会秘书长 刘晶波

《孩子和我更贴心》是亲子教育成功经验的总汇，它的出版，将对众多“望子成龙”而又不得教育之法的亿万父母以有益帮助。

南京大学哲学、宗教学教授 博导 易学研究所所长 世界易经联席会主席 李书有

ISBN 7-305-04135-1



9 787305 041358 >

ISBN 7-305-04135-1/G · 699

定价:24.80元



黄埔学堂 亲子系列

孩子和我 更贴心

父母亲子沟通八大法则

雷京魁 许虎光 著

南京大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

孩子和我更贴心/雷京魁,许虎光主编. —南京:南京大学出版社,
2004. 1

ISBN 7-305-04135-1

I. 孩… II. ①雷… ②许… III. 家庭教育—案例 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 081443 号

书 名 孩子和我更贴心
著 者 雷京魁 许虎光
出版发行 南京大学出版社
社 址 南京市汉口路 22 号 邮编 210093
电 话 025-83596923 025-83592317 传真 025-83328362
网 址 <http://press.nju.edu.cn>
电子邮件 nupress1@public1.ptt.js.cn
经 销 全国各地新华书店
印 刷 南京新洲印刷有限公司
开 本 850×1168 1/24 印张 13.25 字数 252 千
版 次 2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷
ISBN 7-305-04135-1/G·699
定 价 24.80 元

* 版权所有,侵权必究

* 凡购买南大版图书,如有印装质量问题,请与所购
图书销售部门联系调换



雷京魁(左), 1962年生于北京, 毕业于天津轻工业学院, 任工程师。1988年主修完形心理学, 并致力于把西方心理学理论运用于国内的管理实践, 在珠海、深圳、海南、天津从事多年营销管理。近十年来, 参加了来自美国、日本、德国、澳洲、台湾等大型系列专业培训课程, 进入培训咨询业至今。

受聘于:

江南文化研修学院教授

北京大学新经济人才促进会特别顾问

中国首届学习型家庭亲子教育论坛主讲

《心理辅导》《成才与教育》专栏作家

《成功》杂志封面人物并作为亲子专家给予了专题长篇报道。作为父母亲子沟通训练专家、心理学专家, 亲自主持亲子沙龙150多场。曾受全国各高校、学校、媒体、大型企业等机构邀请, 进行专题演讲500多场, 反响强烈, 受到热烈欢迎。

北京京桥大学客座教授

中国首届培训论坛(上海)主讲嘉宾

首届学习型中国成功论坛(北京)主讲

长期担任北京经济广播电台亲子沟通栏目嘉宾主持

《成功》杂志封面人物并作为亲子专家给予了专题长篇报道。作为父母亲子沟通训练专家、心理学专家, 亲自主持亲子沙龙150多场。曾受全国各高校、学校、媒体、大型企业等机构邀请, 进行专题演讲500多场, 反响强烈, 受到热烈欢迎。

许虎光(右), 1966年生于福建, 毕业于福安师范, 曾任教八年。座右铭“信悟不二, 知行合一”。先后接受过国内外心理学、行为学、成功学、营销学、管理学等专业培训。多年来潜心研究教育学、心理学及青少年心灵成长。主讲过数十家大中小学、企业千余场心灵成长演讲、营销培训, 累计培训达数万人次。组织、主持过数十场大型讲学活动, 主办亲子沙龙100多场。

2000年独家研发专利产品20分钟学打字——几何数码打字王, 同年策划的几何数码打字王行销方案荣获中国首届策划艺术成果博览会银奖。

2002年全程策划、发行《从此不怕写作文》教育系列图书、训练教程VCD, 受到广泛赞誉。

任黄埔企业董事长、黄埔学堂创办人。



著名书画家萧简题字



户外亲子活动



“0岁方案”创始人冯德全(左)与本书作者



著名教育家李燕杰(中)、著名书画家
萧宽(左)与本书作者



本书二位作者



开心妈妈网站创办人屈开(右)、少儿
潜能专家李懿平(中)与本书作者

孩子是我师，我是孩子友

李燕杰

《孩子和我更贴心》即将出版了，我作为一名年过古稀的教育工作者，一方面为孩子们感到高兴，另一方面我也愿意说说我的想法。过去一说到教育，就是你讲我听，你打我痛，教与学似乎是不平等的。在很多人的观念中，认为亲子教育就只是教育孩子。在当今绝大部分的教育类书籍中，也是把孩子作为惟一的教育对象。

今天，我想再次强调“孩子是我师，我是孩子友”，我们当父母或当老师的，要先当学生，后做先生，在教中学，在学中教。

这是一本写给父母的书，它告诉你如何做一个合格的父母。

这本书可以说是同类书籍中很少见的，它的与众不同之处就在于，功能上能解决很多问题，运用上却很通俗。不仅能找出问题的根源，更可贵的是，还提供一套可操作的程序和方法。概括起来有以下几点：

第一,心理健康是孩子成长的前提。它不单是注重孩子的智力和知识,更注重孩子的心理健康成长,让孩子逐渐形成独立的人格,有能力面对外部多变的世界。

书中还明确指出:孩子是产品,父母是生产线,生产线的好坏将决定产品的品质。提升父母自身的效能,是对孩子最有价值的投资。

第二,亲子沟通技术完全可以通过训练来掌握。目前市场上的很多亲子教育书籍,往往重于理论和观念,听起来很有道理,而在实际应用中却很难操作,似乎离现实较远。而本书中所提供的是一套实用的操作方法。

本书旨在帮助困扰中的父母,首先清楚地界定问题,了解父母和孩子之间究竟发生了什么,分析困扰产生的原因和环境,究竟是孩子有困扰,还是父母有困扰,如何在不同的情况下使用不同的方法,而且给出相应的操作程序,并且马上就可以应用。

第三,为父母的持续成长创造学习型环境。当我了解到:此书出版以后,将在全国各地成立亲子沙龙,让每一个愿意改善亲子关系的父母,都能有一个不断学习、不断实践、不断提高、不断分享的环境和机会,我打心里感到高兴。因为这也是我多年来一直倡导的“在生活中学习、在学习中成长,生活就是大课堂”观念的实践和延续。本书将促进一个学习型家庭大联盟的形成。

一国之希望在于人才,人才之根本在于教育,而教育水平之高低,又与父母的沟通能力有着莫大的关系。家庭是孩子学习的第一场所,父母是孩子的第一任老师,并且是终身的老师。如何与孩子有效沟通,真正了解、理解、满足孩子的需求,并让孩子健康快乐地成长,是每一个父母都必须学习的功课。

当学校、老师能将本书倡导的观点、方法,推荐给更多的学生父母时,就会形成一座老师、学生、父母有效沟通的桥梁。真正做到“清风能感水能化,修竹有情兰有怀。”形成一种教育艺术,让父母和老师一起来帮助孩子增进德行,提高智慧。同时,也能协助孩子自己解决在生活、学习中遇到的问题,增强孩子的自信心和独立性。这将有利于孩子身心的健康成长,有利于家庭的和睦与融洽,有利于素质教育的全面深化,有利于整个民族素质的提升。

是以为序。

于首都师范大学教育艺术研究所

2003年3月30日

李燕生 原全国政协委员
原中共北京市委委员
世界华人艺术家联合会副会长
国际易经科学研究院院士
中华教育艺术研究会常务副会长
著名教育家、演说家
北京自修大学校长
首都师范大学教授

作者序

愿你成为孩子的贴心父母

雷京魁

应北京经济广播电台之邀,我担任了“幸福夜话”节目的嘉宾主持,这是一个让父母与孩子心与心交流的节目,已形成一批固定听众每期收听。通过热线,听众们在节目中讲述自己的故事,讲述自己与孩子沟通中的快乐和经验,并不断地提出自己的困惑……

这是一个活生生的窗口,众多的父母面对自己的孩子,竟然是如此的无助,竟然如此在挣扎:他们太爱孩子了,可又不知道怎么做才能让孩子感受到他们的爱;他们太关心孩子了,可他们却不知道,他们的关心给孩子带来多大的压力和负担。

谈到孩子的话题有些人激动得无法控制,甚至失声痛哭……我被感动了,被震撼了!

因为电台作节目的时间是有限的,不能让每一个人都尽情表述,也不能与每一位父母都充分交流,于是我便邀请这些听众来参加我们主办的亲子沙龙。这样,我们每期的亲子沙龙都有很多父母来参加,亲子沙龙也就这样长期坚持了下来。

我从事个人成长与团队建设的培训工作已有八年,同时在亲子教育方面一直进行着深入的研究和实践。我发现生活中,父母与子女所有的冲突与伤害,几乎都不是父母不爱孩子,也不是孩子不敬父母,恰恰相反,每一次伤害都是起源于爱,只是因为使用了不恰当的沟通行为,让孩子曲解了我们的爱心。

但是,只要经过学习与训练,并不断地实践和练习,每一个父母都能掌握一套既能准确地表达自己,又能让孩子接受的方法。这样方法下成长起来的孩子是身心健康的,是自然而然的,是自信独立的,也是充满活力的。

我的女儿12岁了,在相处中我一直在不断地去探索,彼此有太多的收获,也有太多的教训。

孩子从脱离母体切断脐带的那一刻起,生理的成长就开始了。但是孩子心理上的脐带却一直与父母相连着,心理的成长有赖于父母长期的温暖,长期的心灵滋养。

家庭对孩子的培育,通常可以分为两方面:养育和教育。

教育的功能是提高知识与技能,是提高孩子社会年龄的重要方法,可以增强孩子独立生存能力;家庭教育通常需要示范,而不是一味地说教。

养育的功能是提供孩子心灵的养料,这种滋养来自于父母对孩子行为的接纳与允许,是孩子心理健康成长的必要条件。

家庭是让孩子心灵得到休息的港湾,在孩子未成年的时候,家庭的第一功能是养育,而不是教育。孩子的健康成长来自温暖的家庭,家庭养育功能是教育无法替代的。

心理学家指出,当心灵的滋养足够充分时,孩子到12岁就能在心理上割断脐

带。当心灵的养料匮乏时,心理的依赖将会持续到成年,这会使他面临挑战时缺乏创造力,经常处于“无力感”之中。

我们学电脑有电脑学校,学开车有驾驶学校,可我们为人父母,却从来没有上过父母学校,从来没有领取过一本合格父母的执照。

于是,我把父母沟通效能法则引入了沙龙,一下子在父母中引起了轰动,因为它并不像过去的有些课程,只传授一套理论、一个观点,听起来很有道理,而在实际生活中却不知道如何操作。

《孩子和我更贴心——父母亲子沟通八大法则》是一套具体的操作方法,不仅有坚实的理论基础,而且注重实践,要求父母即刻就开始练习。并不是每个人都能一下子做得很好,但这不要紧,你可以再回到沙龙来,不断检讨,不断修正,不断完善,父母之间可以互教互学,分享经验,共同提高。

看到父母们的感激之情溢于言表,严肃的表情变成轻松的笑容,也看到父母与子女对立的关系变得和睦亲切,我突然产生了一种冲动,为何不把沙龙里发生的事写下来,让更多的人从中获益?于是我拿起了笔……

准确地说这不是一本单纯的书,而是一部真实的训练手记。

在这里我要特别感谢许虎光先生,是他不断地付出与努力,亲子沙龙才得以长期开办,也是因为他的建议、鼓励与全力参与,本书才得以完成。他不仅付出了巨大的时间和精力,而且把提高父母沟通效能、改善下一代健康成长的环境、提升中华民族整体素质当成自己的事业。于是,我们做了一个长久的约定,携手创办黄埔教育亲子学堂,联合天下有识之士,为三亿中国儿童的健康成长,尽一份我们这代人应尽的责任,这是时代赋予我们的使命。

同时,我也非常感谢长期以来参加亲子沙龙的朋友们,感谢北京经济广播电台及著名主持人苏明,感谢为亲子事业辛勤工作的助手梁友莉小姐、金怡小姐感谢南京大学出版社为本书的出版发行所做出的努力,感谢我生命中的老师、台湾的许宜铭先生,感谢不断相互鼓励,给我力量的事业伙伴马树强先生,感谢给了我无限的爱和支持的我的太太和女儿……

谨以此书,献给天下期待着和孩子更贴心的父母!

当你决定将拥有孩子,并发誓让他身心健康地成长时,你一定要读这本书。因为,本书是由一群像你一样的父母共同创作的,你将从中了解到与孩子心贴心的沟通原理,你将掌握作为合格父母所必备的沟通方法。

当你已经为人父母,并且已经为孩子付出了很多;当随着时间的推移,你和孩子彼此间的距离却渐行渐远,甚至产生了重大冲突;当你觉得失望、生气,孩子伤心、难过时,你也一定要读这本书。因为书中的每一件事都是我们身边发生的真实故事,你也许能从中看到自己的影子,并获得启迪。

我知道,你确实很爱自己的孩子,当你面对生活中的冲突时,真的不忍心让孩子痛苦,可又找不到恰当的方法与孩子沟通,于是你便一次次选择委屈自己……读完本书,你将了解到如何满足孩子真正的需求,同时又无须委屈自己。

于南京黄埔教育亲子学堂

2003年5月

推荐者的话

让你和孩子更贴心

冯德全

“孩子和我更贴心”这个命题很好，因为只有与孩子更贴心，孩子才有安全感，幸福感，自信感，从而积极上进。将来回报教育者（特别是父母）以无限甜蜜的依赖。

与孩子更贴心，并非是一味满足孩子的要求与欲望，也不是没完没了地亲热与呵护。真正的“更贴心”是要根据孩子不同的年龄特点和不同的心理状况而表现不同的“爱态”，让孩子亲近你，并快乐地生活、学习与进取。

要细心地观察、了解孩子的心理需求，例如他恐惧什么时，你要好好地拥抱、安慰他；当他在陌生环境中害怕、胆怯时，你要快乐地支持和鼓励他；孩子遇到了困难，你要认真地帮助他克服困难；孩子有了任何微小的进步和成功，你都应由衷地赞美和夸奖他，分享他的快乐；而当孩子懒惰、娇气、任性、缺乏自控时，则应给予严肃的批评（有时甚至表现出愤怒），再认真地鼓励、鞭策、帮助孩子

端正行为；当孩子不明白某些道理时，你应该想想，用什么他可以接受的方式（如讲故事、讲伟人的童年生活），耐心说服他而又严格要求他；此外要有较多的时间与孩子一起玩耍和交谈，因为正如“0岁方案”顾问于光远同志所说“人之初性本玩”嘛……总之，更贴心就要洞察孩子的心灵，给他以快乐和力量，使他觉得人间的生活、学习、玩耍的各种努力都有无限的幸福。这样，每个孩子都能慢慢步入快乐而奋进的人生！

父母与孩子更贴心，关键是要有爱心。但真正的爱心是从孩子的心理需要出发而给予感情的乳汁，不是从父母自身需要出发去施予孩子。当父母只是为了满足自身的亲情欲、虚荣心、功利欲望而去爱孩子，或只从自身认识和情绪出发脱离实际地要求孩子时，那就不是“爱心”而是“私心”了。

2003年4月

于武汉大学

冯德全 著名早期教育专家

“0岁方案”创始人

著名早期教育专家

当代早教之父

武汉大学教授