

30 (年教育经历) + 4 (所不同层级的学校) + 20 (年亲子教育) +
46 (个教育尖锐问题) = 100 (分优秀的孩子)

与孩子沟通 就这么简单



手把手教你
简单、高效地
与孩子沟通

朱美霖 著

学会爱孩子——从小事开始

读懂孩子的需求——认知、性格、思维反应、学习效率、受教育方式各有不同

倾听声音——如何做事别慌、避免丢三落四、克服拖延、杜绝“娘化”……

众筹教育正能量——父母、祖辈如何协作、相互支持

告别教育误区——陪读不是陪着读、分数不是唯一、对孩子勇于说“不”……



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

与孩子沟通 就这么简单

朱美霖 著

学会爱孩子——从小事开始

读懂孩子的需求——认知、性格、思维反应、学习效率、受教育方式各有不同

倾听声音——如何做事别慌、避免丢三落四、克服拖延、杜绝“娘化”……

众筹教育正能量——父母、祖辈如何协作、相互支持

告别教育误区——陪读不是陪着读、分数不是唯一、对孩子勇于说“不”……



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

与孩子沟通就这么简单/朱美霖著. —北京: 经济管理出版社, 2015.4
ISBN 978-7-5096-3515-5

I. ①与… II. ①朱… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 279501 号

组稿编辑: 何 蒂

责任编辑: 张巧梅

责任印制: 黄章平

责任校对: 雨 千

出版发行: 经济管理出版社

(北京市海淀区北蜂窝 8 号中雅大厦 A 座 11 层 100038)

网 址: www.E-mp.com.cn

电 话: (010) 51915602

印 刷: 三河市延风印装厂

经 销: 新华书店

开 本: 710mm×1000mm/16

印 张: 18.75

字 数: 257 千字

版 次: 2015 年 4 第 1 版 2015 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5096-3515-5

定 价: 38.00 元

·版权所有 翻印必究·

凡购本社图书, 如有印装错误, 由本社读者服务部负责调换。

联系地址: 北京阜外月坛北小街 2 号

电话: (010) 68022974 邮编: 100836



每一个孩子都是独立的个体，即使是双胞胎也不可能完全一样，所以我们的教育方法不能完全“世袭”、“复制”和“拿来”。教无定法，贵在得法，教育必须要从孩子而非家长的角度，审慎选择最适合自己的教育方法，这种方法是个性的。在现有条件下，最起码可以从家庭教育开始。

近年来屡屡出现像名牌大学的学生遇到一点挫折就“自杀”、有些孩子高考成绩不理想就跳楼、孩子打骂父母的家庭新暴力，还有飙车、飙官现象的愈演愈烈，这些都是教育失败的结果。其病根主要是与孩子的沟通出了问题。为什么会在沟通上出现问题？主要有两方面的原因：一方面，家长在教育过程中一厢情愿地从自己的角度，对孩子采取“世袭”、“复制”和“拿来”的家庭教育方式；另一方面，家长在养育孩子的过程中，常常以“爱”的名义，对孩子包办、绑架、说教……不少家长一听到或者看到某种家庭教育观点，往往不加分析，不管是否适合自己的孩子，“拿来”就用，用后也不管效果如何；还有的家长，天天与孩子生活在一起，却不知道也不想知道孩子的现实状况是怎样的，孩子的心里在想什么，只知道分数是至高无上的。常常是张嘴就“教”，张口就“训”，不讲究方式方法，结果越训越糟，轻者教育无效，重者毁了孩子的一生。





· 与孩子沟通

就这么简单·

据不完全统计, 95%以上成绩好的孩子与父母日常沟通顺畅, 具有良好的亲子关系。有良好的亲子关系也就满足了孩子低层次的心理需求, 满足孩子低层次的需求后, 孩子才会为实现高层次的心理需求而努力。这需要我们家长不但要有科学的家庭教育理念, 还要做到充分了解孩子, 最大限度地读懂孩子, 领会孩子所发出的每一个“信息”, 这样你才知道, 什么语言该对孩子说, 哪些行为不该对孩子做, 哪些教育方式可以“拿来”用在孩子身上, 哪些对自己孩子不合适, 甚至是有害的。

在此基础上, 家长才有可能选取合适的语言与孩子沟通, 才能走进孩子的心灵, 建立良好的亲子关系。此外, 还有一点是家长最容易忽视的, 但却是极其重要的, 那就是家庭环境的优化: 作为家长要善于建立良好的家庭成员之间、家长之间、家长和老师之间的人际关系。这是一个庞大的教育团队, 而教育团队的合力远远大于个体对孩子的教育影响力。做到上面几点, 才会使自己的家庭沟通更趋理性、合适、有效。

笔者师范毕业近 30 年, 一直从事小学教育教学工作, 经历了一轮又一轮的教育教学改革; 换了 4 所小学, 从农村到县城, 从城里普通小学最后到城里的重点小学, 有幸接触了上万名不同的学生; 既从事过数学课的教学, 也主教过综合学科, 曾解决了很多学生在生活、学习中的问题; 加上身为人母, 20 多年教育儿子的经历和对国内外家庭教育问题的关注和研究, 于是乎产生了撰写这本书的冲动。

笔者在教学中善于与家长沟通交流, 每年都与 30 多位家长建立私人关系, 与他们一同面对孩子学习和成长过程中的烦恼, 多年来协助他们处理大大小小 300 多个问题。带着对这些问题的思考, 笔者系统研究了选择理论、人性的弱点、组织行为学和营销学等理论, 将理论与实际教学进行了有机结合。笔者认为与孩子沟通, 既是孩子的心理需要, 也是人性中被重视的弱点的需求, 更是选择理念和选择权的需求, 它还十分契合营销理念, 因此笔者认为家教就要从孩子的天性和心理需要出发, 这样才会使我





们的教育更有人文情怀、更有效，使孩子不只是在教育阶段中受益，而是让他们受益终生。笔者从 2009 年开始搜集资料，其中包括古今中外的资料，尤其对现今英国的教育做了深刻的探讨，最后到分析撰写，共花费了 5 年多时间。

本书中，笔者选取了 100 多个典型案例，其中包括正常家庭孩子的教育常态和非常态现象、特殊群体的个性教育，均对其进行了具体的分析，并做了有针对性的个性沟通策略指导。本书采用故事形式和一些精美恰当的插图，以及黑体字的标注等，便于大家在亦庄亦趣、提纲挈领的文字中阅读理解。这既是一本沟通教育方法之书，又是一本教育理念之书，期盼它能成为家长教育孩子的实用工具和知音伴侣，以及家长不断修炼、提高、完善自身的秘籍宝典。相比其他家教类的书籍，本书有以下几个特点：

● 指导性强。书中使用大量案例故事，不但阐述该怎么做（知其然），又从理论角度阐述了这么做的道理（知其所以然）。其目的是让家长在获得许多家教经验的同时，又随之改变家长的教育理念，不在一时，而是长远受益。

● 需求人群广。书中有近 100 个故事，不但可读性强，内容又涵盖“吃喝拉撒睡”各个方面，涉及智商、情商和逆商各个领域。既有成功的，也有失败的；既有常态的，也有常见教育问题的沟通对策；既有普遍的，也有特殊个性的沟通策略。适合家教成功和不成功各个层面的家长人群。

● 切中要害有抓手。书中第一次提出沟通教育的教育理念，强烈、鲜明、系统地提出家庭教育要从孩子角度出发，同时提出实实在在而非口号式的教育抓手——沟通。书中的每一个章节、每一个教育故事看似联系不大，其实都是沟通教育理念庞大体系的一个具体体现。都将是对原有的家庭教育理念和做法的一次巨大冲击，也逐渐会影响家长以至于整个中国家庭的教育理念，最终被广泛采纳和喜欢。期盼本书早一天出版，能尽可能地减少家庭教育乃至学校、社会、自我教育的弯路，最大限度地减少教





· 与孩子沟通

就这么简单·

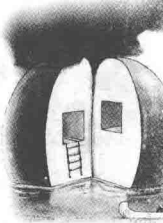
育悲剧的发生。

● 创新且实用。首次将营销理念运用于教育、跨界思维、整合经济和教育观点，提出教育中不只是需要亲子沟通，还要进行家长与老人、家长与老师、孩子与孩子、孩子与老师之间的人际沟通。这往往被家长们忽视，但绝对不能忽视教育团队的人际沟通。本书用案例故事指导怎样适当沟通，这将十分影响孩子的成长。

如果阅读此书的读者——无论是教育经验丰富的家长，还是涉世未深的小学生，抑或是经历过世事风雨的教育工作者、教育研究专家、心理学研究工作者，能因为这本书中的一个案例或一句话有所裨益，那笔者就感到心满意足了。

由于笔者水平有限，书中难免会有不足之处，也恳请读者批评指正。读者可以通过发送电子邮件（zhumq110@126.com）来反馈意见，笔者将在第一时间答复。

朱美霖



第一章 学会爱孩子：有情有效沟通的前提条件 1

你把孩子养活大，还是把孩子精心教育大，这主要决定于你是否会“爱”孩子以及选择“爱”的方式。如果你还是包办、“绑架”、说教，而从不顾及孩子的心理需求、违背人的本性和孩子十几年、二十几年后独立生存的需要，较多地“世袭”、“复制”和“拿来”一些教育方式，这对孩子教育效果不大，甚至无效乃至有“害”。教育孩子的道理和我们扣衣服纽扣一样，如果第一粒纽扣扣不对，其他纽扣也就不会扣对。让我们的教育从学会爱孩子开始，从“吃喝拉撒睡”的生活点滴小事开始吧。

包办不是爱：沟通从点滴小事开始 / 3

“绑架”孩子做选择不是爱：沟通从尊重开始 / 8

说教不是爱：双向互动效果好 / 16

沟通是真爱，善于沟通的孩子有出息 / 24

成功家长是沟通高手 / 30

第二章 读懂孩子需求，沟通顺畅的第一部曲 37

古时候有这样一个故事：一位新媳妇刚嫁到婆家，为了跟婆婆友好相处，她先问问小姑子喜欢吃什么，试试小姑子的口味。因为小姑子跟婆婆生活在一起，她从小姑子的喜好就知道婆婆的需求，这是她与婆婆建立良好人际关系的基础。教育又何尝不是这样呢？要想教育孩子，我们需要先从孩子的认知、性格、学习效率等方面，最广范围地读懂孩子的需求。然后从孩子的角度，绝不是从家长的角度，选择适合自己孩子的，而不是人云亦云的教育方式，这样的教育才可能有情而有效。

读懂认知：孩子的模仿行为要选择 / 39

读懂性格：不同性格，不同沟通 / 44





· 与孩子沟通

就这么简单·

读懂思维反应：让“不聪明”的娃变“聪明” / 51

读懂学习效率：好语言提高学习效率 / 55

读懂受教养方式：别让孩子把自己当局外人 / 60

第三章 倾听声音，捋顺归因：沟通顺畅的第二部曲 73

不同问题有不一样的归因，同一问题归因也不一样，心理的、天性的、性格的、家庭的……我们先要正确归因，然后再与孩子交流，这样就容易、顺畅多了。

磨蹭让孩子苦不堪言 / 75

粗心是毁一生的大事 / 83

淡化孩子的挑食习惯 / 87

“丢三落四”有苦头吃 / 91

走神是学习的头号“杀手” / 94

积极发言是优秀学子的法宝 / 100

“人来疯”的孩子有优点 / 104

孩子，别一味地羡慕别人 / 109

杜绝“娘化”，培养了了不起的男子汉 / 110

我争取比你还行，早日告别嫉妒 / 119

心软“有毒” / 123

让孤僻的孩子合群起来 / 128

别让生活的缺憾成为孩子的永久伤害 / 134

千万别毁了孩子的自尊心 / 151

让孩子正确认识钱的作用 / 154

让孩子生活在“真”环境中 / 160

懂得取舍也是孩子需要学会的 / 166

孩子，做事别慌才好！ / 172

乱发脾气会后悔，要控制冲动情绪 / 176

别让孩子生活在无限期盼中 / 181



第四章 众筹教育正能量：沟通顺畅的第三部曲 191

教育团队包括父母双亲、祖辈、老师、其他伙伴及伙伴家长在内的与孩子生活有较多接触的人。主要是孩子父母、老师以及孩子家庭的其他成员。他们之间建立目的一致、相互支持、协作的教育人际关系，众筹教育正能量，这十分重要，但目前常被多数人忽视。只有满足孩子低一层次的心理需求后，孩子才可能更专注地学习，更有热情地实现人生的价值。

倾听老师，摒弃冲撞 / 193

家长与老人沟通好，形成教养共识 / 200

父母间相互支持、协作是最好的家教 / 206

爷孙辈间也分工 / 213

家长间换位思考换人心 / 220

第五章 告别教育误区：沟通顺畅的第四部无障碍曲 225

在与孩子的接触中，我们时常发现一个不经意的动作或不经意的一句话，对孩子影响很大甚至是影响一辈子。所以，教育孩子的过程也是不断修身，提高、完善自己的过程。很多现象不可忽视，否则会形成沟通障碍，对孩子的健康成长不利。

家教观念误区：教育不能让父亲缺位 / 227

陪读不是陪着读 / 236

问题孩子，重在预防！ / 245

家教目标误区：孩子，进步就好！ / 252

教育不能追求短期效益 / 257

家教内容误区：分数是重要，但不唯一 / 266

让念想成为孩子飞翔的翅膀 / 269

家教方式误区：对孩子勇于说“不” / 273

不欣赏会算计的孩子 / 278

参考文献 / 285

后 记 / 287

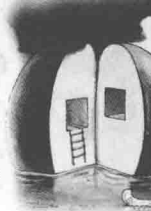


第一章

学会爱孩子： 有情有效沟通的前提条件

你把孩子养活大，还是把孩子精心教育大，这主要决定于你是否会“爱”孩子以及选择“爱”的方式。如果你还是包办、“绑架”、说教，而从不顾及孩子的心理需求、违背人的本性和孩子十几年、二十几年后独立生存的需要，较多地“世袭”、“复制”和“拿来”一些教育方式，这对孩子教育效果不大，甚至无效乃至有“害”。教育孩子的道理和我们扣衣服纽扣一样，如果第一粒纽扣扣不对，其他纽扣也就不會扣对。让我们的教育从学会爱孩子开始，从“吃喝拉撒睡”的生活点滴小事开始吧。

- ◎ 包办不是爱：沟通从点滴小事开始
- ◎ “绑架”孩子做选择不是爱：沟通从尊重开始
- ◎ 说教不是爱：双向互动效果好
- ◎ 沟通是真爱，善于沟通的孩子有出息
- ◎ 成功家长是沟通高手



包办不是爱：沟通从点滴小事开始

从孩子一出生，我们不少家长就喜欢对孩子大包大揽，直到上幼儿园、小学，就连背书包这样的事情，也由家长代劳了。他们认为：“背书包有什么？长大了还有不会背书包的？”“家长能做就替孩子做了，上学也挺辛苦的！”“只要把书读好就行，其他的事你就别管了。”“大家都帮孩子背书包，我也就背了。”这些观点和做法会“废掉”孩子。“吃喝拉撒睡”皆教育，小小的书包里承载着大的责任。想让孩子独立、有责任感、有担当吗？请让孩子从背书包这样的小事开始做起吧。

◎ 身边故事

像下图中，爷爷奶奶或爸爸妈妈替孩子背书包的现象，无论是在城市还是在农村，无论是在幼儿园还是中小学门口，已经是非常“正常”的现象。接孩子时，经常看到下面的情景：一群家长在学校的大门口焦急地等候，放学的铃声一响，家长们蜂拥而上，第一时间卸掉孩子肩上的书包；也有的孩子见到家长，一边叹着怨气，一边理所当然地把书包扔到家长手





里。孩子们手中空空，向前飞奔，家长们拎着书包，像“书童”一样紧随其后，行色匆匆。甚至于连一些做老师的家长，不但替孩子背书包，甚至利用工作之

便，索性把书本、学具放在自己的办公室里，课表压在自己的办公桌下，为的是能让孩子“拿取”方便，一旦忘记带书本、学具等，可以立即“送给”孩子。

现在的孩子就真的脆弱到或辛苦到连书包都背不动吗？其实，这是家长的一种认识误区、教育误区，这样爱孩子会因小失大，最终“废掉”你的孩子。怎样做才是真正爱孩子，这恐怕是家庭教育首先应该思考的问题。

◎ 你知道吗

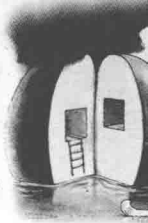
小书包里承载着大责任

责任无处不在，存在于每一个角色。父母养儿育女，老师教书育人，医生救死扶伤……孩子也不例外，背书包就是他的责任。如果因为担心孩子吃苦受累，家长替孩子背书包，恰恰剥夺了孩子承担责任的机会。孩子缺乏承担责任的意识，将来又如何承担起对家庭、集体甚至祖国的责任？他们只知道享受，只知道“啃老”而不是养老，一切以牺牲别人的利益为代价，一切以自我为中心。他们恐怕连自己都管不好，何况是爹娘，又怎能成为社会的栋梁？

替孩子背书包会让孩子缺乏独立精神

家长不重视孩子自己背书包的教育，其根本原因还是家长的教育目标决定家长教育行为的选择，认为孩子只要把书读好，学习成绩好、分数高





就行，其他就“舍不得”、“心疼”、“无所谓”了，家长能包办就包办了。殊不知，家长这一背，也许就背走了孩子的责任感，培养了孩子的依赖思想、特权意识；也许这一背，就剥夺了孩子一次次锻炼的机会；也许这一背，还背走了孩子独立成长的机会，让孩子失去了自理能力、独自生存的能力。上海复旦大学一个上海籍的学生，上大学回家就“迷路了”，最后是由警察把他送回家，据他父母讲这是他第一次单独出远门。孩子终会长大，如果孩子养成不论大事小事都依赖父母、不肯自己动手动脑的坏习惯，当孩子离开大人时会显得惊慌失措，六神无主，不能处理好身边的人和事。父母不可能包办孩子的一生，他们拥有自己的生活、人生，最终靠的不是别人，而是自己。

“吃喝拉撒睡”皆教育，别废掉了孩子

生活自理是孩子走向独立的开端。试想，倘若一个成年人生活不能自理，事事要求助于他人，这称得上独立吗？谈得上强大吗？谈得上自由吗？同理，对于进入自理阶段的孩子，却不能掌握自理的基本技能，或者思想上存在依赖性不愿意自理，他们也不能获得最大限度的自由，不能走向独立。而且，自己的事情由父母代劳会令孩子丧失起码的责任感，没有担当。

有些家长认为：孩子长大了自然就会了。这种观点是极其错误的。良好习惯是从幼年形成的，等孩子长大就难以纠正了。我一个同事的女儿上小学一年级了，每天早上还要等她给孩子穿衣服、喂饭，晚上还要给女儿整理学具……所以，孩子能不能自己的事情自己做，完全取决于家长的态度。如果家长坚持做到孩子能做的绝不插手，不用家长刻意培养和说教，孩子自然会养成自己的事情自己做的习惯。反之，如果家长不放手、不相信孩子，担心孩子吃不好、穿得慢、洗不干净，这也担心那也担心，孩子就无法做到自己的事情自己做了。





◎ 这样沟通好

让孩子自己背书包

孩子的书包究竟由谁来背，这似乎是一件不足挂齿的小事。但是从树立起“自己事情自己做”的观念，对养成孩子自理、自立、自主的意识和能力非常有好处。正所谓“一屋不扫，何以扫天下”，良好的品格，必须从小培养，从一点一滴的小事做起。如果孩子的书包太沉，家长可以引导孩子清理掉一些不是很必要的东西，不要一接孩子就为孩子当“书童”。给孩子一个成长的空间，如果任何事情都是家长代孩子做，小孩子得不到锻炼，那他们永远都是温室里的花朵，经不起风雨。

教育需要“狠狠心”，让孩子能独立、有责任感

我常常想起狐狸的故事，母狐狸在小狐狸长到一定程度后，就毫不犹豫地要把小狐狸逐个“轰”出自己的窝，不再养育。狐狸的这种做法在人类看来，也许比较残忍，可是相比较于那些把孩子从出生后就含在嘴里、捧在手里，打着“为了孩子”的旗号不顾孩子的身心健康，大包大揽的一些父母来说，狐狸的做法显然有远见多了。做父母的人们，不妨借鉴狐狸对后代的做法，“狠狠心”，该放手时及时放手，不要让自己盲目地溺爱扼杀了孩子的健康，葬送了孩子的人生。“吃喝拉撒睡”皆教育，凡属于孩子的事，家长不要越俎代庖，不妨让孩子从自己吃饭、自己整理玩具、自己独立不黏着妈妈睡觉、自己背书包、为父母拿双筷子、递个拖鞋之类的生活小事开始！

儿子上小学一年级啦！开学前，畅畅妈妈抄回了《课程表》。正式上课了，第一周的前两天，畅畅妈妈每天领着孩子，比对着《课程表》，一边帮孩子拿学习用品，一边对孩子说：“先看好妈妈是怎样替你准备书和铅笔的，以后妈妈就不帮你，每天就由你自己做了，你能行吗？”第一天是她带着孩子准备书本学具的；第二天她帮孩子拿课本学具的时候，孩子偶尔



插插嘴、插插手；第三天她就试着让孩子自己做，遇到不确定的地方，就适度帮助；第四天孩子基本上能够脱离她的帮助，在事先没有认识一个汉字的情况下，独自准确无误地拿出学习用品；第五天审核通过，孩子能独立完成这件事了。从此整理书包、准备学具全由孩子自己做。虽然畅畅的妈妈是位老师，而且母子在同一所学校，可是畅畅跟其他小朋友一样，每天都是自己背书包、整理学具，孩子做得很好，整个小学阶段没有被妈妈送过一次学习用品。还有一位家长在谈及背书包、送学习用品这件事情上，他是这样做的：事先与女儿约法三章，每一个学期只给孩子一次送学习用品的机会，即发现学习用品不帶，可以打电话让家长送一次，一次机会用完就再也不送，打电话也没用，说到做到。他的女儿现在上小学五年级了，到现在也只用过一次机会。

再谈谈国外家长的一些做法，我看影片《当幸福来敲门》，男主人公到幼儿园去接儿子，一到幼儿园门口，就对孩子说：“宝贝，爸爸来接你了，请快点收拾书包，我们回去。”要是你，你会怎么做啊？你会不会走进教室帮孩子整理学具呢？从看到这个故事开始，再也别这样做了。再看看其他一些国家的做法：日本的孩子，从小就被分配为父母擦皮鞋，全家外出旅游时要同家长一起背行李，就连3岁的孩子也不例外，要负责拿一个小包。日本孩子的书包自然是自己背的，即使是下雨天，孩子不慎跌倒，父母也不会去搀扶，而是鼓励孩子自己站起来。在美国，孩子大多在1岁半开始自己吃饭，哪怕吃得不好掉一地，甚至饿肚子，家长也绝不放弃。

