

父母

李琳 编著

Fumu Nadian Wei Goutong

那点微沟通

父母明白了孩子心里的想法，才会
知道如何正确教育孩子
孩子明白了父母行为包含的深意，
才会知道如何才能跟父母温馨相处

孩子那点微动作

Haizi Nadian Wei Dongzuo

父母这样做孩子才肯听，
孩子这样做父母才会懂

最中立的角度，最有趣的故事
为你解读父母和孩子内心最真实的想法

山西出版传媒集团
北方文艺出版社

李琳 编著

父母那点微沟通

Fumu Nadian Wei Goutong

孩子那点微动作

Haizi Nadian Wei Dongzuo

山西出版传媒集团
北方文艺出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

父母那点微沟通, 孩子那点微动作 / 李琳编著. —

太原: 北岳文艺出版社, 2013.4

ISBN 978-7-5378-3866-5

I. ①父… II. ①李… III. ①家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第064477号

书 名 父母那点微沟通, 孩子那点微动作

编 著 李 琳

责任编辑 贾江涛

封面设计 李尘工作室

出版发行 山西出版传媒集团·北岳文艺出版社

地 址 山西省太原市并州南路57号

邮 编 030012

电 话 0351-5628696 (营销部)
010-58200905转801 (北京中心发行部)
0351-5628688 (总编办)

传 真 0351-5628680 010-58200905转802

网 址 <http://www.bywy.com>

E-mail bywycbs@163.com

印刷装订 北京紫瑞利印刷有限公司

开 本 710×1000 1/16

字 数 188千字

印 张 15

版 次 2013年4月第1版

印 次 2013年4月北京第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5378-3866-5

定 价 30.00元



如何培养自己的孩子，怎样与孩子畅通无阻地进行沟通交流是每个家庭、每位家长所热切关注的问题，也是无法回避的现实问题。

面对飞速发展的社会，孩子的生活环境与以前相比有了很大的不同，如果身为家长的你仍然用原来自己受教育的模式来教育孩子，肯定不会引起孩子的兴趣和认知感，甚至有可能在孩子的眼里成为唠叨的符号、厌恶的替身。所以，教育孩子的时候，不能使用填鸭式的、空洞的说教，而是应该充分了解孩子的喜好，有一点耐心，倾听孩子的意见；了解孩子的想法，少一点埋怨、责怪甚至惩罚，多一些鼓励；对孩子要做到言而有信，得到孩子的信任，做孩子的好朋友。

为了使您更好地和自己的孩子沟通，更好地打开孩子的心灵之窗，本书给出了以下几种建议：

将心比心：要让孩子自愿说出心里的秘密，我们首先要知道孩子们在想些什么，只有将心比心我们才能站在孩子的立场考虑问题，也才能和孩子更好地沟通。

审时度势：恰当的时候对孩子说最恰当的话。我们都知道在恰当的时间内，孩子们最容易说出自己的心里话，那么就要求我们在日常生活中细心地观察孩子，准确地抓住每一个瞬间来表达我们的想法，只有这样才能对孩子起到教育的作用。

疑惑有解：孩子不听话，父母有办法。不能一味地说教，甚至动手打孩子。脾气不好的家长只能教育出性格有缺陷的孩子。

世上只有不会教育孩子的家长，没有教育不好的孩子。每个孩子都有自

己的个性和生活习惯，但是教育的方式却是可以提供参考和借鉴的。

基于以上出发点，作者通过自己的亲身经历总结与孩子相处中经常出现的种种矛盾与问题，并提出一些解决办法供年轻的父母参考，希望能对读者起到借鉴作用。

教育孩子一直是作为父母的一件大事，尤其是对于那些不听话的孩子，有些父母更是焦头烂额，不知从何做起。有的父母干脆用最为直接最为传统的做法，劈里啪啦打孩子一通，结果孩子还是一如既往，没有起到一点作用。这样的方式有可能成为孩子的阴影，让孩子感觉缺少安全感，缺少家庭的温暖，这种心理甚至会影响到孩子的一生。其实只要方法得当，这些都是完全可以避免的。

为人父母不容易，其实换个角度想想，做孩子也不容易。大人们总是把自己的想法强加给孩子，孩子又不会像我们大人这样辩解。所以很多时候我们真应该站在孩子的角度多考虑一下，学会换位思考，想明白到底怎样做才是真正为孩子着想，为孩子好，使他们更容易接受我们的观点，并按照正确的轨迹健康成长。

父母与孩子间的亲子关系是否良好，亲子沟通技巧发挥了关键作用。良好的亲子沟通能让家庭气氛更和谐，教养子女也变得更轻松。然而，还是有很多父母感叹和孩子难以沟通，或是已经尽力去和孩子“沟通”，但亲子关系还是不太融洽。其实，孩子和大人的沟通方式有所不同，只有父母用心去学习，才能掌握良好的沟通技巧，建立有效的沟通桥梁。

相信孩子做任何事情都是需要过程的，不能用急躁的心态去对待他们出现的任何非正常现象，每个人都会犯错误，更何况孩子呢。所以父母一定要注意沟通的语气和教导的方法，这样才能更有利于孩子养成良好的习惯和品德。

最后，希望年轻的父母能从本书吸取一些宝贵的育子经验，以期在亲子沟通的道路上畅通无阻。

目录

CONTENTS



父母那点微沟通

003 父母应该怎样影响孩子长大

- 孩子不是你的复印件 / 003
- 言谈话语间，你要成为孩子最喜欢的妈妈 / 007
- 别让孩子长大后，越来越不认识你 / 010
- 谁在一边大发抱怨之词 / 013
- 沟通，引导孩子心理的必备武器 / 016
- 给孩子输入智慧的心灵软件 / 020
- 不逼着，孩子也会学习 / 023
- 自始至终，让自己成为孩子的榜样 / 026

029 管好孩子，家长要有哪些睿智行为

- 会问问题的家长，不吃亏 / 029
- 先纠正错，再表达谅解 / 032
- 适时让孩子“占点小便宜” / 035
- 抓住孩子智力开发的黄金期 / 038
- 引导孩子习惯“没有洋娃娃的课堂” / 044
- 孩子需要关心式的和解 / 050
- 让孩子意识到，妈妈是一个需要保护的人 / 056
- 为自己和孩子同时设立目标 / 059
- 转移思路，适当躲开僵局 / 066
- 爸爸妈妈忙，但真的很爱你 / 070
- 不要因为忙于事务而忽视对孩子的关注 / 075

079 调整错误行为，完善和谐亲子关系

- 千万别以许诺的方式欺骗孩子 / 079
- 不要认为孩子什么都不懂，要允许孩子辩解 / 083
- 以宽容的态度对待孩子的自私 / 086
- 用正确的方法对待孩子的粗暴行为 / 089
- 重视对孩子的“苦难教育” / 093
- 孩子本有的乐观不能当肤浅 / 099

102 小行动帮孩子安然度过叛逆期

- 灵活处理孩子的早恋行为 / 102
- 青春期萌动重在疏导 / 108
- 别高估孩子对你的忍耐力 / 113
- 将鼓励言辞持续到永远 / 117
- “放养”未必不放心 / 121
- 帮助孩子开拓眼界，成就国际化视野 / 124

孩子那点微动作

129 看看什么才是孩子成长的必需品

- 想要一个愉快的家庭天地 / 129
- 想和大人一起讲讲喜欢的书 / 133
- 成绩不好，一起探讨 / 136
- 我需要几个真正的偶像 / 139
- 有本事让我管管家 / 142
- 让我一个人出去走走 / 146
- 告诉爸爸妈妈什么是爱 / 149

153 每个孩子都有自己的心理引信

- 我需要爱抚，不需要说教 / 153
- 爸爸说，我是坠落的天之骄子 / 157
- 与孩子建立“心”的联系 / 162
- 千万不要让我在绝望中徘徊 / 166
- 我的成长需要一个和谐的空间 / 169
- 和孩子讲话的目的是什么 / 173
- 谁能帮助我成就健康的孩提心理 / 176

181 孩子的想法，还是他自己讲出来的真实

- 我是女孩子，我的心事爸爸不知道 / 181
- 我是男孩子，我的心事妈妈不懂得 / 185
- 给我的爱，你们有条件吗 / 188
- 别让我觉得你们是毒蛇猛兽般的父母 / 191
- 我们可不可以没有代沟 / 193
- 这些话你说过吗 / 196
- 小心别因你，让未成年的我有了暴力倾向 / 199

202 孩子的意见，父母应该给予尊重

- 不喜欢的事情为什么一定要我去做 / 202
- 我来到这个世界，不是为了你们没完成的心愿 / 206
- 我为什么不能多玩一会儿 / 210
- 不要把我反锁在家里 / 214
- 你们的脸上能有点别的表情吗 / 218
- 我不是你们发泄的工具 / 221
- 我说的事，你们能不能认真地考虑一下 / 224
- 我只想做我想做的那类人 / 227



父母那点微沟通



父母应该怎样影响孩子长大

✿孩子不是你的复印件✿

相信父母们都有这样的感受，想让孩子长大，又舍不得他们长大，害怕孩子长大独立后与我们分离，于是希望他们永远被保护在我们的羽翼下。当孩子从嗷嗷待哺到长大成人时，父母们会欣慰，同时也会不舍，望向孩子的眼神就会越来越焦虑。为了“享受”孩子对自己的需要，父母们对孩子的任何事情都是全权打点，小到削铅笔、洗衣服，大到填报志愿，都要大包大揽。这样的结果如何呢？让我们来看小林在妈妈“宠爱”之下会怎么样呢？

“妈，我吃一根香蕉行吗？”小林问妈妈。

“你这孩子怎么这样？香蕉是咱们家的，想吃就自己拿，非问我行不行，是想要我帮你拿吗？”妈妈一听小林又为这种小事“请示”就来气。

在家里，像这种事情小林每次都小心翼翼地问妈妈，其他的大事，没有家长的允许，她根本不会去做，甚至连想都不想，如果妈妈哪天不在家，小林就不知道自己应该怎么过。



父母那点微沟通，孩子那点微动作

有一天，妈妈和小林有一段很有意思的对话。“小林，你为什么上学？”“你们让我上，我就上了，我也说不好。”“那你今后想做什么？”“我不知道，你们说呢，你们让我干什么我就干什么。”“那你说说看，你有什么特长和爱好？”“我也不知道。”妈妈看小林难受的样子，就不再说什么了。这孩子，说老实，真老实；说听话，真听话；说省心，真省心。可他就是一点也没有自己的主见。不过小林的妈妈很快说服了自己，孩子还小，什么事都有父母，自己好好学习就行了，别的事，先别管吧。真要什么事情都让孩子操心，要父母干什么？孩子大了，参加工作，结婚了，肯定就会自己操心了，现在我们多替孩子想，多替孩子做，应该的。小林的妈妈安慰自己。

案例中的妈妈对小林一切都包办代替，孩子在生活中已经没有了自己的主见和思想，成为了父母的“复印件”，客观上剥夺了孩子成长的权利。孩子在这种疼爱下永远长不大，而一个永远长不大的孩子怎么能在激烈的社会竞争中生存和发展呢？

孩子长大的过程中，会经历两个性格独立发展期，第一个是两岁的时候，第二个是十二三岁的时候。这两个时期的发展非常关键，想让您的孩子更好地生活，父母们就应该帮助孩子向外独立去探索，越爱孩子就越不能让他温室里躲避风雨的侵袭。在这两个时期，父母对孩子需要有更大的耐心，允许和鼓励孩子走出家庭的小世界，只有深深扎根在生活的土壤里，把成长的权利还给他们，帮助他们成长，孩子的未来才能绽放得更加璀璨夺目！

还有的父母，喜欢把自己今生无法实现的梦想全部加给孩子，父母当年

想当作家、诗人、画家、音乐家，由于种种原因，没有如愿。这终身的遗憾想在下一代身上去弥补，去实现，不管孩子愿不愿意，有没有兴趣，自作主张安排孩子的人生路。这会让孩子感到痛苦和压抑，一生都无法过得开心。为了避免出现这样的状况，家长在平时可以注意以下两点：

一、不要过分对孩子“慈爱”

很多时候，父亲一直扮演坏人的角色，他像凶猛的狮子一样，对孩子的错误严加惩罚。不管是贪玩忘记写作业还是忘记跟邻居打招呼，父亲要么用严厉的眼神盯着孩子，要么用沉闷的声音指出孩子的不对。孩子的妈妈有时无法做到果断和坚决，这个时候，就需要父亲们用“爷们”的力量，“残忍”地让孩子学会独立自主地面对生活中的苦难和挫折。对孩子无原则的慈爱，容易滋生孩子唯我独尊的心理，就像温室里的花朵经不起风雨一样。

小飞的爸爸在他一岁半的时候就不给他喂饭了，爸爸为小飞准备了一张单独的小桌子，每次吃饭的时候放上小勺和小碗，让他自己吃。刚开始的时候，小飞很不习惯，把桌子和自己的衣服都弄得脏兮兮的，小飞的爸爸替他擦干净后接着让孩子自己吃。这样过了很长一段时间，孩子还是会把饭粒撒得满地都是，小飞的爸爸想，可能是孩子知道有爸爸给他擦，所以吃饭不注意。于是，小飞的爸爸不再给他擦了，而是把餐巾纸递给孩子，让孩子自己擦。现在，只要小飞吃东西，他都会自觉地拿好纸巾，弄脏了就小心翼翼地擦掉，有一次，家里的餐巾纸没有了，爸爸对小飞说：“宝贝，今天我们家没有餐巾纸了，你吃饭注意一点，不要撒了哦！”孩子朝爸爸眨眼睛，点了点头。那次，小飞真的一点都没撒，吃完饭还拉着



父母那点微沟通，孩子那点微动作

爸爸看他的桌子，一脸骄傲和自豪。

其实，让孩子自己吃饭并不是容易的事，开始孩子闹，不愿意自己吃，但是孩子要成长，必须自己自立。聪明的你，一定知道教育孩子最重要的是让孩子成为一个独立的人，只有这样，当孩子有一天真正离开父母的时候，你才能放下心来，因为你已经给了他独立自主的性格，他可以独当一面了。

二、不要将自己无法实现的梦想强加给孩子

有的父母经常把这样的话挂在嘴边，“唉，爸爸这辈子算是完了，就看你的了。”这些父母一味地要求孩子成为什么样的人。在这种环境下成长的孩子往往既不会表达愤怒，也不怎么会表达爱，会经常压抑自己的愤怒和感情，习惯于以别人的标准要求自己。他们不敢和妈妈做直接的交流，因为在交流之前就已经在脑海里出现了妈妈勃然大怒的形象。就是这样轻而易举地，妈妈对孩子实施了精神控制，或者说是精神奴役。常说这句话的妈妈们的请好好反思一下，“都是为你好”真的是为孩子好吗？

【建言献策】

自己动手，不依赖别人，孩子的事情让孩子自己去做。有时候要把孩子的故意撒娇行为忽视掉，该狠的时候就得狠，不要只想着如何去帮孩子。你要相信，没有你的帮忙，孩子照样可以做得很好。

❀言谈话语间，你要成为孩子最喜欢的妈妈❀

好妈妈不是天生的，做一个孩子喜欢的好妈妈需要在时间、精力和心思上付出很多。从言谈举止开始，做个好妈妈，这也是一段良好亲子关系的开端。孩子是一本无字的书。随着岁月的流逝，这本书上慢慢写上了多彩的字。妈妈们每天翻动着它，在与孩子共同成长的过程中，逐步加深对孩子的了解。孩子的成长变化永无止境，妈妈对孩子的认识也要不断更新，这是对好妈妈们的基本要求。好妈妈是学出来的，不是天生的，尽管女性都有母性情怀，但是在养育孩子这件事情上，没有哪位妈妈是天才，只有不断完善自己的育儿知识和教育方式，才能真正成为一个好妈妈，成为一个合格的妈妈。

怎样从言谈话语间成为孩子最喜欢的妈妈呢？我们从孩子的需要出发，给妈妈们提供了以下三条建议：

一、好妈妈在言谈话语中正确地教会孩子做事

孩子对外界有着强烈的渴求了解的欲望。对孩子来说，母亲就是孩子的第一所学校，对于如何在言谈话语中正确地教会孩子做事，有两点很重要：第一是采用能引起孩子兴趣的方法，第二是正确地告诉孩子做事情的原因。只有把这两点时刻挂在心里，孩子才会如妈妈一样知书达理。我们来看看小兰的妈妈是如何教会她与人打招呼的。

小兰的妈妈带着小兰一块儿去超市买东西，妈妈在停车场停好



父母那点微沟通，孩子那点微动作

车，下车后遇到了同事张先生。妈妈下车的时候主动和张先生打招呼，张先生也笑着和妈妈打招呼。妈妈对小兰说：“打个招呼，能让双方心情都愉快，刚才跟张先生说几句，妈妈就觉得很开心。如果以后遇到咱们的邻居、你的老师以及同学，我们和他打招呼，不但能够拉近彼此之间的关系，别人也会认为咱们小兰是个讲礼貌的好孩子。”

二、好妈妈在言谈话语中尊重孩子

孩子都渴求尊重和平等。孩子最不能伤害的就是自尊，自尊是一个人的立足根本，无论多小的孩子，都需要自尊，需要妈妈的尊重。妈妈要把孩子当成个有感情、有羞耻心的活生生的人，而不是像宠物一样，想玩就玩，想逗就逗，不尊重孩子的独立人格。只有孩子从小受到尊重，才会尊重妈妈，尊重别人。另外，对尊重的渴求也就是对平等的渴求，孩子希望受到妈妈平等的对待，成为和妈妈一样受尊重的人。

三、好妈妈在言谈话语中对孩子表示理解

妈妈的爱抚、拥抱、摇动等亲昵举动是孩子在孩童时代健康成长的必需品，因为孩子很容易从肢体语言中体会到被爱。随着孩子的慢慢长大他们开始有了自己的意见与看法，有了自己的朋友与世界，有了自己的喜好与语言。这时候不要以为孩子已经是大人了，可以独立去面对一切，他们毕竟社会经验不足，有些情绪不懂得处理，有些事情不知道如何面对，需要被聆听，需要被了解、被接纳。这个时候对他们多一些关怀、理解，能使他们知道妈妈爱他们，也能让他们进一步加深与妈妈的感情联系。



【建言献策】

其实孩子最喜欢的妈妈，一定是做孩子的好朋友的妈妈，尤其是现在的独生子女，他们的孤独心理比任何一代人都强烈，所以，他们求友的欲望比任何一代人都迫切。好妈妈应该成为孩子的好朋友，和他交流分享，让孩子时刻拥有朋友的陪伴，赶走他的孤独。