

♥ 好爸好妈分享系列 ♥

荀子说：“人不能生而无群。”



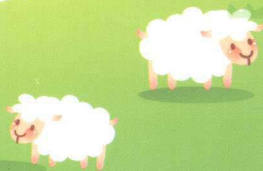
让孩子成为 社交小达人

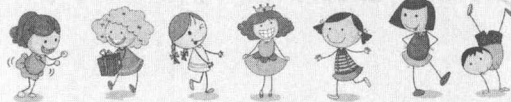
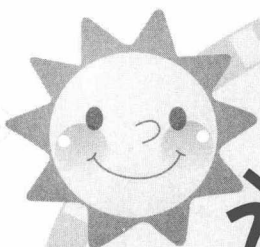
路建立◎编著

小学版

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 PUBLISHING HOUSE





让孩子成为 社交小达人

路建立◎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 (小学版) / 路建立编著

北京: 中国经济出版社, 2013. 3

ISBN 978 - 7 - 5136 - 2191 - 5

I. ①让… II. ①路… III. ①人际关系—少儿读物 IV. ①C912.1 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 297070 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 任燕飞装帧设计工作室

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 15.75
字 数 214 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 - 2191 - 5/G · 1945
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♥

社交就是与人相处以及交朋友的能力。它好比一面镜子,能够折射出一个人的才能和智慧;它可以帮助一个人改变自身的命运,甚至决定一个人一生的成败。可以说,良好的人际关系是人生成功的最大资本和最宝贵的资源!

正处在成长关键期的小学生们,如果能够与他人和睦相处,拥有更多的好朋友,那么他长大后就能够成为一个受欢迎的人。

遗憾的是,现在很多家长对于孩子的社交能力还没有足够重视,也因此导致大多数孩子存在一定的社交障碍。北京某三甲医院对北京市 1000 多名中小學生进行的调查表明,在学生中曾出现社交恐惧症状者高达 80%,其中严重者占 1.4%。

由于害怕和回避社交,那些有此类症状的孩子们,其正常的学习和生活都受到了或大或小的影响。相对于社交能力强的孩子,他们学习社会技能的机会减少,人际交往能力下降,从而产生孤独、自闭等不良心理。毫无疑问,社交障碍已经成为阻碍青少年正常成长的一大问题,会深深影响他们今后的健康发展。

导致这一结果的原因,除了家庭教育没有跟上之外,和我们的客观环境也不无关系。本书编者注意到,现在大多数家庭教育的情况是,在孩子上学前,家长意识到社交对于孩子的重要性,于是总想培养出所谓的“社交小达人”、“人气宝宝”,其实这样很容易给孩子和家长造成一定的压力。而到了



小学直至中学后,成绩压倒一切,交往能力就逐渐被忽视了。待孩子上了大学,他们会发现自己要补上落下这么多年的社交课很难。

也正是基于此,我们特别编写了这套教导中小学生懂社交、善社交的图书。希望家长们能够在重视孩子学习的同时重视孩子的社交技能,让你的孩子无论在哪个阶段,都能够成为充分掌握社交技巧的真正意义上的“社交达人”。

其实,只要家长掌握一些方法和技巧,那么即使你的孩子内向、“不合群”,你也可以帮助他融入集体,成为一个受人欢迎和受人尊重的好孩子。在这一点上,中国的父母应多向西方的父母学习,学习他们敢于放手而不是把孩子紧紧拢在怀里的做法。我们更应该相信孩子,他们有能力适应群体生活,有能力为自己创造一个和谐的人际交往环境。

在本书中,编者针对小学阶段孩子们的心理特征、个性特征、交往特征等突出的几个方面,分别从亲子交往、与客人交往、与同学交往、与知心朋友交往、与老师交往、与陌生人交往及在交往中存在的一些小问题、小毛病展开叙述,涵盖范围全面、重点突出。希望能够帮助家长们掌握培养孩子社交技能的方法和技巧,让您不必再为孩子的社交而担忧!



第1章 ONE

引导孩子与家庭成员和睦相处

有一句古话叫作：“以教人者教己。”意思是用教育别人的言行先来教育自己，也就是我们现在常说的言传身教。

在孩子漫长的成长过程当中，作为父母不仅是他接触到的第一人，而且是他幼年和少年时期最重要的伴随者。要想让孩子拥有一个良好的心理状态和精神面貌，以便更好地投入到社会交往之中，父母就要从自身做起，引导孩子与家庭成员和睦相处，共同创造一个充满爱与温情的家庭环境。

1. 树立榜样——家长先学会和孩子交朋友/3
2. 相互尊重——请蹲下来和你的孩子平等对话/6
3. 多一些沟通——别让孩子和你“没话说”/10
4. 停止唠叨——不做“唐僧”式家长/13
5. 允许犯错——让孩子在错误中成长/18
6. 不打骂——用拳头“说话”的父母是最失败的/21
7. 温和有礼——争吵是最糟糕的解决问题的办法/24
8. 拒绝任性——让孩子知道，“我”不是一切/28
9. 有爱宝贝——让孩子懂得礼让兄弟姐妹/32
10. 家有“刺”娃——给孩子为自己解释的机会/34
11. 适度放手——不要吝啬我们的信任/38
12. 感恩之心——让孩子从小知道孝敬父母/41

第2章 TWO

培养在客人面前不失礼的好孩子

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。”

什么样的孩子容易和别人合得来呢？最为关键的一点就是具备待人接物的社交技能。要想提高这方面的技能，就需要父母有意识地培养孩子这方面的能力，让他成为一个热情懂事的小主人。

1. 热情周到——欢迎客人的到来/47
2. 主人风范——让孩子做个快乐的小主人/49
3. 及早提醒——告诉孩子家庭聚会时的礼仪细节/52
4. 闭上小嘴巴——大人说话，孩子如何不插嘴/55
5. 学会聆听——让孩子认真倾听客人的谈话/58
6. 善待小客人——引导孩子懂得礼让小客人/60
7. 不做“人来疯”——淘气的孩子要收敛/63
8. 善始也善终——教孩子懂得送客的礼节/65

第3章

THREE

小学同学也可以“相亲相爱”

荀子说：“人不能生而无群。”现代人也说：“千里难寻是朋友，朋友多了路好走。”良好的人际关系本身是人们快乐的一部分。和成人一样，小学生也是需要朋友的，甚至比成人更需要朋友。

可以说，和同学“相亲相爱”是孩子的一种社会性的需要。而放眼未来，不管是社会中，还是工作和生活中，人与人相处的能力会变得越来越重要。

所以，父母需要注重孩子交际能力的培养，千万不要让他成为孤独的“小刺猬”。

1. 尊重他人——每个人都有被尊重的渴望/71
2. 助人为乐——体现孩子的友善品质/74
3. 讲礼貌——无礼的孩子招人烦/77
4. 不说脏话——粗言俗语会让人远离/80
5. 夸赞别人——谁都爱听好听话，别吝惜赞美/82
6. 表示感谢——感激需要表达，让孩子说出谢意/85
7. 幽默风趣——同学们更喜欢创造快乐的人/88
8. 凡事好商量——不要用吵架来解决矛盾/91
9. 拒当“受气包”——为什么受伤的总是我/95

10. 学会婉拒——礼貌地对别人说“不”/98
11. 不专横——唯我独尊会让自己失去“民”心/100
12. “古惑仔”——容易让孩子“众叛亲离”/103
13. 异性交往——相信“距离产生美”/106
14. 同性相依——这样的友情正常吗？/109

第4章 FOUR

帮孩子交几个知心好友

“交朋友”看起来简单,但实际上却是件很复杂的事。即使小学生们也不例外。要想拥有和谐的人际关系,多有一些知心好友,就需要他们花时间学习、经营和维持。而孩子如果出现人际交往方面的障碍,往往不是单一因素造成的。

所以,父母务必做个有心人,为孩子努力创设各种交往的机会,并给予耐心的指导,以此来培养孩子的交往能力。

1. 近朱者赤——教孩子如何选择朋友/115
2. 走出自闭——让孩子在广阔的世界飞翔/118
3. 诚实守信——孩子一生最好的通行证/121
4. 学会“双赢”——合作意识是成功的“软基础”/125
5. 懂得分享——为孩子的人际关系搭建桥梁/128
6. 换位思考——教孩子学会站在朋友的立场想问题/131
7. 远离嫉妒——嫉妒心理只会让孩子孤立无援/134
8. 洁身自爱——严格要求自己才会得到别人的欣赏/137
9. 宽容——练就孩子非凡的气度/140
10. 热情——每个人都渴望温暖和友爱/143
11. 应对选择性缄默——让孩子成为交流的中心/146

第5章 FIVE

打破孩子与老师之间的沟通壁垒

老师被称为人类灵魂的工程师,是给我们传道授业解惑的人。古人就有尊师重道的训诫。时至今日,老师依然是受人尊敬的职业。毋庸置疑,良好的师生关系对于教学效果所产生的作用是巨大的。只有老师和学生之间建立起相互理解、信任、友好的心理关



系,才会使教育教学效果得以提升。

1. 不想和老师说话——与老师沟通没那么难/151
2. 你说东我偏往西——有的孩子为何喜欢与老师对着干? /154
3. 化解误会——你凭什么训我,我没作弊! /157
4. 心有千千结——很想和老师做朋友,但却做不到/160
5. 老师“偏心”——老师喜欢别人不喜欢自己/163
6. 畏惧心理——我不敢直视老师的眼睛/166
7. 害怕被提问——千万别叫我回答问题/169
8. 把握分寸——向老师提意见要考虑周全/172

第6章 面对陌生人的交往技巧

SIX

著名教育家斯宾塞说过:“那些不良的举止,和不礼貌不文明的行为,不但对孩子自身发展不利,而且也会严重危害孩子的品性。”

随着孩子的逐渐成长,会有越来越多的机会和陌生人交往。父母要让孩子知道,彬彬有礼的风度就好比促成人际交往的“黏合剂”和“润滑油”,它能用自己特有的力量,使其与陌生人之间的交往更加顺利融洽。

1. 自我介绍——让孩子亮出第一张“名片”/177
2. 恰当称呼——给别人良好的第一印象/180
3. 记住名字——交谈中最好的“赞美”/182
4. 彬彬有礼——教导孩子要善待新同学/185
5. 电话交流——让孩子学会接打电话的礼仪/187
6. 注重内在——看人不要只看外表/189
7. 自我保护——不要跟着“感觉”走/192
8. 勿泄隐私——不要随意暴露关于家庭的信息/195

第7章

化解孩子社交中的小毛病

SEVEN

每一位家长都希望自己的孩子能够顺顺利利地成长为一个“社交达人”。可是,事实往往难遂人愿。孩子总是存在这样或者那样有碍于良好人际关系形成的“障碍物”。对

此,父母们需要多做一些努力,帮助孩子化解社交中的小毛病,让孩子能够充分而愉悦地融入到人际交往中。

1. 腼腆——孩子融入群体的“绊脚石”/201
2. 自卑——难让孩子收获友情/204
3. 社交恐惧——帮孩子摆脱心灵的枷锁/207
4. 暴力——好孩子动口不动手/210
5. 小心眼——她以前得罪过我/212
6. 乱猜忌——不相疑才能长相知/216
7. “吝啬鬼”——自私自利让孩子失去朋友/219
8. 太冷漠——爱心是父母给孩子一生的礼物/221
9. 爱攀比——没有谁处处都比别人强/224
10. 报复心强——以牙还牙只会失去友谊/227
11. 骄傲——谦虚的孩子有教养/230
12. 起外号——让孩子远离良师益友/232
13. 太过随便——玩笑不可以随便开/235
14. 过分迁就——友谊不是迁就就能换来的/238

第1章 ONE

引导孩子与家庭成员和睦相处

有一句古话叫作：“以教人者教己。”意思是用教育别人的言行先来教育自己，也就是我们现在常说的言传身教。

在孩子漫长的成长过程当中，作为父母不仅是他接触到的第一人，而且是他幼年和少年时期最重要的伴随者。要想让孩子拥有一个良好的心理状态和精神面貌，以便更好地投入到社会交往之中，父母就要从自身做起，引导孩子与家庭成员和睦相处，共同创造一个充满爱与温情的家庭环境。



树立榜样

——家长先学会和孩子交朋友

古人说：“同道为朋，同志为友。”也就是说，交友要做到同声相和、同气相求。朋友是一切人伦的基础，因为无论是父子、夫妇或是兄弟之中，都会有着友谊的存在，“友”字有“爱”的意思，无爱不成友，无爱也就不成父子、夫妇和兄弟。

可是反观我们的现实生活，在我们陪伴和教育孩子的过程中，有多少父母做到了和孩子交朋友这一点？我们常希望孩子能够与周围的人相处融洽，获得宝贵的友谊，可自己却没有在这方面为孩子做出榜样，是不是应该反思一下呢？

其实，要想让孩子学会与人交往，成为一个有人缘、有魅力的“社交达人”，并没有那么困难。父母只要放下架子，和孩子做朋友，那么情况就会大不一样。

有一个幸福的家庭，夫妇二人和一个聪明漂亮的宝贝女儿。有一次，晚饭后一家人在小区里散步的时候，爸爸妈妈给女儿讲起了自己小时候在农村生活时和小伙伴追逐嬉戏、尽情玩耍的经历。妈妈说：“你现在生活在大城市里，周围有那么多同学和小伙伴，又有各式各样的游乐设施，你们多幸福呀！”

这位妈妈原本希望得到女儿的赞同，认识到自己是“有诸多好同学和好伙伴”，感受到自己是“幸福的”，可没想到，女儿听完自己的话，竟然低声说了句：“并不像你所说的那样，我没有什么好朋友，而且我也感觉不到幸福。我



倒是非常羡慕你们,有那么多好朋友一起玩耍。”

女儿的回答让爸爸妈妈大吃一惊,他们认为,女儿的情况应该如他们所想的那样才对,可没想到,她居然羡慕爸爸妈妈小时候,而且还说自己不幸福。

于是,爸爸妈妈赶紧停下脚步,蹲下来问女儿为什么。这时,女儿已经小声哭泣起来。在妈妈的追问下,女儿才说了一句话:“你们都不关心我,我感到很孤单,很不快乐,同学和小伙伴也都不愿意和我玩。”

听女儿这么一说,爸爸妈妈感到非常震撼。他们开始检讨自己,反思自己。的确,由于平时都忙于各自的工作,除了照顾孩子的一日三餐饮食起居之外,很少和她谈心。作为父母,他们并不真正了解孩子内心在想什么,也不清楚孩子为什么不开心。每天女儿回家后要么看电视,要么做作业,他们则完全忽视了她的情感世界……



专家来分析

孩子在最初时最愿交的朋友就是自己的爸爸妈妈,如果孩子没有和爸爸妈妈成为好朋友,那么他的内心就会缺乏安全感,这对他和周围同学及伙伴们的交往是非常不利的。

如果在孩子心中,只把父母当成是提供衣食住行的人,根本就不把父母当成自己的朋友,孩子还很容易在遇到所谓的“哥们”般的不良同伴时,误入歧途。

可是,由于传统观念的影响,很多父母在孩子面前常常以“家长”的姿态出现。他们很少过问孩子的想法和感受,谈话也多用命令式的口气。在这样的家庭氛围中,孩子总处于一种屈从被动的地位,没有自由发言权,更谈不上相互沟通了。这些父母不知道,其实孩子最喜欢的是父母能像朋友那样和他相处,用朋友的谈话方式和他讨论问题,而不再是一派“家长”作风。

其实,只有做孩子的朋友,才可以让他内心放松,使其能以更好的状

态投入到日常社交和学习中去。所以,对待孩子不要总以家长的身份自居,要试着去做他的朋友,像朋友一样引导他,做他生命中永不熄灭的灯塔;像朋友一样帮助他,使他变得自立而坚强;像朋友一样支持他,让他知道父母永远是他坚强的后盾;像朋友一样相信他,将自信播种在他幼小的心田。

总之,父母只有与孩子同步成长,走进孩子的心灵,做孩子的知心朋友,孩子才会拥有良好的心理状态,才能交到真正的好朋友。



家长如此做

1. 和孩子说话时,请蹲下来

每个孩子都是一个独立的个体,尤其对于成长迅速的小学生来说,他们的个体独立意识尤其强烈,他们有自己的思想、人格和尊严,我们要做的,就是给予他们平等和尊重。

所以,当和孩子说话的时候,请蹲下来,这样才会让孩子感受到你和他平等地交流。这就好比一个管道里的水,只有两边高度相当,水才可以在里面来回流动。倘若一头高一头低,水就只能向一个方向流动。父母和孩子的交流也是这样的道理。

2. 利用网络和孩子交流

其实,只要找到孩子感兴趣的话题,他们是很乐意和父母交流的。一般来说,小学阶段的孩子,社交能力开始发展,这时,父母应该与孩子多聊聊他的同学、朋友等。现代网络发达,父母不妨把孩子加为自己的QQ好友,或者给孩子发发电子邮件,增加彼此之间沟通的渠道,增进亲子之间的感情。

3. 做孩子的玩耍伙伴

现在多数家庭都是独生子女,孩子们缺少兄弟姐妹一起玩耍。其实,父母也同样可以做孩子的玩伴。当孩子从父母身上体会到朋友一般的感觉时,他才更容易把彼此相处的状态和技巧应用于与其他孩子的交往。

换句话说,父母要主动和孩子打成一片,而不是端起架子,做“高高在



上”的长辈。平日里,父母还可以学学孩子,了解一下当下“红”明星、青少年的偶像、新的电脑游戏等。这样,在和孩子相处的过程中,就会多一些话题,也就更容易拉近和孩子的距离,让孩子知道,爸爸妈妈很在乎他的。

4. 做一个敢于承认错误的家长

有名古话:“人在河边走,哪有不湿鞋。”只要是人都有犯错的时候,大人也不例外。

父母常常教育我们子女,要勇于承认错误,然而,我们父母却常常碍于面子,利用自己的权威将错误掩饰。这样的结果,将会导致孩子的叛逆心理。更甚者,导致孩子是非不分。所以,我们不要把父母的权威当成“争辩”取胜的法宝。学会和你的孩子说“对不起”也是我们的必修课。



相互尊重

——请蹲下来和你的孩子平等对话

“人生而平等”,这是儒家推崇的观点。在父母对待孩子的问题上,往往家长秉持一种“我是老子听我的”的思想,总是以一个权威者的身份出现,孩子则会被父母当作理所当然的倾听者。

要知道,孩子也是一个大写的“人”,他的生命虽然是父母给的,但他是作为一个独立的个体存在于这个世界上的,他不是父母的影子,可以任由父母摆布。再者说,如果父母总用一种“老子”心态来对付孩子,那么孩子的心里势必会产生不平衡,要么甘于忍受这种不平等,形成懦弱、胆怯的性格;要么采取报复的方式在其周围接触到的伙伴身上展现出来,比如欺压别人、实施暴力等。

显然,这些都是孩子不良性格和行为的体现,也是父母们不想看到的结

果。所以，父母们一定要放下家长的身份，和孩子平等地交流。这样做，你或许会发现，实际效果比以前好很多！

聪聪的父母一直注重和孩子之间的平等关系，在处理任何事情上，他们都尽量尊重聪聪，不会轻易指责孩子。

一个周末的傍晚，聪聪在厨房里帮妈妈干活，他一会帮妈妈擀饺子皮，一会帮妈妈递铲子。饭菜快做好的时候，他主动提出帮妈妈拿盘子。由于放盘子的架子对聪聪来说有些高，妈妈便没答应让他去拿。但是聪聪一心想做这件事，并且他认为自己能够做到。

然而，就在聪聪好不容易拿到一个盘子后，一不小心让其他的盘子全都打翻在地上，摔碎了。

妈妈见此情景，有些恼火，对聪聪说道：“你怎么这么不听话，我不让你去拿你偏去拿，这下盘子摔了，你看怎么办吧？”

正在这时，听到厨房里如此大响动的爸爸走了进来。当爸爸看到地上摔碎的盘子，还有儿子及妻子的表情，就知道是怎么回事了。只见聪聪不知所措地站在那里，聪聪爸爸赶紧示意妻子不要再责骂孩子，然后对儿子说：“我们的宝贝儿子真勤劳，懂得帮妈妈做家务了。”这时候，聪聪的妈妈也意识到自己刚才情绪有点激动，说出的话有点重了，连忙说：“是啊，聪聪帮了我很多忙，不然我得多忙一会了。”

听了爸爸妈妈的话，聪聪终于恢复了笑容，摆脱了尴尬的处境。然后和爸爸妈妈一起收拾好地上的盘子碎片，继续帮妈妈忙碌起来。



专家来分析

孩子是活生生的独立个体，家长和他是平等的。作为父母，我们不可把孩子看作是自己的私有财产，而应该多和孩子做平等的交流，多了解孩子内心的想法。只有做到这两点，才是真正的尊重孩子，才能够真正帮助孩子健