



[韩] 申宜真 著 金哲 译

优秀父母 决定孩子 一生的对话法



韩国第一母亲的育儿心得

曾创下韩国图书销量排行 第一的亲子教育书

与子女维持“像朋友一样的关系”的首要条件是什么？

彼此尊重和亲密的谈话是建立平等关系的关键

请父母们彻底摆脱我们所作行为

都是为孩子的前途着想的偏见



中国轻工业出版社



[韩] 申宜真 著 金哲 译

优秀父母 决定孩子 一生的对话法



韩国第一母亲的育儿心得

曾创下韩国图书销量排行 第一的亲子教育书

与子女维持“像朋友一样的关系”的首要条件是什么？

彼此尊重和亲密的谈话是建立平等关系的关键

请父母们彻底摆脱我们所作行为

都是为孩子的前途着想的偏见



中国轻工业出版社

父母必须牢记的对话法则

“理解的对话和 传递价值的对话 以80:20去进行吧”



你想成为什么样的父母

99%的父母最容易产生3种偏见

对话存在障碍的5种父母类型

摆脱传统的教育观念

如今再也没有“严父慈母”的说法

抛弃瞬间改变孩子的想法

选择适合孩子的对话法

从对话中也可以培养孩子的素质

 经典文库

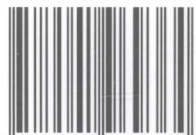
请所有父母谨记——

真正幸福的孩子必须与父母有温馨的对话！

激发孩子的潜能！

上架建议：家庭教育

ISBN 978-7-5019-6936-4



9 787501 969364 >

定价：22.00元



优秀父母 决定孩子 一生的对话法

〔韩〕申宜真 著 金哲 译



 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

优秀父母决定孩子一生的对话法/(韩)申宜真著;金哲译.
北京:中国轻工业出版社,2009.6
(金牌父母系列)
ISBN 978-7-5019-6936-4

I. 优… II. ①申…②金… III. 青少年教育:家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第057091号

Communication Skills for Wise Parents
Written by Shin Eui-jin (申宜真)
Original copyright © 2005 Random House Korea Inc.
All rights reserved

No part of this book may be used reproduced in any manner
whatever without written permission except
in the case of brief quotations embodied in critical articles or reviews.

Original Korean edition published by Random House Korea Inc.
Chinese Translation Copyright © 2009 by China Light Industry Press
Chinese traditional edition is published by arrangement with Random House Korea Inc.
through M. J. Agency Co., Ltd.

责任编辑:赵强 责任终审:张乃柬 装帧设计:刘微
策划编辑:赵强 责任校对:李靖 责任监印:马金路
设计制作:北京灵思舞意平面设计有限公司

出版发行:中国轻工业出版社(北京东长安街6号,邮编:100740)

印刷:北京恒信邦和彩色印刷有限公司

经销:各地新华书店

版次:2009年6月第1版第1次印刷

开本:889×1194 1/32 印张:8

字数:126千字

书号:ISBN 978-7-5019-6936-4 定价:22.00元

著作权合同登记 图字:01-2009-2716

读者服务部邮购热线电话:010-65241695 85111729 传真:85111730

发行电话:010-85119845 65128898 传真:85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email:club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

90217S8X101ZYW

听话的孩子有可能更危险

有一个孩子经常做出极端的暴力行为，她的母亲无奈之下带着孩子来找我咨询。刚进入青春期的孩子不分时间和地点，经常弄坏家里的家具，而且动不动就大吼大叫。

这个孩子非常讨厌父母，而且也讨厌为她治疗的医生，甚至拒绝跟我们对话。只要我问一些问题，她就会恶狠狠地说一句：“医生，你怎么能说出这样的话呢？”然后用充满仇恨的眼光看着我。

为什么孩子的愤怒会达到这种地步呢？我对孩子说：“我只是真心地想帮助你。”然后一直等着孩子说话。经过一番对话，我逐渐了解到其中的缘由。从小她就认为父母根本不理解自己的心情，因此这种叛逆心理在她的内心逐渐留下了深深的伤痕。只要有人稍微揭开她的伤口，她就会像炸弹般爆炸，做出极端的暴力行为。

我让她用笔写下希望父母能为她做的事情。过了几个小时，她递给我一张写有七八十条事项的希望目录。希望目录上写着“希望妈妈帮我洗内裤”、“当我发脾气时，希望爸爸妈妈都能回避”等内容。跟她的年龄相比，这些愿望确实过于幼稚，因此她的希望目录让我大吃一惊。

我为她感到心痛。也许从小到大，她对父母的希望一直得不到满足，否则怎么会写出如此幼稚的希望呢！希望目录仅仅表达了孩子的伤口和愤怒，除此之外没有别的任何内容。

在父母与孩子的关系中，孩子通常都是弱者，因此很容易被父母不经意的行为所伤害，而所受的这些创伤很容易成为永远都无法修复的伤口，使孩子感到自己的人生很不幸。但父母总认为“我的所作所为都是为孩子的前程着想”，因此希望自己的孩子绝对服从父母的安排。在教育孩子的过程中，很多父母只要孩子不听话，就会大发脾气，甚至为了改变孩子的习惯而责骂、动粗。假设通过武力的方式能让孩子百依百顺，那么从此以后为了进一步控制孩子，父母必须越来越强硬。例如，原来喜欢骂孩子的父母必须逐渐采取武力的方式，原来打5下就能训服的孩子，今后必须打20下。

请大家再换个角度思考看看：是不是因为自己是父母，就给孩子制订了太多的规则？是不是希望自己的孩子能完全遵守父母制订的所有规则？但在现实生活中，父母本身都很难遵守所有的规则。另外，有些人还很自豪地对别人说：“我家孩子很乖，长这么大，都没让我们为他发过脾气呢！”

孩子天生就有对世界上任何规则的反抗心理，而且特别忠实于自己的本能，根本无法接受父母制订的各种规则。当然，也有一部分孩子会很自觉地做作业、听父母的话，但是这种孩子只占全部小朋友的1%，而剩下99%的孩子从来都不会自觉地完成父母希望做的事情，而且几乎所有的孩子都不会理睬父母的第一次安排，至少要跟父母争吵两三次以后，才会很不情愿地完成父母安排的事情。正因为这样，听话的孩子有可能更危险。随着年龄的增长，小时候非常顺从父母的孩子有可能引发更严重的事端。他们非常担心让父母失望，因此一直强烈地抑制自己的欲望，逐渐积累对父母的埋怨。这种类型的孩子，平时说谎不脸红，或者面无表情，不喜欢表达自己的感情。

俗话说：父母就是孩子的启蒙老师。启蒙老师必须是孩子人生的榜样，而父母与孩子之间的对话就是父母为孩

子所做出的榜样行为。父母必须通过对话给孩子展现出更宽广的世界，提升人生的视野（vision）。在教育孩子的过程中，父母应该尽量避免“就应该这样做……”之类的对话方式，必须为孩子提供强有力的精神支持，同时引导孩子进一步成长，这才是父母与孩子之间正确的对话方法。当然，在实际生活中很难进行这样的对话，我也是两个孩子的母亲，很清楚其中的难度。但是正因为我们是父母，所以不管这条路有多么艰难，我们都要坚持不懈地走下去。

有一个孩子曾经被诊断患有ADHD（儿童多动症）。众所周知，患有ADHD的儿童大部分缺乏注意力，既散漫又好动，而且经常影响周围人的正常休息。这个孩子的母亲是喜欢写诗、静静地听音乐的人，她无法忍受孩子的吵闹，希望我能提供让孩子保持安静的办法。但是治疗多动症并不是容易的事情，因此我对她说：“不如培养你适应吵闹环境的能力，可以吗？”我为她开了一个“不管有多吵，都能够忍受”的处方。

从那以后，她为了培养适应吵闹环境的能力，特地去学习了舞蹈，还参加了发高音的吼叫比赛。6个月后，她高兴地来找我聊天。“医生，我现在也变得很多动啦！”使用了我的处方后，她觉得陪孩子时越来越开心，而且能轻

松地克服轻微的吵闹声。“医生，其实我的孩子也不是多么吵闹的孩子，也许是我对吵闹声太过敏感了。最近我觉得我的孩子好可爱呢！”

那么，让她正面地对待孩子，为教育孩子而快乐的力量是从何而来的呢？这取决于父母为孩子改变自己性格的挑战精神和毅力。其实，任何父母都能做到这一点。为了心爱的孩子，为了孩子的幸福未来，也为了自己的幸福，的确应该适当地改变自己。作为优秀的父母，还必须学习什么才是真正地为孩子的前途着想以及正确的对话方法，也要重新学习具体的实践方法。但是我更希望，每一位父母都能听到我为他们所发出的呐喊，希望世上所有的父母和孩子都能摆脱心灵的痛苦。

申宜真

2005年8月

目 录 Contents

第一章

听话的孩子有可能更危险

你希望成为什么样的父母?	15
听话的孩子有可能更危险	22
父母最容易形成的三种偏见	27
父母与孩子之间对话的意义	34
对话将决定孩子的能力与人格	41
只有对话才能改变孩子	48

第二章

99% 的问题出在父母身上

99% 的问题出在父母身上	55
对话方式有问题的 5 种类型父母	64
父母也需要自我分析	73
请摆脱父母的影响	78
“严父慈母” 已是过去的话题	83

第三章

如果想跟孩子对话，就必须改变对话方式

父母与孩子之间对话最大的障碍.....	91
父母必须掌握的 80:20 对话法则.....	99
必须抛弃一瞬间改变孩子的想法.....	106
应该进行适合孩子的对话.....	110
适合不同孩子的对话方法.....	116

第四章

优秀父母必须掌握的十种对话技巧

必须尊重孩子的自尊心.....	127
适当回避琐碎的话题.....	133
请不要错过对话的红灯和绿灯.....	138
想听到孩子的心里话，就应该以诚相待.....	147
正确地树立爸爸的地位.....	153
犯错时请不要忘记说一声“对不起”.....	159
必须掌握协商的技巧.....	164

一定要说出自己的感受.....	171
尽量多交流，少发脾气.....	177
如果缺乏对话时间就应该这样做.....	182

第五章

0岁至青春期孩子的对话方法

0岁至4岁孩子的对话方法	191
5岁至小学二年级孩子的对话方法	206
小学三年级至青春期孩子的对话方法.....	220

第六章

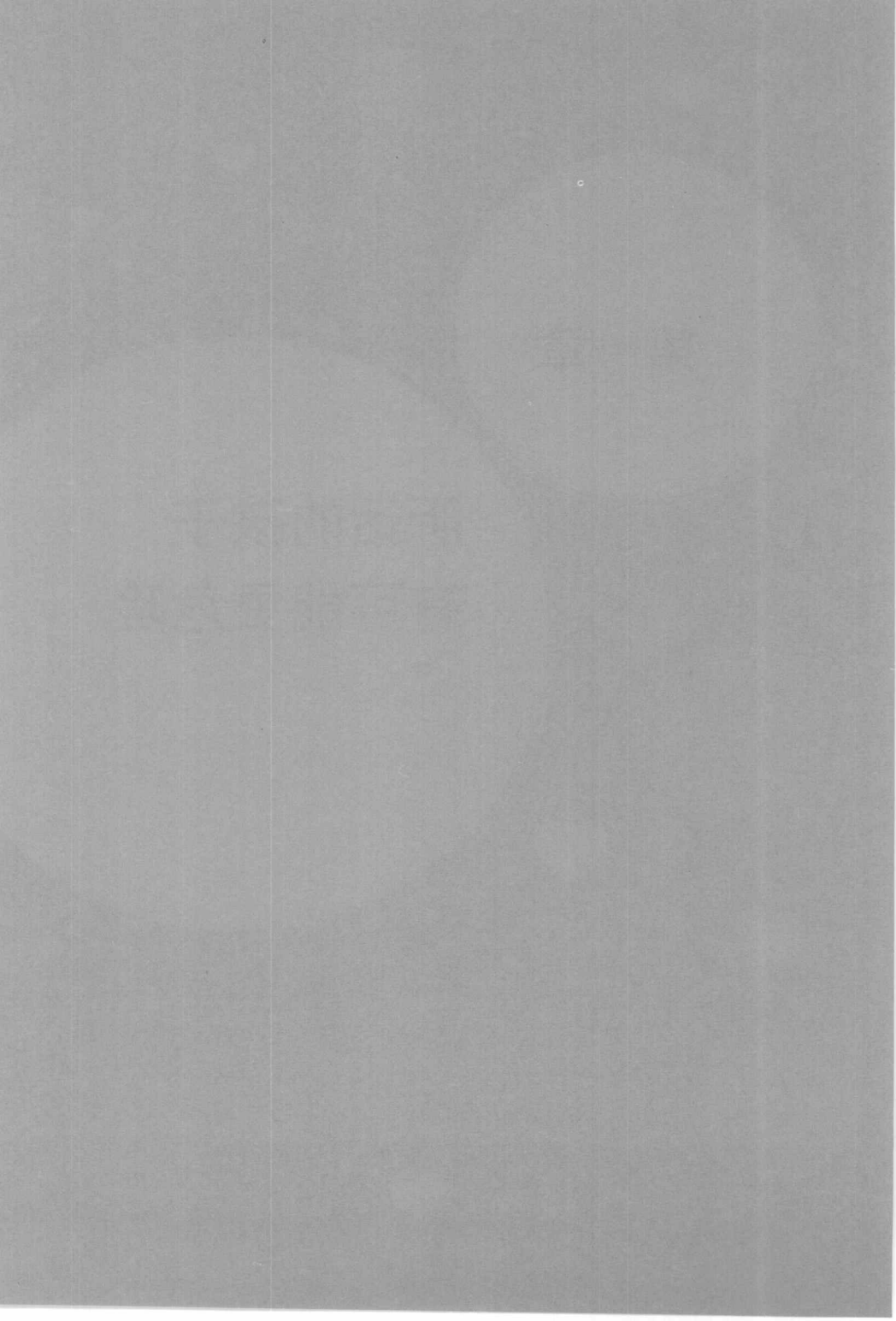
对年轻妈妈的忠告

如果让我再教育一个孩子.....	239
请回想自己的童年.....	247
对年轻妈妈的忠告.....	252

第一章

听话的孩子 有可能更危险

每个孩子天生就有对世界上任何规则的反抗心理，而且特别忠实于自己的本能，根本无法接受父母制订的各种规则。当然，也有一部分孩子会很自觉地做作业、听父母话，但是这种孩子只占全部小朋友的1%。



你希望成为 什么样的父母？

树欲静而风不止

子欲养而亲不待

（树木想静止，而风吹不止。子女想尽孝，而父母却无法等待。）

——摘自《论语》

爸爸……这个称呼越叫越让我怀念。几年前，当爸爸刚去世时，我还没有想过会如此怀念爸爸。对我来说，爸爸在我心里占有非常特别的地位。如今，我能成为儿童精神科医生，能给别人提供一点点帮助，都是因为爸爸对我的影响。

永生难忘与爸爸的对话

由于繁忙的工作，爸爸的脸上经常挂着疲惫的表情，但是只要一回家，不管有多么疲劳，他都会认真地倾听我讲的故事，而且不停地开拓我的视野。在初中二年级的时候，妈妈天天对我唠叨不停，因此我们之间的对立达到了无法解决的地步。那天，爸爸无缘无故喝了很多酒，一回家就跟妈妈大吵了一架。我也因为没有拿到第一名而被妈妈训了一顿，因此认真地对爸爸说：“妈妈整天这样大吵大闹，你为什么还要跟她生活在一起呢？如果是我早就跟她离婚了。”

但是让我意想不到的，爸爸却露出很惊讶的表情，严肃地对我说：“宜真，你在说什么呢！你妈妈除了偶尔这样啰唆之外，还有什么缺点吗？我觉得世上再也找不到像你妈妈这样贤惠的女人了……”

爸爸的这一番话着实让我吃惊。我以为爸爸刚跟妈妈大吵一架，一定会很讨厌妈妈，所以想说说妈妈的坏话，可是没想到那一刻爸爸还为妈妈说好话。我突然觉得无地自容。虽然爸爸没有拿我说的“离婚”来大做文章，但是我很清楚自己说错了什么。我也第一次明白了不管有多么