

我家小孩有人缘

有人缘的孩子会更有成就

艾永明◎著

人缘和成绩一样重要
孩子的人缘需要父母来培养

无论在哪一个国家，每一位父母都有这样的责任：在言传身教中使他们的孩子获得交往与共赢的能力。

联合国儿童基金会执行主任 卡罗尔·贝拉米



我家小孩有人缘

有人缘的孩子会更有成就

艾永明◎著

人缘和成绩一样重要
孩子的人缘需要父母来培养

图书在版编目(CIP)数据

我家小孩有人缘/艾永明著. —上海:华东师范大学出版社,2008

(明心书坊·家庭教育)

ISBN 978-7-5617-6006-2

I. 我… II. 艾… III. 家庭教育—通俗读物
IV. G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 054488 号

明心书坊·家庭教育

我家小孩有人缘

著 者 艾永明

项目编辑 徐先金

责任校对 王丽平

装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062

电话总机 021-62450163 转各部门 行政传真 021-62572105

客服电话 021-62865537(兼传真)

门市(邮购)电话 021-62869887

门市地址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口

网 址 www.ecnupress.com.cn

印 刷 者 上海商务联西印刷有限公司

开 本 787×1092 16 开

印 张 10

字 数 142 千字

版 次 2008 年 7 月第一版

印 次 2008 年 7 月第一次

印 数 6000

书 号 ISBN 978-7-5617-6006-2/G·3477

定 价 20.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

★

如果我们能够给予孩子一颗友善、富于关爱的心，给予他们合作与交往的能力，这将使他们受益终生。

——霍华德·加德纳

★

前言

几年前我在美国学习的时候,有一次,受邀到一所中学去参观。

接到邀请的时候,我被告知参观的主题是这所中学里学生的交往能力。应该说,这个主题并没有让我感到惊讶,真正让我感到惊讶的是进入校门以后发生的事情。

刚从车上下来,本以为迎接我的会是在电话里交流过的那位女教导主任,可出乎意料的是,门口仅有一个十三四岁的男孩。我还以为来早了,正想等一会,他却大大方方地问:“您就是来参观的××先生吗?”被这样一个孩子叫出名字,让我很意外。在我正琢磨着他怎么会知道我的名字的时候,他又开口说话了:“我就是今天负责接待您的人,我叫××。”于是,带着一肚子的惊讶,我跟着他走进了校门。

那个下午,我看到了许多让我印象深刻的东西:完全是学生自发组织的辩论会、演唱会、体育比赛、团队游戏;在一个个模拟现实的场景中,这些异国的孩子们友好而又熟练地进行着各种团队活动……

而那位教导主任,一直到我的参观即将结束的时候才露面。她微笑着对我解释说:“请原谅我的不礼貌,但我想这种方式会给您留下更深刻的印象。”

这次参观的确给我留下了深刻的印象。可是,美国的学校为什么要这么重视对孩子交往能力的培养呢?经过反复的研究,我才知道这与他们的教育理念有很大关系。这种教育理念是,如果想让一个孩子将来在社会上取得成功,学习丰富的知识仅仅是条件之一,而孩子的交往能力也是一个重

要的方面。在这样一个分工日益精细的社会里,无论个人的能力有多强,也不可能通过单打独斗取得成功。每个人都必须学会与别人相处、合作,实现共同发展。所以,美国的父母,从小就很注意教孩子与别人沟通、友好相处,与别人合作与共赢。这样,当孩子长大以后,他就自然拥有了在社会中取得发展的能力。

而我们的孩子在做什么呢?每天不断地学习、学习、再学习。虽然他们学到了很多知识,有了很强的专业能力,但是,封闭的生活环境和单调的学习生活常常使他们表现得偏执、狭隘、自我中心,不愿意也不会与别人合作。等他们长大后,到了社会上,都很难和别人融合到一起。

所以,我就动了写这本书的念头。在这本书里,为了能够使父母们更好地理解教会孩子正确交往的意义和方法,我引用了大量的咨询案例,希望通过这种方式,能够与所有的父母一起,使孩子尽早拥有他们本该具备的基本的人际交往能力,为他们将来成为一个会交往、受欢迎的人打好基础。

在这本书成书的过程中,得到了许多家长、老师和青少年心理研究人员的帮助,他们提供了许多真实的案例,使我们可以在这里分享他们的教育经验。在这里,谨向他们致以深深的谢意!

目录

前言/1

第一章 教育孩子的误区/1

1. 不要忽视孩子的交往能力/1
2. 善于交往的孩子更快乐/4
3. 善于交往的孩子心理更健康/7
4. 交友可以帮助孩子补偿性格上的弱点/9
5. 交友可以帮助孩子形成合作精神/11
6. 会交往的孩子更容易成功/14
7. 怎样了解孩子的交往能力/16
8. 孩子是懂事好,还是幼稚好? /18

第二章 孩子需要哪些交往能力(上)/22

1. 孩子的假牙/22
2. 欣赏同伴/24
3. 学会分享/28
4. 表达自己/31
5. 和别人沟通/35
6. 讲礼貌/38
7. 团队合作精神/40

8. 遵守纪律/43

第三章 孩子需要哪些交往能力(下)/43

1. 诚实守信/47
2. 独立自主/50
3. 关爱别人/53
4. 学会道歉,赢得尊重/56
5. 有责任心/58
6. 自我保护能力/61
7. 有技巧地拒绝/63
8. 合理地协商/66
9. 双赢思维/68

第四章 孩子交往中会遇到哪些障碍/31

1. 不敢与别人交往/71
2. 不会与别人交往/74
3. 退缩行为/77
4. 自我中心/80
5. 攻击性强/82
6. 害羞/85
7. 自卑/88
8. 受欺负/91

第五章 怎样帮助孩子交友/94

1. 朋友的类型/94
2. 不喜欢孩子的朋友怎么办/97
3. 孩子之间的冲突/100
4. 给孩子选择朋友的权利/102

5. 孩子交友不慎怎么办/105
6. 多让孩子参加集体活动/108
7. 孩子该不该承担班级工作/111
8. 警惕孩子的交往成人化/113

第六章 怎样引导孩子与异性交往/116

1. 孩子与异性交往的发展规律/116
2. 孩子总问与异性有关的问题怎么办/119
3. 孩子和异性交往密切怎么办/122
4. 孩子早恋的原因/125
5. 与异性交往中的心理障碍/130
6. 以正确的方式引导/131

第七章 让我们与孩子一起改变/134

1. 家庭,孩子人际交往的第一课堂/134
2. 父母,做孩子最好的榜样/138
3. 正确的亲子关系/142
4. 与孩子沟通的技巧/145
5. 让我们与孩子一起改变/148

第一章

☆

教育孩子的误区

1. 不要忽视孩子的交往能力

金明有着傲人的天赋，高中毕业的时候，以当地高考状元的身
份考入了一所著名的理工大学。在大学里，他刻苦学习，学习成绩
优异，本科毕业后又保送上了研究生。

在大学期间，他一直努力学习，每天就是在宿舍、教室之间往
来。在读研究生之后，指导教授看到他基础知识扎实又踏实肯干，
就让他参与自己的一些研究项目。为了完成这些项目，他需要经
常走出校门，到外面的实验室里去做实验。

有一天，指导教授突然接到一个电话，是从这个男生所在的实
验室里打来的。电话里，一位研究人员对他说：

“你们为什么要派金明来呢？”

指导教授感到很惊讶：“因为他是我们这里成绩最好的学
生啊！”

那位研究员也很惊讶：“是吗？可是我们一点都看不出来，只
觉得这个人很孤傲，很难相处。”

原来，这个男生虽然有着出众的专业知识，但因为从小就钻在
书堆里一心苦读，连与他人相处的基本常识都没有。在实验室里，
大家都期待他能够把自己的知识贡献出来，帮着大家把实验做好，
可是这个男生，性格很孤僻，不善于合作，每天一到实验室，就一个

人围着设备转了起来，也不和别人说话。大家在一旁看着，不知道他在忙什么，想问他，看到他很专心的样子又不好打扰。

一连几天过去了，大家都不知道这个高材生在搞什么名堂，不知道该怎样与他交流，只好给他的指导教授打电话，要求调换一个沟通能力强的人来参加这个项目。

作为孩子的父母，从这个案例中，我们可以得到什么启发？

大多数父母都非常看重孩子的学习成绩，但对孩子的交往能力却很少在意。他们常常认为：“学生嘛，学习好就行了，至于交往，将来走上社会再说！”其实，这是一种不正确的观点，如果我们不注意从小培养孩子的交往能力，当他们走上社会时，就会发现他们很难与别人沟通，也不知道该怎样与别人打交道，会产生孤独、寂寞感，很难融入到社会当中，也很难取得成功。

所以，作为父母，我们一定不要陷入这样的误区：“只有学习成绩最重要，交往不是孩子的事。”

有一个心理学家叫加德纳，他一心想知道孩子们的学习成绩对其一生的发展到底有多大的影响。于是他追踪研究了许多学习成绩优异的孩子，结果得出了一个大大出乎意料的结果：那些在班里学习成绩名列前茅的学生，长大以后，却常常并不是最成功的人，而那些真正在社会上取得了成功的人，却往往是那些成绩仅仅是中上游，但性格活泼开朗的孩子。

一开始，加德纳也觉得很奇怪，为什么那些学习成绩最好的孩子反而不是最成功的呢？经过反复的调查，他终于明白了背后的原因。原来，那些成绩排名前列的孩子虽然学习很好，但他们把自己全部的精力都放在提高考试成绩上了，结果，性格孤僻甚至是怪异，不会和人相处。当他们踏入社会时，虽然具有很丰富的知识，但因为不会和别人合作，自然很难融入到集体当中，不懂得利用集体的力量，甚至被集体排斥在外，虽然有一身才干却无处施展。而那些排名中游的孩子，成绩虽然不是最好，但他们大多性格开朗、活泼，豁达大度，喜欢与别人合作，很容易和别人打成一片，可以轻而易举地融入到集体当中，可以借助集体的合力使自己的努力

事半功倍。

加德纳因此发出这样一句感叹：“千万不要忽视培养孩子的交往能力！”的确，千万不要忽视培养孩子的交往能力。

有这样一位母亲，她和她的丈夫，抱着“把孩子培养成人才”的想法，经过多年的努力，终于把女儿培养成为一个大学生。女儿上了大学，父母的心愿终于变成了现实。

女儿所上的大学远在千里之外，必须住校。可是，她从小都没离开过父母的照顾，独立生活能力很差。为了能让女儿安心学习，从小到大，无论什么事情都由父母包办了。她也很听父母的话，一心一意读书，每天的时间除了吃饭、睡觉，几乎都花在学习上了，和别人没有什么交往。在大学里，环境变了，什么事情都需要自己去面对，她一下子感到非常不适应。

和别人住在一起，难免会有许多磕磕碰碰。在家里，父母处处让着她、护着她，可是到了大学，这些问题只能够由自己解决了。但她却一点都没有这方面的经验，还是沿袭着在家时的那些习惯，以自我为中心。平时有谁自习回来晚了，有谁打电话声音大了，有谁用了她的东西，这些小事她都会感到很不高兴，觉得她们是在刁难自己。久而久之，大家也都觉得这个女孩太小气，性格太怪，一点小亏都吃不得。大家怕得罪她，都不敢和她说话。女孩感受到了大家的冷淡，却以为她们是在故意疏远自己，于是就更觉得委屈。

由于没有朋友，她只会给家里打电话，向妈妈诉苦。她在电话里一哭，母亲也心疼了，也觉得是那些同学不好。

.....

其实，对于那些能够恰当地与别人交往的孩子来说，这些都是很容易处理的小事，相互协商一下，彼此退让一下，也就解决了。可是对这个女孩来

说,因为父母从小几乎就没有有意引导她去掌握这些人与人之间交往的常识,这些最基本的社会能力,她一点都不懂。

如果我们注意从小培养孩子的交往能力,你就会发现孩子将在许多方面受益:

他将成为一个自信、乐观、豁达的人;

他将成为一个心胸宽广、宽容大度、心理健康的人;

他将懂得如何爱别人,也懂得如何得到别人的爱,将拥有许多真挚的朋友,也将会拥有一个幸福的家庭;

他将具备很强的与人合作的能力,具有很强的影响力,甚至具有领袖气质,这些能力将会使他的事业如虎添翼。

.....

培养孩子的交往能力,不仅将有助于他自己的身心发展,也是他将来在社会上立足的重要保障。哈佛大学著名的“多元智能论”创始人加德纳教授提出人人具有的八大智能,把“人际交往”作为一种重要智能列于其中;卡耐基,这位美国杰出的教育家甚至这样强调,一个人的成功,15%是靠他的专业知识,而85%则是靠他的人际关系;而美国著名的企业家洛克菲勒也说过,与得到其他本领相比,他愿意付出更大的代价来获取与人相处的本领。

所以,我们一定要注意培养孩子的交往能力,为他们人格的完善,为他们将来的事业发展打下良好的基础!

2. 善于交往的孩子更快乐

一位家长来信对我说:我们家经济条件不差,凡是别的孩子有的,我们也能满足儿子。吃的、穿的、用的……可以说,只要是我们能够想到的、做到的,都给了孩子。可是年仅9岁的儿子,还是整天不开心。在家里吃什么好东西、给他什么新的玩具都不会像别的孩子那样高兴。周六、周日带他去游乐园,坐过山车,玩的时候他很高兴,但过了之后,又恢复了一副郁郁寡欢的样子。他在家少言寡语,在学校里与世无争,对什么都无所谓……我们知

道快乐的性格对孩子的成长很重要,可不知道为什么自己的孩子总是不快乐,又该怎么培养。

为什么这个几乎不缺什么的孩子却始终不快乐,这个孩子的问题出在哪里呢?答案就在于他孤独、封闭的生活环境。

原来,由于父母工作太忙,这个宝贝孩子一直由爷爷奶奶照看着。爷爷奶奶太疼爱孙子,对孩子就像是供着小皇帝一样,孩子想什么、要什么,他们都尽量满足,即使是天上的月亮,也恨不得摘下来给自己的孙子。孩子的物质生活是得到了满足,但毕竟祖孙之间的年龄差距太大,他们与孩子很难产生共鸣。爷爷奶奶又害怕孩子出去玩被伙伴们欺负,就一直让孩子一个人呆在家里。时间长了,孩子没有自己的朋友,每天守着上了年纪的爷爷奶奶,没有人说知心话,没有人一起做游戏,体验不到交流的乐趣,所以就闷闷不乐。

爷爷奶奶却不知道发生了什么事情,还以为是孩子想要什么自己没有做到。他们哪里知道,孩子真正缺少的,正是和他年龄相适应的玩伴!

善于交往的孩子可以得到更多的感情的交流、更多的快乐。心理学家发现,善于交往的孩子容易形成快乐健康的性格。如果孩子总是被抛弃、被拒绝于集体之外,就会产生孤独感,感情会受到压抑。久而久之,他们会不愿意开放自己的心灵,感到寂寞、空虚和无聊,始终处于孤独、封闭、退缩的状态,如同置身于一个“孤岛”之上。这种状态对孩子的身心发展会产生十分不利的影响。

美国的基辛格博士,是世界上著名的政治家、社会活动家,先后担任过美国的国家安全助理和国务卿。1971年7月,基辛格主导了著名的“乒乓外交”,作为尼克松总统的特使访华,为中美外交恢复关系作出了历史性贡献。

退休之后,基辛格却并没有闲着,他广泛游走于非洲、拉美、亚洲的各个角落,用他自己的话说:“我要用我的交往能力,在世界各国人民之间传递友爱和快乐。”由于他对世界和平事业的突出贡

献，终于在1973年被授予诺贝尔和平奖，又于1977年被授予美国总统自由勋章。

基辛格始终认为，通过自己积极的穿梭交往，可以为许多孤独的人带来快乐，而自己也从中得到了莫大的喜悦。在他的回忆录里，他把自己的这一能力归功于他的母亲。

原来，小时候的基辛格，并不是一个很擅长与别人相处的人，他总是喜欢一个人拿自己的锡偶玩具士兵做排兵打仗的游戏。母亲见到了，觉得他太过孤独了，就指着窗外那些正在一起玩的小伙伴，问他：“孩子，你为什么总是一个人玩呢？”

小基辛格想了想，指着地上的锡偶玩具，说：“可是，我觉得一个人玩很有意思啊！”

母亲想了想，没有再说什么，出了房间，小基辛格又低头一个人玩去了。

过了一会，母亲带了五六个孩子回来，他们每个人的手里都拿着自己心爱的玩具，有汽车、马车、大炮，还有舰船……几个孩子把这些玩具摆开，分成两派，玩起了作战游戏。

小基辛格看到了，觉得很有意思，母亲就对那些孩子说：“为什么不让小基辛格一起参加呢？”

伙伴们毫不犹豫地说：“来吧，欢迎加入！”

于是小基辛格拿着自己的锡偶士兵也兴致勃勃地加入到了伙伴们的行列中。

后来，基辛格长大了，先是成为一名国际关系专家，继之又成为美国的国务卿和诺贝尔和平奖得主，但他始终都认为，童年的这次经历对他的改变非常大。正是这次经历使他体验到了与别人相处时的快乐，而长大以后，他也愿意通过自己积极的努力把更多的快乐带给别人！

3. 善于交往的孩子心理更健康

我所咨询过的学生中有这样一个女孩，在初中毕业的时候，她以优异的成绩考入本市的一所重点高中。按以往的升学率，这所高中大约有一半的同学能够升入重点大学，所以可以说，上了这所中学，一只脚就踏入了大学的门槛。

在刚上高中的时候，她回到家里和父母还是有说有笑，讲讲学校里发生的事情。可是，刚刚过了半个学期，这个女孩就不再那么开朗了，回到家里就躲进自己的房间，父母不叫吃饭她不出来。她经常一个人发呆，失去了欢声笑语，整天闷闷不乐。父母以为她病了，送她到医院一检查，结论是“抑郁症”。医生建议她休学一年，调养好了之后再上学。

那么，是什么让这个以前活泼开朗的女孩得了抑郁症呢？罪魁祸首就是巨大的学习压力以及封闭的生活环境。

在初中的时候，这个女孩的成绩一直在班里排前三名，即使偶然有落后的时候，下一次也一定会回到前三名当中。到了高中，班级里汇集了全市的尖子学生，女孩的成绩虽然能够名列前茅，但是她却在无形之中背上了沉重的心理压力，生怕自己的成绩落到后面。于是，她每天加倍学习，生怕考试考不好，辜负了父母的期望。父母见女儿乖巧懂事，知道她用功学习，就尽量少打搅她。她每天除了吃饭，就是看书，和父母的交流越来越少。而在陌生的学校环境里，大家都是尖子生，无形之中有一种相互竞争、相互提防的心理，她很难找到可以交流的朋友。

这样的情况持续了半年，高强度的学习，再加上孤独的生活，她感受到的沉重的心理压力无处排解，终于患上抑郁症。当得知女儿患上抑郁症之后，她的父母追悔莫及，这才明白女儿每天忙忙碌碌、刻苦读书的外表下，有一颗多么脆弱的心，多么需要别人的关心和安慰。

女孩在家休息了半年，在父母的精心安排下，参加了许多群体活动，如参加旅行，参加群体公益活动，参加俱乐部的健身活动等。通过这些交往，

女孩烦闷的心情得到了排解，又恢复了以往的天真、开朗，在新学期开学的时候，以健康的心态重新回到了课堂上。

如果我们的孩子不能够与伙伴建立融洽的关系，不会相互体贴，相互帮助，不会爱别人，也得不到别人的爱，势必会使自己长期处于空虚苦闷当中，给自己的心理健康带来不利的影响。

一位女大学生，因为人际关系太差找到我，向我诉说苦衷。她向我抱怨说：“我一点都不快乐。”

我问：“为什么？”

她说：“她们都不喜欢我，敌视我。”

原来，在大学里，这位女生一共有四位舍友。也许是因为在家里受到太多的宠爱的缘故，她已经习惯于什么事情都要别人让着自己。可是学生宿舍里大家过的是平等的集体生活，每个成员必须相互体谅谦让、友好相处才行，否则难免会生出许多事端。

宿舍卫生需要打扫，舍长安排的是每人轮流值日。可轮到这个女孩值日，她总是敷衍了事。大家觉得她这样做不对，就批评她，她却不高兴了。她说：“地又不脏，非要打扫得那么勤干什么？”但是，一旦有别人忘记了值日，她就不高兴了，摔摔打打、絮絮叨叨直到那个同学改正了为止。

在其他事情上，她也不受同学们欢迎。她喜欢抬高自己，对别人的观点总是忙不迭地批评，总是觉得自己是最正确的，对别人的意见置之不理。凡事她都从自己的角度出发，不考虑别人的感受，还认为那是理所应当的……

同学们批评她太自我中心了，她却感到很委屈。

我们可以预料到，这个女生将来走上社会时，也难免会遇到类似的问题：和人相处不好，人际关系太差。

所以，作为父母，我们必须鼓励孩子积极与别人交往，引导他们以正确的方式和别人交往。这不仅仅会为他们将来成功地走向社会打好基础，同时也是维持他们身心健康的必要保障。

如果我们的孩子有以下情况之一，就应该加以警惕，因为这意味着他们可能存在着交往方面的心理障碍。