



会说话，让父母的谆谆教诲悦耳动听
善交流，让父母的切切叮咛入耳入心

东方晨曦 编著

父母怎样说， 孩子才会听

How to make
kids follow you



中国石化出版社

[HTTP://WWW.SINOPEC-PRESS.COM](http://www.sinopec-press.com)

大·众·出·版·中·心



会说话，让父母的谆谆教诲悦耳动听
善交流，让父母的切切叮咛入耳入心

东方晨曦 编著

父母怎样说 孩子才会听

How to make
kids follow you



中国石化出版社

[HTTP://WWW.SINOPEC-PRESS.COM](http://www.sinopec-press.com)

大·众·出·版·中·心

图书在版编目 (CIP) 数据

父母怎样说, 孩子才会听/东方晨曦编著.

—北京: 中国石化出版社, 2009

ISBN 978 - 7 - 80229 - 951 - 1

I. 父… II. 东… III. 家庭教育—语言艺术 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 088793 号

未经本社书面授权, 本书任何部分不得被复制、
抄袭, 或者以任何形式或任何方式传播。版权所有,
侵权必究。

中国石化出版社出版发行

地址: 北京市东城区安定门外大街 58 号

邮编: 100011 电话: (010) 84271850

读者服务部电话: (010) 84289974

<http://www.sinopec-press.com>

E-mail: press@sinopec.com.cn

北京柏力行彩印有限公司印刷

全国各地新华书店经销

*

787×1092 毫米 16 开本 15.5 印张 211 千字

2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷

定价: 29.80 元

前言

Preface

孩子的健康成长，融入着父母们孜孜不倦的言传身教。

孩子的成才之路，伴随着父母们循循善诱的谆谆教诲。

人的一生，听得最多的话，就是父母那慈意浓浓的唠叨。让人最难忘的话，就是父母那情真意切的叮咛。而让人最感动的话，常常是父母那发自肺腑的心声。

然而，到了今天，在家庭亲子沟通中，不少父母都怎么也想不明白：为什么自己费尽口舌孩子还是听不进去？为什么自己苦口婆心孩子就是不听话？随着孩子一天天长大，父母的每句话孩子几乎都嫌烦。这让很多家长感到伤心甚至痛心。于是，听话的孩子成了父母最大的欣慰，而孩子不听话则成了父母最大的烦恼。

仔细查找这一问题的根源，关键还是在父母身上。因为，说话是一门艺术，需要掌握技巧，即使是对自己亲生的孩子说话，也要注意说话的方式方法，语气语调也要把握得恰如其分。聪明的父母在与孩子的交流沟通中，不一定总在说，也不一定说得很多，但所说的话总会让孩子愿听、爱听，听得进，记得住。这里面就包涵着说话的学问、说话的技巧。

说话是一种表达的能力，也是一种沟通的智慧。能说会道、能言善辩的父母人数不在少数，而能以情感人、以理服人、让孩子听了父母的话之后心服口服的家长却不算太多。用高超的语言教育和培养孩子并不简单，不了解情况就随意去说，不考虑周全就信口去说，不顾及孩子的自尊

就粗暴地说，不分时间场合就无休止地说，这样的话父母说得越多，孩子就越不爱听。

语言是一种交流的工具，更是一种沟通的艺术。身为父母，即使用心良苦地说话也要讲究方法，即使为孩子着想，说话也要有理有度。亲子沟通主要是靠语言进行交流，掌握了说话的技巧，父母所说的每句话，孩子都会愿听、都爱听。

亲子沟通中的说话问题，已经引发了许多家教专家的重视，进而引起一些专家的思考和研究。本书正是一些家教专家的研究成果。它根据广大家长的实际需要，引导广大家长怎样讲究亲子沟通中的说话艺术。是一本专供父母阅读的、提高父母说话水平、改善亲子沟通效果的实用性专题家教图书。书中大量地列举了父母说话不当、亲子沟通失效的种种常见现象，系统地提示出优秀父母会说、善说的语言表达技巧，通俗地介绍了提升广大家长语言表达能力的高效方法，旨在为众多家长读者在教子成才的实践中，提供简明实用、用之有效的借鉴和帮助。

希望更多的父母掌握并运用本书所推介的知识和方法，创造一个和谐融洽的亲子沟通氛围，使自己的话能让孩子们喜欢听，愿意听，用心听。同时也希望更多的孩子，牢记父母的叮咛嘱托，一步步顺利地迈向未来人生的成才之路。

编著者

2009年6月于北京



目 录

CONTENTS

一、 作为父母， 你善于对孩子说话吗

——会说话的父母才能有效地教育孩子

- 1 父母会说话，有利于孩子健康成长/2
- 2 与孩子说话是一门很有讲究的艺术/3
- 3 一句不经意的话会影响孩子的一生/5
- 4 会说话的父母可以让孩子充满自信/7
- 5 亲子沟通有助于塑造孩子健全的人格/9

二、 “真是烦死人”

——为什么孩子都不听父母的话

- 1 唠叨的说教容易使孩子产生逆反心理/14
- 2 父母的长期抱怨会伤害孩子的身心/15





目 录

CONTENTS

- 3 “听话教育”压迫着孩子的心灵/16
- 4 父母骂得越多，孩子却听得越少/18
- 5 不要用孩子不喜欢的方式对孩子说话/20

三、 千万别伤了孩子的心

——父母应当改变对孩子说话的不当方式

- 1 切忌用粗暴的态度对孩子说话/24
- 2 板着面孔和孩子说话效果会适得其反/25
- 3 随意打断孩子的诉说是沟通的障碍/26
- 4 要善于表扬孩子而不要总是责备孩子/28
- 5 不要看低孩子的能力/30
- 6 不要急于纠正孩子的出格想法/32

四、 不妨和孩子换位思考

——假如你是个孩子，你希望父母怎样说话

- 1 多站在孩子的角度看问题/36
- 2 与孩子沟通时要多听少说/37
- 3 用孩子易于接受的语言与他交谈/38
- 4 对孩子的承诺一定要兑现/40





5

耐心地做孩子倾诉的听众/42

五、你说话的态度正确吗

——父母应以平等和尊重的态度与孩子说话

1

温和的态度是和孩子进行良好沟通的前提/46

2

放下家长的架子，与孩子平等交谈/48

3

孩子也有自尊，应尊重孩子的人格/49

4

平等相处，把孩子视作自己的朋友/51

六、注意对孩子说话的表情与声调

——父母与孩子说话要声情并重

1

表情是亲子沟通的第一语言/56

2

学会用专注的眼神和孩子说话/57

3

低声细语地和孩子沟通交流/60

4

说话前应当考虑到孩子的感受/61

5

要始终面带微笑地与孩子交流/63

6

尽量用协商的口吻与孩子说话/66





七、努力倾听你的孩子说话

——善于倾听才能走进孩子的内心世界

- 1 倾听是和孩子有效沟通的前提/72
- 2 用倾听来表示你对孩子的尊重和信任/75
- 3 认真倾听，建立与孩子的情感交流/77
- 4 用倾听来分享孩子的喜怒哀乐/78
- 5 掌握倾听的技巧，了解孩子的心声/80
- 6 在倾听中发现孩子的内心需求/83

八、对孩子要多多地表扬和激励

——为什么说多表扬、多激励孩子很重要

- 1 表扬和激励能够有效地促进孩子成长/86
- 2 孩子的自信心需要父母的激励和赏识/87
- 3 孩子的每一点进步都值得父母表扬/88
- 4 表扬孩子的努力是沟通的润滑剂/90
- 5 说激励孩子的话时，心中要充满诚意/91
- 6 通过他人来赞赏自己的孩子/93
- 7 用喝彩的方式激励孩子的优点/95
- 8 要学会掌握夸奖孩子的技巧/97





九、你懂得批评孩子的艺术吗

——父母对孩子的批评要得法

- 1 不当的批评起不到教育孩子的作用/102
- 2 在同步体验对方感受下批评孩子/104
- 3 平心静气地批评，让孩子心服口服/106
- 4 批评孩子时要讲究语言技巧/107
- 5 批评要以不伤害孩子的人格为前提/110
- 6 用故事启发代替对孩子的批评/111
- 6 切忌用极端的方法批评孩子/113

十、是以理服人，还是以权威压人

——父母对孩子说话要“讲理”

- 1 教育孩子时要做到以理服人/118
- 2 切勿专制地要求孩子绝对服从/119
- 3 遇到亲子冲突时要善于沟通/121
- 4 用谈心化解孩子的不良思想/124
- 5 用提建议的方式使孩子心悦诚服/125





十一、 不要做经常责骂孩子的父母

——父母对孩子说话要做到语言文明

- 1 父母有必要责骂孩子吗/130
- 2 叱责孩子可能会造成不良的后果/131
- 3 坏孩子往往是父母骂出来的/132
- 4 责骂的声音越小，却越能发挥效用/134
- 5 父母的冷酷言语会伤害孩子的心灵/135
- 6 好父母应做好责骂后的安抚工作/137

十二、 不要挖苦和羞辱自己的孩子

——父母应注意尊重孩子的人格

- 1 羞辱和讽刺是拙劣的教子方式/140
- 2 孩子虽小，但人格不容羞辱/141
- 3 嘲笑会使孩子产生自卑并走向极端/143
- 4 注意，不要揭孩子的旧伤疤/144





十三、孩子任性怎么办

——父母应怎样对付孩子的无理

- 1 找到孩子任性的根源，对症下药/150
- 2 父母强权的口吻会让孩子更加任性/151
- 3 对任性的孩子要晓之以理/153
- 4 正确地运用权威使孩子摒弃任性/154
- 5 有效地说服任性孩子的两个技巧/156
- 6 父母该对孩子说“不”时态度要坚决/158

十四、孩子撒谎怎么办

——父母应宽容孩子的说谎

- 1 认真分析孩子说谎的根源/162
- 2 善待孩子的谎言是纠错的良方/164
- 3 对孩子必须言而有信，以身作则/165
- 4 孩子撒谎时要用正确的引导方式/167
- 5 学会掌握批评孩子说谎的技巧/168



十五、怎样与逆反的孩子心灵沟通

——父母应帮助孩子度过逆反期

- 1 孩子逆反的种种表现/172
- 2 认真查找孩子产生逆反的原因/175
- 3 父母对待孩子逆反心理的原则/177
- 4 耐心地帮助孩子度过“反抗期”/178
- 5 用温和的态度消解孩子的逆反情绪/180
- 6 不要用过激的语言与孩子进行舌战/181
- 7 不利于化解矛盾的话不要说/182

十六、和厌学的孩子心灵对话

——父母应使孩子对学习感兴趣

- 1 孩子厌学，责任在家长身上/188
- 2 晓之以理，帮孩子摆脱厌学情绪/189
- 3 用迂回的方法诱导孩子好好学习/191
- 4 让孩子正确对待学习中的问题/192
- 5 激发孩子在学习上的好胜心/194





十七、 如何回答孩子的刁钻提问

——父母应从容应对孩子的提问

- 1 对孩子的提问要给予肯定和赞同/198
- 2 父母要耐心回答孩子提出的问题/198
- 3 面对孩子的提问不能敷衍了事/201
- 4 巧妙地面对无法回答的问题/202
- 5 限制提问会束缚孩子思维的发展/204
- 6 不要用“不知道”对待孩子的提问/206

十八、 怎样和孩子说难以启齿的性话题

——父母要及时对孩子进行性教育

- 1 正确认识“性”是孩子成长的需要/210
- 2 理性对待孩子“我从哪里来”的疑问/211
- 3 用拉家常的方式对孩子进行性教育/213
- 4 告诉男孩正确对待和处理遗精现象/215
- 5 告诉女孩月经是正常的生理现象/217
- 6 慎重对待青春期孩子的自慰行为/219





十九、 父母也应该知错就改

——如果父母错了，就应该向孩子道歉

- 1 好父母要学会向孩子坦诚认错/222
- 2 向孩子道歉是亲子沟通的有效途径/224
- 3 勇于道歉能给孩子树立人格榜样/226
- 4 敢于道歉能赢得孩子的信任和尊敬/228
- 5 以真诚坦率的态度向孩子道歉/231



一、作为父母，你善于对孩子说话吗

——会说话的父母才能有效地教育孩子



很多家长怎么也想不通，费尽口舌对孩子劝诫，往往不见成效；苦口婆心地说服，常常事与愿违。其实，对孩子说话也是一门艺术。优秀的家长，既善于身教，又善于言传；既能对孩子严格管教，又能与孩子巧妙沟通。他们的话，孩子字字句句都会记在心里。善于说话，把话说到孩子的心坎里，是每个期望教子成才的父母必须修习的家教课。

一、作为父母，你善于对孩子说话吗





1 父母会说话，有利于孩子健康成长

这里所说的父母会说话，是指日常生活中与孩子说话时，父母能通过说话，既能准确传达自己的意思，又能让孩子在父母的言语中获得收益。父母会说话表示其语言能力较强，对于促进孩子健康成长非常有利。

孩子是天真活泼的。尤其是刚上学的儿童，放学回家，见到爸爸妈妈，来不及放下书包就要把在学校里发生的事一一说出来。家长乐意听，孩子倾诉后也会感到心满意足。久而久之，孩子愿意亲近父母，父母通过孩子的叙述也更多地了解了孩子，加强了父母与子女之间的感情，孩子整天生活在快乐的家庭生活里，这样有利于孩子的身心健康成长。

有的家长却不是这样，对孩子的“唠叨”不肯听，“好了好了，烦死人了，去玩吧，爸爸还有事”。孩子的满腔热情被父母的话浇上一瓢凉水，倾诉自己见闻的心理得不到满足，没精打采地走了。久而久之，孩子有话也不愿跟父母讲，心也离父母越来越远，父母和孩子就会产生一种隔膜感。

有的家长说：“现在这些孩子，上学之后就像不是自己的了。”其实这话是不对的。显然，这种家长与孩子的沟通不太顺畅。与孩子的交谈不仅会因不了解孩子而针对性不强，而且会由于亲子之间感情隔膜而不见效果。

日常生活中，家长拒绝孩子非学习方面谈话的需要，这种不当的拒绝很容易使孩子形成孤僻的性格，认为自己不被父母关心和重视，从而与孩子拉远了心理距离，为教育孩子制造了障碍，也为孩子的健康成长投下了阴影。**家长和孩子的交谈，不要时时放在教育上，而应内容广泛，甚至可以无话不谈。**

孩子还小时，主要是孩子听父母说话。随着孩子年龄的增长，和孩子交谈时，家长也应当让孩子谈谈自己的看法和见解，说说自己的心里话。父母和孩子交谈时，可以由父母讲讲家庭的过去，也可以有意识地让孩子讲讲自己对未来的向往和幻想，孩子大了还可以交换对时事政治的看法，这些都有