

与孩子沟通的

365[↑] 诀窍

[美] 查伦·安·鲍姆比奇 (Charlene Ann Baumbich) / 著
沈 艳 唐 晖 向 娟 / 译

*365 Ways to
Connect
with Your Kids*



海南出版社
三环出版社

与孩子沟通的

365个 诀窍

*365 Ways to
Connect
with Your Kids*

[美] 查伦·安·鲍姆比奇 (Charene Ann Baumbich) / 著

沈艳 唐曙 向娟 / 译

海南出版社
三环出版社

365 Ways to Connect with Your Kids

by Charlene Ann Baumbich

Copyright © 2001 Charlene Ann Baumbich

中文简体字版权 © 2004 海南出版社

本书由美国 Career Press 公司授权出版, 英文原版由美国 Career Press 公司出版

All Rights Reserved.

版权所有 不得翻印

版权合同登记号: 图字: 30-2002-52 号

图书在版编目 (CIP) 数据

与孩子沟通的 365 个诀窍 / [美] 鲍姆比奇 (Baumbich, C. A.) 著; 沈艳, 唐晖, 向娟 译; - 海口: 海南出版社, 三环出版社, 2004. 11

书名原文: 365 Ways to Connect with Your Kids

ISBN 7-80700-103-8

I. ①与... II. ①鲍... ②沈... ③唐... ④向... III. ①儿童教育: 家庭教育—通俗读物 IV. G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 114505 号

与孩子沟通的 365 个诀窍

作者: [美] 查伦·安·鲍姆比奇 (Charlene Ann Baumbich)

译者: 沈艳 唐晖 向娟

责任编辑: 李秋云

特约编辑: 吴华

装帧设计: 第三工作室

责任校对: 李鹏

责任印制: 李兵

印刷装订: 三河市华晨印务有限公司

读者服务: 杨秀美

海南出版社 三环出版社 出版发行

地址: 海口市金盘开发区建设三横路 2 号

邮编: 570216

电话: 0898-66812776

E-mail: hnbook@263.net

经销: 全国新华书店经销

出版日期: 2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷

开本: 787mm × 1092mm 1/32

印张: 8.25

字数: 206 千

印数: 1-5000 册

书号: ISBN 7-80700-103-8/B·33

定价: 18.00 元

本社常年法律顾问: 中国版权保护中心法律部

【版权所有, 请勿翻印、转载, 违者必究】

如有缺页、破损、倒装等印装质量问题, 请寄回本社更换

献 词

我要把这本书献给我的两个儿子：布莱特·李·哈斯金和布瑞恩·乔治·鲍姆比奇。

再没有哪一天比跟你们相处的日子更令我感到高兴和幸福的了。诚然，那些日子有的曾让我失去理智，焦躁不安，让我垂头丧气，倍感孤独，让我惊讶得张大嘴巴，啧啧称奇；然而，更多的则充满了欢笑、敬畏、掌声、自豪和意味相投的心灵的碰撞，这样的日子也将会一直延续下去——一路走来，我们经历了许许多多。那些日子里的每一天，每一刻，我都会永记心间，难以忘怀。其间无尽的故事，或平淡无奇或跌宕起伏，已把我们紧紧地连在一起，永不分离。

你们一直深爱着我，尽管有的时候我挺叫人害怕的。从你们身上，我看到了男孩子如何成长为真正的男子汉。你们曾让我吃惊，也曾让我蒙羞。我还记得你们满是泥巴的小脸，天真无邪的双眼，兴高采烈的击掌，为我做的可口的饭菜。从你们这两个小淘气鬼的身上，我知道了篝火、约会、摔跤、滑板，看到你们事业有成，日子过得舒心惬意，从中我也懂得了如何处理好成年人之间或是父母及其子女之间的关系。所有这些，都让我满怀感激之情。除此以外，我还要感谢你们在我写这本书的过程中以及一直以来给予我的支持和鼓励。

再次感谢你们，我的孩子们。即使现在你们已过而立之年，在我眼里，你们仍是我的儿子，我的小男孩，我的宝贝。

谢谢，衷心地谢谢你们！

愿你们快乐，祥和！

你们的母亲

介 绍

我是两个孩子的母亲——大儿子 35 岁，小儿子 29 岁。承蒙上帝的关爱，更是由于我们有坚强的意志，能够在深思熟虑后才做出决定，我们拥有过令人惊叹的成功，也经历过心惊肉跳的差错，其间有过不尽的笑声，无边的宽容，无数的自由放松时刻，也有过为生活中的快乐小插曲而举行的种种庆祝活动。现在，他们都依靠自己的能力成家立业，保持着平和的心态，过着幸福的生活。（我已停下打字，庆祝一下。）

大多数时间，我们都喜欢待在一起。（毕竟，我们也是人。）尽管我们性格各异，但都深爱着彼此。我们乐于分享彼此的故事，无论好坏。我们通过打长途电话，坐飞机或乘火车突然出现在对方面前，给彼此带去惊喜。虽然我与家人都未曾登过月球，都未曾治过病，救过人，都未曾赢过“年度最佳妈妈”或“年度最佳孩子”的大奖。但我们内心却充满幸福，因为知道我们真的深爱彼此。我们知道，无论是在危难时刻还是平淡生活，无论是兴高采烈还是心情沮丧，我们都有彼此在身边，那是我们一生的愿望。

父母与孩子之间的关系应该是坦诚相待的，常常妙趣横生，有时惊险刺激，偶尔又像坐滑行火车——被绑在一起。在害怕时互相抚慰，时而屏住呼吸，时而大喊大叫——也会伴着兴奋，迷惑或满足。做真实的自己，同时接受彼此的真实。心甘情愿的付出和收获把我们紧紧地连在一起。只要我们需要，每个人都可以展翅高飞。

年幼的孩子大多数时间都需要父母的照料，因为他们无法自己换尿布，也可能会因为睡眠不足而歪歪倒倒，14 岁时可能彻夜不归。但是抚育孩子不只是单方面的，我要大胆地指出，“抚育孩子”并不只是一个典范词语，引导人们相信父母只应该付出，它还包含更多意思，譬如：孩子必须与我们分享彼此的热情与经验教训等等。

由于写了《不要想念你的孩子》一书，（他们会在你知道之前离开，）我有机会和全国数千位父母交谈。很多父母都心怀忧虑和恐慌。他们的神经一直处于高度紧张的状态，时刻被“小心”，“危险”，“抚养错误”的信息困扰。他们更关心的是怎么做父母，而不是真正关心他们的孩子。听起来有点疯狂，不是吗？但你想一下：当你把所有精力都贯注于如何抚养他们和让他们逃避“危险的世界”时，你的眼光并没有落在孩子身上。孩子可以提供、展示并教给你很多东西。意识到父母与孩子之间的关系是双方面的，生活才会有活力，有激情，才能有真正的沟通。对它嗤之以鼻是可笑的，会错过机会。

本书中的想法、活动、幽默、实例以及偶尔的豪言壮语都是我及其他父母努力的结晶，想要帮你找到积极有趣的、引发思索的方式和孩子沟通。和孩子分开时，它也会鼓励你更充分地享受自己的生活。它们大多数都以故事的形式展现出来，不仅想要告诉你如何沟通，而且通过例子向你展示，是什么让那些父母和孩子心灵相通——或从父母的角度，或从孩子的角度。不论你多大，也不论你的孩子多大（即使他们已是成年人），尝试着去做一些新鲜事，或过去没做的那些意味深远的事，还绝不迟。有些想法可能浅显易懂，有些可能有点儿傻。有些可能会让你深感荣耀，有些可能会让你倍感痛苦。有些会触动你的灵魂……然而，它们总会在你们生命中激起火花，让你们不由自主地发出感叹。

所有这些都会给人们散播善心、自尊、快乐、满足感、片刻的轻松和无尽希望。它们意在减轻你的负荷，加深彼此的联系。每一篇都试图帮助你和你的孩子保持沟通，帮助他们如何更好地了解自己，给予他们信心，让他们满怀喜悦与热情，充满自豪和幸福地抚育下一代。

每天读一篇，或先读一遍然后仔细重读。标出你想记住的东西——特别是在当你的孩子还有三四年就要到达某个特定年龄时。在家中运用那些曾经打动你心灵的文字，运用它们的同时受到启发。把这本书作为一个给你建议和启发的跳板，在带给你娱乐的同时，让你的生活井然有序，让你自由呼吸，充满希望，这也正是本书的目的所在。

目 录

介绍	(1)
1. 开始放手	(1)
2. 细细端详孩子的脸	(1)
3. 自嘲	(2)
4. 餐后甜点	(2)
5. 意外收获	(3)
6. 面对面	(3)
7. 转圈	(4)
8. 神圣的请求	(4)
9. 抚摸他们	(5)
10. 参与	(6)
11.等等	(6)
12. 标志和象征	(7)
13. 尊敬他人	(7)
14. 切莫心不在焉	(8)
15. 做外星人	(8)
16. 折翅的鸟	(9)
17. 黄昏时分	(9)
18. 升旗	(10)
19. 什么是对的?	(11)
20. 入口	(12)

21. 所有的欢愉	(13)
22. 归我所有	(13)
23. 投其所好	(14)
24. 犯错	(14)
25. 步测	(15)
26. 同一星空下	(16)
27. 围绕身边的	(16)
28. 失控	(17)
29. 无能为力	(18)
30. 削皮	(19)
31. 想睡就睡吧	(19)
32. 话语的力量	(20)
33. 问	(21)
34. 三击球——出局	(21)
35. 心碎的痛	(22)
36. 沉默是金	(23)
37. 孩子眼中的世界	(24)
38. 跟我走	(24)
39. 成长的见证	(25)
40. 直率的问题	(26)
41. 道出心声	(26)
42. 捕捉彩虹	(27)
43. 欢呼喝彩	(28)
44. 恩宠的礼物	(29)
45. 教育的机会	(30)
46. 童心未泯	(31)
47. 分享面包	(32)
48. 看这个	(32)

49. 发问	(33)
50. 恩惠日	(33)
51. 指定曲目	(34)
52. 在镜中观察自己	(35)
53. 反面教材	(35)
54. 如风飞翔	(37)
55. 选择	(37)
56. 个性	(38)
57. 发挥想像	(39)
58. 瞄准!	(39)
59. 用小孩子的办法	(40)
60. 冷板凳	(41)
61. 自动改变主意的人	(41)
62. 幸福之轮	(42)
63. 收藏期待	(43)
64. 生活尽在掌握	(44)
65. 祝你生日快乐	(44)
66. 祝他们生日快乐	(45)
67. 融合	(46)
68. 处理	(46)
69. 发辩	(47)
70. 享受片刻的休息	(48)
71. 流动的杰作	(48)
72. 回避	(48)
73. 等等, 还有更多的!	(49)
74. 变换风景	(50)
75. 想加入的人	(50)
76. 唱下去	(51)

77. 道别	(52)
78. 蝙蝠侠	(53)
79. 寄一份便笺	(53)
80. 你打电话找我吗?	(54)
81. 五一国际劳动节	(55)
82. 啊……那样好多了	(55)
83. 睡衣晚会	(56)
84. 毫无价值	(57)
85. 如果你建造它	(57)
86. 再次上路	(58)
87. 宝箱	(59)
88. 打水漂	(60)
89. 改变	(61)
90. 莎拉的布娃娃	(61)
91. 做试验	(62)
92. 交换	(63)
93. 晒衣绳	(63)
94. 问	(64)
95. 暗号	(64)
96. 女儿节	(65)
97. 开始做游戏	(66)
98. 逮个正着	(67)
99. 从前	(67)
100. 打游戏	(68)
101. 跳动的心	(69)
102. 别接电话	(70)
103. 我也是	(70)
104. 放风筝	(71)

105. 事件中心	(72)
106. 创造机会	(73)
107. 停止	(73)
108. 控制	(74)
109. 我的孩子	(75)
110. 吹口哨	(75)
111. 记得当时	(76)
112. 兑换你的筹码	(77)
113. 清楚表达你自己	(77)
114. 做一个好的接收者	(78)
115. 墙上的印记	(78)
116. 越多越好	(79)
117. 从细微处入手	(80)
118. 我今天感觉不舒服	(80)
119. 传统	(81)
120. 什么重要	(81)
121. 带上礼物上路	(82)
122. 为我唱支歌	(83)
123. 我爱你	(83)
124. 认同的话	(84)
125. 猜字游戏	(84)
126. 信用	(84)
127. 收礼	(85)
128. 笑笑游戏	(86)
129. 暗号	(86)
130. 倾听	(86)
131. 明日复明日	(87)
132. 我不知道	(87)

133. 当你没有孩子的监护权时	(87)
134. 说些什么	(88)
135. 语言记录簿	(88)
136. 煎饼艺术	(89)
137. 吹呀吹	(90)
138. 儿童乐园	(91)
139. 飞吧, 孩子, 飞吧	(92)
140. 别说不能	(93)
141. 伸出关爱的手	(93)
142. 终极纽带	(94)
143. 对, 我记得很清楚	(94)
144. 真的在乎你	(95)
145. 留住记忆	(96)
146. 确保在线	(97)
147. 我这个姑姑	(97)
148. 喜欢你有的	(98)
149. 什么也不做	(99)
150. 领悟	(99)
151. 不必大惊小怪	(100)
152. 无声胜有声	(101)
153. 圣诞节帮我们渡过难关	(101)
154. 整理的职责	(102)
155. 脱口而出	(103)
156. 别怕	(103)
157. 好的坏的都带回家	(104)
158. 圆桌	(105)
159. 记住你是谁	(106)
160. 把门打开	(106)

161. 凡事从好处看	(107)
162. 闲聊	(108)
163. 照片	(108)
164. 根据他们的时间	(109)
165. 看到更多	(110)
166. 给我讲一个故事	(110)
167. 转换角色	(111)
168. 我们留下什么	(112)
169. 剑拔弩张	(112)
170. 万一	(113)
171. 一首老歌	(113)
172. 做一些事情	(114)
173. 科技冲击	(115)
174. 生活沟通小引擎	(115)
175. 自己旅行	(116)
176. 那是什么	(117)
177. 向快乐出发	(118)
178. 纪念物	(118)
179. 家宝	(119)
180. 你为生活做了什么	(120)
181. 自己的书架	(120)
182. 洗牌	(121)
183. 避风港	(122)
184. 代沟	(122)
185. 跟着指挥走	(123)
186. 不只是母亲	(124)
187. 公平游戏	(124)
188. 给他们自由	(125)

189. 和孩子约会	(126)
190. 把生活留下	(126)
191. 耸立的大树	(127)
192. 感觉	(128)
193. 谢谢你	(128)
194. 牵挂	(129)
195. 献爱心	(130)
196. 听我说	(131)
197. 心平气和	(131)
198. 坐在一起	(132)
199. 节日	(133)
200. 考虑一下它	(133)
201. 玩的艺术	(133)
202. 凌乱的美	(134)
203. 新事物	(135)
204. 金色笑容	(135)
205. 赶快来吧	(136)
206. 过虑	(136)
207. 朝前走, 别回头	(137)
208. 共度时光	(138)
209. 拥抱脚趾	(138)
210. 感受轰隆	(139)
211. 格言	(140)
212. 孩子不是棋子	(141)
213. 为你的孩子祈祷	(141)
214. 你擦干脚趾了吗?	(142)
215. 以笔代口	(143)
216. 独一无二	(143)

目 录

217. 梦想成真	(144)
218. 每月例会	(144)
219. 一笑解忧	(145)
220. 把最好的留到最后	(146)
221. 固执未必不是好事	(146)
222. 上帝之音	(147)
223. 周六之杯	(148)
224. 表演	(149)
225. 洗澡	(149)
226. 共处	(150)
227. 你开创了它	(151)
228. 百宝袋	(151)
229. 出去走走	(152)
230. 缝在一起	(153)
231. 一旦免职	(153)
232. 粘字	(154)
233. 我做得很对	(155)
234. 宠物	(155)
235. 心心相连	(156)
236. 自己的选择	(156)
237. 什么是公平?	(157)
238. 敏感话题	(158)
239. “你是特别的”	(158)
240. 谁是老板?	(159)
241. 忙里偷闲	(159)
242. 时光易逝	(160)
243. 充实你自己 (适当与孩子分开)	(161)
244. 永不匆忙	(161)

245. 品尝	(162)
246. 关于理发	(162)
247. 走向成熟	(163)
248. 心灵的礼物 (姻亲关系)	(163)
249. 融入孩子的生活	(164)
250. 天堂的伞 (简·郭斯诺提供)	(165)
251. 昵称	(166)
252. 爱憎分明	(166)
253. 我想.....	(167)
254. 我们的方式	(168)
255. 放飞想像	(169)
256. “为什么?”	(169)
257. 好父亲	(170)
258. 陌生人的危险 (关于恐惧)	(171)
259. 城堡里的时光	(171)
260. 自己的方式	(172)
261. 新年新气象	(172)
262. 爱的解释	(173)
263. 世代相连	(173)
264. 我是重要的	(174)
265. 简单的快乐	(174)
266. 爱的循环	(175)
267. 拥有一双明亮的眼睛	(175)
268. 你也能行!	(176)
269. 更好或更糟	(177)
270. 搞好邻里关系	(177)
271. 传达爱的信息	(178)
272. 话后测试	(179)