

教子书坊

30秒

看透孩子在想什么

最实效的亲子读心术，成功父母的第一项修炼

最有效的教育，从了解孩子的内心开始

掌握亲子读心秘诀，你的孩子必将发生巨大改变

一眼看穿孩子的心，让他的内心想法赤裸呈现，装不成，藏不住



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

◎成墨初 著

教子书坊

30秒 看透孩子在想什么

最实效的亲子读心术，成功父母的第一项修炼

◎成墨初 著

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

30秒看透孩子在想什么 / 成墨初著. — 北京：电子工业出版社，2013.7
(教子书坊)

ISBN 978-7-121-20297-1

I. ①3… II. ①成… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第091376号

责任编辑：王 维

文字编辑：王 秀 于剑侠

印 刷：三河市鑫金马印装有限公司

装 订：三河市鑫金马印装有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本：720×1000 1/16 印张：13.25 字数：212千字

印 次：2013年7月第1次印刷

定 价：29.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与
本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。



读懂孩子的心并不难

“父母只要留心观察，孩子全身都是信号。他每一个面部表情、每一个身体动作，都代表着他不同的心语。”

这句话是我的心理学老师董云说的，他从事儿童心理学研究很多年，在这方面颇有造诣。

“读懂孩子的心并不难，但父母必须具备一双瞬间识透孩子心语的慧眼。”他又说。

我对董老师这话深信不疑，因为我的母亲，就有一双洞察孩子内心的慧眼。

中考时，我以全县第二名的成绩考入市重点高中。那年暑假，母亲带我去村长家办事。

村长的儿子大铅，比我年长一岁，和我同级，成绩极差。仗着个头高，他经常在学校欺负我们这些个子矮的同学，并以此为傲。

当着母亲和大铅的面，村长不停地夸我贬他，甚至提出，让我假期帮大铅补习功课。

我们没在村长家停留多久，母亲便跟村长告别，带着我离开了他家。

在路上，我问母亲：“妈，咱们怎么这么快就走啊？”

母亲回答：“要是再不走，大铅就和你打起来了。”

我心里一沉，问道：“您是怎么看出来的？”

母亲说：“大铅昂首挺胸，身体微微前倾，用拇指紧扣住腰部的皮带，他一脸严肃的表情和紧闭的双唇，把他内心对你的不服和反感全部展露出来了。”

大铅在我们面前一直以“老大”自居，他爸在他面前夸我时，他自然会把愤怒撒到我身上，所以才摆出这种姿势来“威胁”我。

“但我并不怕他。”想起大铅充满挑衅的眼神时，我气愤地说道。

“你当时身体后仰，双手叉腰站在大铅面前，虽然尽量和他保持一定的距离，但这也是一种极具攻击性的站姿。”母亲说。

我心里暗暗佩服母亲，想不到她连这些都能看出来。

“就你俩一触即发的打架阵势，我看再多待一分钟，你们就得抱头打起来。”母亲又说，“这就是我要提前走的原因。”

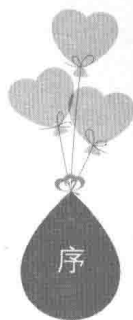
孩子的身体动作是语言的一面镜子，会无意中把内心的所知所想所感所思，准确无误地反映出来。父母要想洞察孩子内心的秘密，就得学会解读他的肢体语言。



孩子的生活习惯和他的肢体语言一样，也带着大量的心理信息。

朋友林浩上中学时，有一次过生日，有几位要好的同学到他家里做客。饭后，林浩的父亲和他们聊天时，把大家逗得非常开心。

林浩的同学吴争，脾气有点倔，凡事爱挑剔、抱怨，别人说话时，从来不认真听。但他在听林浩的父亲讲话时，频频点头，嘴里说道：“叔叔，您讲出了我的心里话。”



事后，很少在背后说人好话的吴争，对林浩感慨地说：“你爸真是我的偶像。他比我爸妈还了解我。你真幸运，有这么一位体谅人的老爸。”

“不会吧，他和你第一次见面，怎么会这么了解你呢？”林浩不相信地问。

“我也觉得奇怪，他不但知道我是什么性格，但说的每句话都合我的心。”吴争回答。

“我爸那人，就爱讲咱爱听的话。”林浩说道，“他平时也是这么和我聊天的，和他聊天简直是一种享受。”

“可他怎么这么了解我呢？难不成他是一个会看人心的大师？”吴争半开玩笑地说。

带着这个谜，林浩决定问问父亲。

“我是从吴争细嚼慢咽、斯斯文文吃饭的样子，看出他是一个做事认真、爱讲究的人。吃饭时，他皱着眉头看着你那些说话的同学，我猜他的性格可能有点挑剔。”

父亲的分析让林浩佩服得五体投地。

林浩感叹地说：“难怪你那么了解我，原来是从我吃饭的习惯中，把我的性格分析透了。”

父亲笑着说道：“吃饭习惯不但能暴露一个人的性格，还能泄露他的许多心理信息。”

孩子的任何习惯都是一种依照个人喜好形成的自我感觉良好的行为。这种习惯更接近他的本真心理，并在无形中把他的性格和心中的秘密透露出来。

父母对孩子正确的教育，要建立在完全了解他性格的基础上，这样你说出的话他才爱听，同时你能对他进行有效的引导。



孩子在你面前为什么不爱说话？

——那是因为他的肢体语言已经“说”过了。

孩子为什么总不对你说出心里话？

——那是因为你没有读懂他的心语。

孩子和你说话为什么总是言不由心？

——那是因为你没有好好解析他的言外之意。

孩子有时为什么会对你说谎？

——那是因为你平时对他太粗心大意。

孩子有时为什么不愿意和你说话？

——那是因为你不知道他爱听什么话。

.....

那么，父母究竟如何做才能在短时间内读懂孩子的心呢？

——相信读过这本书你一定会找到最真实的答案。

因受经验、能力、时间所限，书中可能存在诸多不当之处，在这里，我真诚地希望广大读者朋友及业内人士给予批评指正。同时欢迎关注孩子成长的家长及读者朋友在看过此书后，能够多提一些宝贵的观点和建议。我非常愿意与读者朋友共同更深入、广泛地探讨教育问题，让我们的孩子能接受到更好的家庭教育。

成墨初

2012年12月18日于北京

30

秒看透孩子在想什么

CONTENTS 目

第1章 亲子读心术——成功父母的第一项修炼

去你喜欢的地方——亲子读心术，解决孩子问题的万能法宝 / 1

她的笑不真诚——弄明白孩子在想什么，是教育真正的开始 / 6

我不想当作家——看透孩子的意图和想法，才可能进行有效引导 / 11

我怎么了——孩子的一切信息都在那儿明摆着，只是你不会“阅读” / 16

你心里想支持爸爸——熟练“阅读”孩子是一门需要训练的技术 / 21

第2章 控制话题，掌握主动——让孩子主动讲出他的心里话

你怎么进步这么快——跟孩子说话前，要做好准备，制订策略 / 26

你今天不想聊也得聊——给孩子创造舒适、轻松的谈话环境 / 31

今天你说话时少了个手势——善于倾听，听懂孩子的“弦外之音” / 35

爸爸想穿你画的长裤——鼓励孩子把真实的想法都说出来 / 39

你的布娃娃好可爱——寻找共鸣点，打开孩子的情感防线 / 44

听完故事就睡觉吗——剥茧抽丝，用封闭式提问引导孩子讲出真话 / 49

你真喜欢写作文吗——强力控制话题，莫让谈话主题任意游走 / 54

第2章 察言观色，相由心生——从孩子面部表情洞悉心理

不想去就不要勉强——眼部变化是孩子心理活动瞬间变化的体现 / 59

我皱眉是不舒服——眉毛的动作暗示孩子不同的心态 / 64

你的审美观点提高了——嘴部动作透露孩子心底的秘密 / 68

我并没有答应——鼻子会说话，依此来观察孩子的心思 / 72

我真没骗您——变幻的笑容展露孩子隐藏的内心世界 / 76

用冷漠筑起爱的保护墙——面部表情变化暗示孩子内心的喜怒哀乐 / 81

第3章 举手投足，尽显本色——孩子身体姿势泄露心里秘密

他低头是掩盖沮丧情绪——孩子不同的头部姿势表达不同的心思 / 85

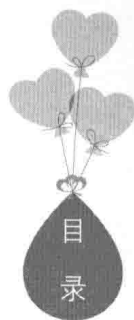
你心情焦虑时会紧握双手——孩子双手的动作泄露心中小秘密 / 89

你对我的话不感兴趣——孩子不同的手势透露出不同心态 / 94

紧握拳头是在控制怒火——从孩子双臂的动作中读出他内心的真实想法 / 98

做个可怜的姿势给她看——孩子手肘的动作所隐藏的小秘密 / 103

我喜欢听你讲话——身体角度的改变是孩子心理波动的表现 / 107



第●章 站立坐走，信息显露——从孩子腿部动作洞察他的内心

为买这支钢笔，我同事差点误了车——从孩子不同的站姿中解析他的内心 / 112

咱们以后再讲——孩子的脚部动作传达心情 / 117

今天你先讲——孩子随性的坐姿暴露他的心思 / 122

是不是在等人——从走路姿势了解孩子当时的心态 / 126

第●章 以小见大，见微知著——孩子的生活习惯透露内心愿望

吃饭挑剔是因为讲究——从孩子的饮食习惯观察他的心理 / 131

你丢什么东西了——从擦嘴习惯辨别孩子当时的心理 / 136

你遇到什么事情了吗——从孩子看电视的习惯看懂他的内心 / 141

你有权处理自己的事情——从刷牙的习惯辨别孩子的内心 / 146

好话暖人心——从说话习惯了解孩子的心灵特征 / 150

第●章 业余爱好，彰显本性——从孩子的兴趣爱好看他内心

你今天心情不好吧——从孩子喜欢的运动方式猜他的心理 / 155

爸爸会无条件地支持你的决定——从孩子喜欢的旅游方式猜透他的心思 / 160

和猫在一起有安全感——孩子养的宠物能折射出他的内心需求 / 165

妈妈想和你聊聊——孩子迷恋的音乐风格暗含着他的性格情感 / 169

我相信你的能力——从孩子看的电视节目类型解读他的心理 / 173

第●章 心口相应，言为心声——从孩子的言谈中读懂他的心语

不是规矩多，是你修养好——从孩子的说话声音看透他的心 / 178

拣最重要的话说——从孩子说话的语速破解他的心灵密码 / 183

你善解人意，相信你会改的——从孩子的说话方式获悉他心里的秘密 / 188

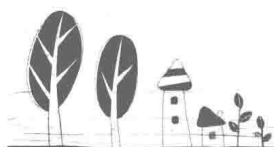
这件事妈妈得听你的——孩子的说话态度反映真实的内心 / 192

一定能考好——口头禅最能反映孩子的内心世界 / 197

后记 / 202

30

秒看透孩子在想什么



第1章

亲子读心术 ——成功父母的第一项修炼

去你喜欢的地方

——亲子读心术，解决孩子问题的万能法宝

当你对孩子的面部表情和肢体语言都有清楚的认识时，你会惊喜地发现，他的肢体动作原来如此丰富，竟然也会“眉飞色舞”、“手舞足蹈”地用身体来表达他内心的想法。

一年前，在一次亲子座谈会上，有位母亲难过地对我说，她儿子正在青春期，经常为一件小事发脾气，她和丈夫稍微表示点不满，儿子就和他们争吵。

最让她和丈夫不放心的是，儿子后来交了一些不好的朋友；成绩下

降很快。以前志向很大的他，现在都开始厌学了。

她忧心忡忡地问我：“成老师，你能帮我们劝劝他吗？”

我向她了解了她儿子的其他一些情况后，就提出要见见这个曾经想着当将军的男孩。

见面那天，当我看到那男孩时，心里一惊，这男孩外形很帅，是那种极具男性味道的帅，威武的身材，不胖不瘦，浓眉大眼，五官长得非常好。但漂亮的外表下却给人一种冷漠的感觉。

“成老师好，你写的书，我几乎全看过。”男孩的声音带着一种磁性，这声音仿佛有一种魔力，让人不由自主地对他产生好感。

我微笑着说：“哦，谢谢。”

简单的客套话后，我就拣他平时最感兴趣的话题开了头，满以为他会像别的孩子那样，充满兴致地和我谈。没想到，他只是静静地听，面部平静得像一尊优美的雕像。

那次谈话几乎是我一人在说，在我讲的过程中，他只用“嗯”、“啊”、“是”回应我，然后伴着简单的点头、微笑的表情。

看到他这个样子，我心里对自己说：“这个男孩太有主见了，我的话可能打动不了他。”

谈完后，他母亲让他先走，然后高兴地对我说：“成老师，谢谢你。我估计，您和他的这次谈话对他影响很大。”

我只笑了笑，不置可否。她好像看出我对她说的话有怀疑，坚定地说：“您放心，或许他不可能一下子和那些朋友断交，但我想他会想办法疏远他们的。”

我说道：“但愿如此。不过我觉得他好像没听进去我的话。”

她立刻说：“不，他对你说的话，心里非常认同。”

见我不解，她分析道：“你说话时，他的坐姿和双手摆放的位置和你完全一致。你端起茶杯喝水时，他也用和你同样的动作端起了茶杯。”

我更困惑了，问：“你说他在模仿我？”



她笑了，说道：“不是刻意模仿，而是身不由心。当我们赞成对方的话时，会不由自主地姿势和对方保持一致，而我们自己并没有感觉。”

为了让我相信她的话，她又说：“以前我和儿子谈话时，当他表现出这种状态时，我就知道他听进去我的话了。他上中学后，在我面前，几乎没有表现过这种状态了。”

那年暑假，这位母亲打来电话，喜滋滋地说：“我儿子成绩上升很快。他还把你讲的一些话写在本子上，以此来警示自己。他对我们说，等考上理想的大学后，再去拜访你。”

父母只有掌握了亲子读心术，才能熟练解读孩子的心灵密码，快速弄清他的真实想法，有效解决他的实际问题。这时你的教育才能对症下药、顺势而为，进而取得圆满的教育效果。



上中学的时候，有一年春节，我跟着父母回老家。在爷爷家，有几个堂嫂问过我简单的问题后，就开始高声谈论着彼此的家长里短。

听着那些让我感到乏味的话题，我心里有说不出的厌烦，但出于礼貌，又不能抽身离去，只好痛苦地待在那里，心里一直在为离开这里找借口。

就在我绞尽脑汁想着逃离时，父亲出现了，他笑着对我说：“你过来一下，帮我办件事。”

我如获大赦，兴奋地跟着父亲来到门外。我问父亲：“爸，你让我干什么啊？”

父亲微笑着看我一眼，用手拍拍我的肩膀，说道：“我托你办的事情就是，你觉得在哪儿待着舒服、开心，就去哪儿。”

父亲的话，让我的心感到无比轻松、愉悦。我抬起头，看到父亲那双仿佛能洞察我心底的眼睛，不由地和他相视而笑。

“爸，你从哪里看出我不想待在房间里？”笑过之后，我问道。

“从你的身体姿势中。”父亲说，“你虽然和她们一起并排坐在沙

发上，但你身体前倾，两手分别抓住沙发的侧面，脚尖冲着前面，一副随时离开的样子。”

父母要想获得孩子的好感，就得有一双在瞬间看出他心里想什么的慧眼。当你在他需要的时候帮他解围时，你在他心里就是“救世主”。而他回报你的，将是千金难买的信任。



“要想读懂孩子的心，父母就得留心观察他平日的表情，因为他身体语言所发出的每一个信号，都代表不同的意思。”

这句话是我上心理培训班时，一位心理学老师说的。当时我对这话没什么感触，直到我做了父亲，从对女儿桐桐的教育中，我才领悟到这句话的内在含义。

有一天晚上，我在客厅看电视，妻子和桐桐坐在我旁边的沙发上，像平时那样闲聊。电视中间插播广告时，我笑着对她们说：“嘿，看你们聊得这么好，我也加入好吗？”

妻子和桐桐笑笑，异口同声地说：“好啊。”

可没过一会儿，我就退出了她们的谈话，决定回书房看书去。我离开时，桐桐问：“爸，你怎么要走？不想和我们聊了？”

“不是我想走，是你和你妈妈，根本不欢迎我。”我如实说道。

“怎么会？我是欢迎你的。”桐桐虚情假意地说。

“我也欢迎。”妻子也跟着凑热闹。

“你们俩就别忽悠我了。”我笑道，“你看你们的坐姿，以相同的姿势围成了一个圈，这明明是排斥我的嘛。你们用话骗我，但身体的语言告诉我，你们在说谎。”

桐桐听了，先是怔怔地看着我，接着有点吃惊地说道：“爸，我真怀疑自己听错了。你咋猜得这么准呢？其实，我和我妈在谈一些私密的事情，心里还真不想你参与。”



“我们这可是为你好啊。”妻子笑着说了实话，“女儿和我一样是女性，在讲某些话时，还真有点男士不宜呢。”

准确读懂孩子的心，会让父母在不同的场合说出合孩子心意的话。有了父母的理解，孩子会更愿意倾诉心声；有了孩子的支持，父母才能在亲子教育中占据主导地位。



父母只要留心观察，就会发现这样一个规律：孩子在开口说话前，面部表情、身体动作会流露出一丝蛛丝马迹。当他说话时，身体和嘴巴一样也在动。而这些动作，就是他的肢体语言。

当你对孩子的面部表情和肢体语言都有清楚的认识时，你会惊喜地发现，他的肢体动作原来如此丰富，竟然也会“眉飞色舞”、“手舞足蹈”地用身体来表达他内心的想法。

成墨初的亲子读心小窍门



1. 当孩子发脾气或者不耐烦时，父母要在尊重他的基础上，接纳他的坏情绪，然后找机会安抚他。
2. 孩子厌倦做某些事情时，父母要循循善诱，让他增知增智，获得做事的乐趣，加深亲子间的感情。
3. 孩子做错事情时，父母要帮助他分析原因，找出危害，让他心服口服。
4. 孩子出现过激行为时，父母要理智对待，劝说时要动之以情，晓之以理，把道理向他解释清楚。

她的笑不真诚

——弄明白孩子在想什么，是教育真正的开始

要真正弄懂孩子的心，父母除了满足他的物质需求外，还要给予他精神、心理上的安慰。和他沟通时，在耐心倾听的同时，要多观察和解读他无声的肢体语言。这样教育才有效果。

我小时候，有一年春节，母亲、姑姑要带我和妹妹到集市上去，走之前，母亲对我们约法三章：不能要钱买新衣服，不能要钱买零食，不能到处乱跑。

我一心想去市里的书店看书，就一口答应了。一向爱吃爱穿爱玩的妹妹，却一再要求母亲不要跟她约定第一条。母亲不同意，妹妹耍赖皮，姑姑只得在一旁劝她。

眼看快到出发的时间了，妹妹仍然没有妥协，无计可施的姑姑说道：“女孩子爱美不是错，可是那些卖衣服的人，看到有小孩哭着要衣服，价格就会提得很高。”

“那我不哭着向妈妈要衣服了。”妹妹回答。

“你同意了？”姑姑看到妹妹边揉眼边露出笑容，十分高兴，“快进屋换衣服，一会儿咱们就走。”

“我们走，你留在家里。”临走时，母亲对已经换好衣服的妹妹说。

姑姑忙说：“她答应不买新衣服了。”

“我要让她亲口对我说，如果在集市上不听话，不但不买新衣服，压岁钱也不给。”母亲严肃地说。