

亲子沟通的简单诀窍

和谐家庭的现代智慧

TALK WHAT YOUR
CHILDREN LIKE TO HEAR

父母会说 孩子爱听

俞慧霞 / 编著



没有不听话的孩子，只有不会说话的父母。
孩子为何不买父母的账，只因父母说话不得当。
父母教育孩子最基本的形式，就是与孩子谈话。
世界上最好的教育，是在和父母的谈话中不知不觉获得的。

中国纺织出版社

亲子沟通的简单诀窍

和谐家庭的现代智慧

TALK WHAT YOUR
CHILDREN LIKE TO HEAR

父母会说 孩子爱听

俞慧霞 / 编著



中国纺织出版社

内 容 提 要

父母总希望孩子能听自己的话,可为什么孩子偏偏把父母苦口婆心的说教当成耳边风?怎么能让孩子听话?假如世上有让孩子听话的药,估计父母肯定会不惜一切代价买回家在第一时间给孩子吃的。可世上哪会有这种药呢?还是看看本书中家庭教育专家有什么新鲜招数吧!没有不听话的孩子,只有不会说话的父母。孩子为何不买父母的账,只因父母说话不得当。本书列举了值得父母借鉴的10种说话方式和父母必须避免的10种说话方式,并对其做了深入浅出的分析,更有家教贴士、家长作业等小板块,让作为父母的你会更会说话,让孩子更好成长。

图书在版编目(CIP)数据

父母会说 孩子爱听/俞慧霞编著. —北京:中国纺织出版社, 2008.5

ISBN 978-7-5064-4878-9

I. 父… II. 俞… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 024562 号

策划编辑:曲小月 林少波 责任编辑:闫 星

特约编辑:祁 薇 责任印制:周 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

三河市兴达印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2008年5月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:16

字数:164千字 定价:26.80元

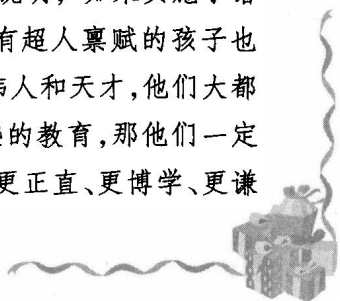
凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

序：为了孩子，我们值得努力

现代家庭教育十分注重沟通的作用，而如何与孩子沟通则成为家庭教育过程当中一个非常重要的内容。其实关于这方面的内容，只要家长多留意一些就会发现，每天都可以通过各种渠道来获得丰富的信息，如电视、广播、书本、报纸、杂志以及网络等。甚至可以说，如果家长多留心收集，并且能够结合自身培养孩子的实际情况认真分析和总结，那么用不了多长时间就会成为这方面的“专家”——之所以要在专家二字上面加上引号，是因为这种“专家”往往都是停留在理论层次上的，一旦让家长将自己所掌握的现代家庭教育理念与方法运用到实践当中，这些家长就会抱怨“这实在是太难了”、“我根本控制不住自己的情绪”、“暂时可以勉强做到，但不能坚持得太久”……

其实，家长的如上抱怨真有不负责任的嫌疑，要想让孩子受到良好的教育本身就不是一件容易的事情——为了孩子的将来，我们需要认真学习一些科学的教育方法，我们需要积极主动地和孩子进行沟通——做好这一切虽然很难，但是却非常值得。要知道我们对孩子说话的方式，将来会成为孩子说话的一种习惯，我们对待孩子的态度，也往往决定了孩子将来对待我们的态度。况且，如果你现在能够努力将这些好的沟通态度与方法坚持下来，那么过一段时间，你及你的家人就都会发现，其实这些说话方式与处理问题的态度已经成为一种自然而然的习惯！

西方著名的教育家卡尔·威特曾经用大量的实例说明，如果实施了错误的教育方法，不要说禀赋一般的孩子了，即使是拥有超人禀赋的孩子也会被扼杀掉。他还这样告诫众人：“纵观有史以来的伟人和天才，他们大都有着这样或那样的缺点，倘若能给他们以再高明一些的教育，那他们一定会更伟大、更健康、更和善、更宽容、更出色、更聪明、更正直、更博学、更谦



虚和更坚强。一言以蔽之,就会成为更加尽善尽美的伟人和天才。”

也许一些家长会说,纵然没有听到卡尔·威特说的这些话,我们也明白教育对于孩子成才的重要性。可是,同上面提到的很多家长一样,这些家长同样是“知而不行”——什么都懂,但是执行起来却大打折扣。当被问及为何不能将自身掌握的教育理念及了解到的沟通方式努力运用到实践当中时,这些家长同样会说困难太大,要么就是埋怨孩子根本就不配合。结果呢?在家庭内部,无论是家长还是孩子,双方都对彼此充满了抱怨,相互无法友好地沟通,甚至还会产生难以愈合的裂痕!而有些明明具有较好发展前途的孩子,则会因为与父母沟通不好而产生逆反心理,甚至走入歧途!

这些问题是每一位家长都不愿意看到的,也是让人们感到揪心疼痛的。因此,作为肩负着教育子女重任的家长,当我们在家庭教育的过程当中发现一些问题时,不要把责任都归在子女身上,因为他们毕竟还是孩子,其自制能力与辨别是非的能力都还没有完全具备,而且由于知识水平与生活经验的不足,对于很多事情他们都不能做出正确的判断。作为家长的我们应当首先控制自己的情绪,并把自己学习到的各种教育方法与沟通方式努力运用到教育子女的实际当中去。尽管我们已经非常辛苦,而且要做到这些也很难,但是为了孩子,真的非常值得!

当然,与孩子进行沟通,是一门艺术,而不是一门学科,没有所谓的标准答案,也没有固定的沟通模式。这就需要家长不能刻板地照搬所谓的“先进理念”和“科学方法”,而应该结合自己家庭的客观情况以及实际情境来将这门艺术很好地融入我们的家庭教育当中。

为人父母,原本就不容易,而要成为称职的、无愧的、将来能够为孩子感到骄傲和自豪的父母就更需要付出艰辛的努力!现在,让我们一起努力!为了孩子,为了社会,也是为了我们自己!

编著者

2008年1月

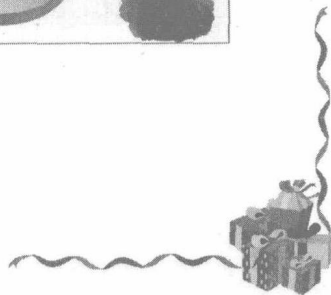
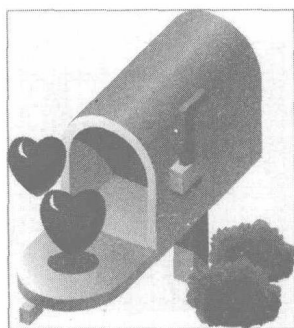


目 录 CONTENTS

值得父母借鉴的 10 种说话方式： 孩子的幸福在父母嘴上

古语说：“养不教，父之过。”孩子能否健康成长与父母的教育息息相关。教育当然免不了要讲道理，但如何讲却大有学问。如果道理讲得过于空洞、抽象，孩子就会觉得晦涩、枯燥而不愿接受；但如果能从孩子的心理和生活实际出发，运用比喻、类比、故事等方式，就会使道理变得形象生动、通俗易懂，从而使孩子易于接受、乐于听从。成功的父母懂得调整与孩子交流的心态，调整说话的方式，孩子就可能认真倾听父母说话，从而养成认真倾听父母说话的习惯。

- 方式一：换位思考 / 3
- 方式二：充分尊重 / 15
- 方式三：征询意见 / 32
- 方式四：积极引导 / 44
- 方式五：变换话题 / 56
- 方式六：发掘优点 / 68
- 方式七：把握尺度 / 81
- 方式八：灵活多变 / 91
- 方式九：借助工具 / 103
- 方式十：留给时间 / 116



CONTENTS ●●●● 目 录

父母必须避免的 10 种说话方式： 孩子的心灵在这里关闭

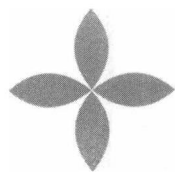
一位教育专家说得好：“没有不听话的孩子，只有不会说话的父母。”有些父母在与孩子沟通时，只顾宣泄自己的情绪，不注意说话的方式和效果，结果使孩子产生排斥、逆反心理，导致彼此之间沟通的阻碍，孩子的心灵之门也在此关闭。谈话的目的不是在这块土地上插上你的旗帜，而应该是播种你的思想。种子不会像旗帜一样可以随意拔掉的，最重要的是让孩子接受你的种子，他会在合适的时候按照自己的方式来成长！说话方式决定沟通效果，孩子的心灵会向理解他的父母敞开！



- 方式一：喋喋不休 / 129
- 方式二：追根究底 / 141
- 方式三：语气粗暴 / 155
- 方式四：指责抱怨 / 167
- 方式五：轻视否定 / 178
- 方式六：居高临下 / 191
- 方式七：威胁吓唬 / 202
- 方式八：消极悲观 / 215
- 方式九：挖苦嘲笑 / 227
- 方式十：总翻旧账 / 238

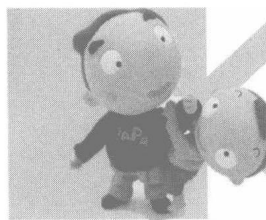
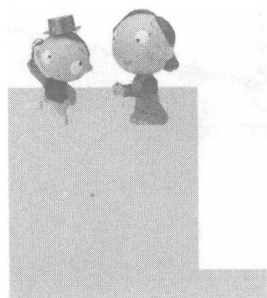
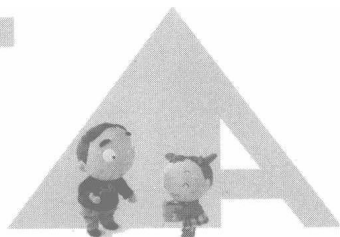
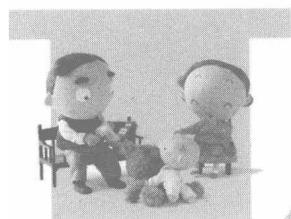
参考文献 / 247





值得父母借鉴的 10 种说话方式

孩子的幸福在父母嘴上





note

古语说：“养不教，父之过。”孩子能否健康成长与父母的教育息息相关。教育当然免不了要讲道理，但如何讲却大有学问。如果道理讲得过于空洞、抽象，孩子就会觉得晦涩、枯燥而不愿接受；但如果能从孩子的心理和生活实际出发，运用比喻、类比、故事等方式，就会使道理变得形象生动、通俗易懂，从而使孩子易于接受、乐于听从。成功的父母懂得调整与孩子交流的心态，调整说话的方式，孩子就可能认真倾听父母说话，从而养成认真倾听父母说话的习惯。

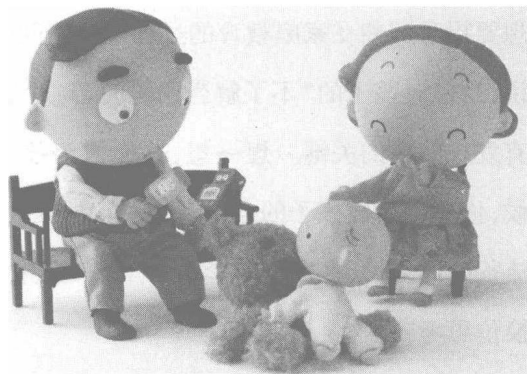
方式一：换位思考



家长遇到的问题

在平时教育和培养孩子的过程当中,当你感到自己很多好心好意的劝说、建议换来的只是孩子的厌烦、叛逆或干脆只是“耳旁风”时,作为家长,你马上要做的就是认认真真地反省自己的说话方式了。好好想一想,在你的家庭教育过程中,是否经常会发生这样的事情:当你越是具有控制、强制、主宰孩子行为与思想的强烈欲望时,你的表现往往越是急切和激进,可是你离自己想要达到的目标反而越远。

如果你发现自己已经遭遇了以上问题,那么你又是怎样想的呢?也许你会满腹委屈地说:“我还不都是为了孩子好……”类似的话在我们的调查过程中经常听到,但是说这些话没有任何实际意义,而且这只会使家长与孩子的沟通始终以“拉锯战”的形式不断上演:家长越



是用自己的知识、经验和感受苦口婆心地对孩子进行劝说,孩子越是感到厌烦。



当然了,我们并不是要否定家长在教育子女过程中的付出和努力,也不是说家长的劝告和建议对于教育孩子没有任何积极的意义。我们只是想要提醒那些在家庭教育的过程中遭遇问题时不断抱怨的家长,可以这样说,当你对孩子的“不了解当妈妈的苦心”进行抱怨的时候,你其实仍然没有发现问题的关键。想一想,在你抱怨孩子“不了解当妈妈的苦心”的时候,你是否站在孩子的立场上去了解他们内心的想法呢?用当下一个颇为流行的词来说,在家庭教育中,作为家长,你是否从孩子的角度出发进行了换位思考呢?

平时我们是不是经常把自己的感受、意见强加在孩子身上,我们一相

情愿地认为这一切都是为了孩子好,可是,我们真正地站在孩子的立场上考虑过吗?即使我们提出的意见和劝告等确实是为了孩子好,可我们提出意见和劝告的方式是否更容易让孩子接受呢?想一想我们自己,如果有人经常把自己的想法或意见强加在我们身上,只是让我们依照对方的想法或意见执行,而且还口口声声地说是为了我们好,我们会有怎样的想法?我们自己也不愿意受到这样的“待遇”,甚至有时候明知有些想法或意见对我们来说是有些益处的,我们内心也会产生排斥情绪,并且会感到泄气、失望和不愉快,不是吗?

“己所不欲,勿施与人。”在家庭教育的过程当中,父母一定要学会换位思考,如果你想要让自己的意见或建议受到孩子的重视或认可,那你就必须做到这一点。在这方面,我们看看那些善于与孩子沟通的聪明父母们是怎么做的。



聪明的父母这样说

1. ……你是这样想的吗?

昊昊的表弟到昊昊家来玩,可是,当表弟想要拿昊昊的玩具时,昊昊总是会从表弟的手中迅速夺过来,而且还会不高兴地说:“这是我的,你不许动”。表弟只要拿起一件玩具,昊昊就会这样,这使得表弟非常生气,于是在昊昊一个人玩玩具的时候,表弟总会想方设法地破坏,他不是把昊昊垒到一半的积木故意推倒,就是把昊昊放在轨道上的玩具火车一脚踢得远远的……

两个孩子之间的“战争”一触即发。看到这样的情形,爸爸

赶快把昊昊叫到一旁，他心平气和地对昊昊说：“表弟刚来咱们家的时候，你看上去很欢迎他，是不是？”昊昊回答说：“是的，可是他总抢我的玩具，还踢我的火车……”

爸爸听到昊昊的“控诉”后仍然平静地说：“是你首先不让表弟玩你的玩具，他才生气地踢火车的。你是怕他弄坏你的玩具，才不让他玩儿还是你只想一个人玩这些玩具呢？”听到爸爸的话，昊昊回答说：“我只想自己玩这些玩具，不想和表弟一起玩儿。”

听到昊昊这样说，爸爸又说道：“你觉得一个人玩玩具可以完全按照自己的想法去玩儿，这样玩起来会更高兴，你是这样想的吗？”听到爸爸说到这里，昊昊用力点了点头，表明爸爸这一次真正猜到了自己的心思。

看到昊昊的表情，爸爸知道说服孩子的关键时刻到了，于是他把声音调高了一些说道：“可是，当你自己玩玩具以后，你却没

有获得自己预想中的快乐，因为表弟不停地在旁边捣乱，可这不能怪他，因为他手里没有任何玩具可玩。如果你和表弟一起玩这些玩具，或者各自拿一些玩具玩，那你们两个人就都高兴了，对不对？”看到昊昊还有几分不情愿，爸爸又说：“记得上次咱们到姑姑家，表弟很热情，他把整个玩具箱都搬出来，让你随便挑，你当时感觉很好，



而且那次和表弟玩得也非常开心,是这样吗?”爸爸的话刚说完,昊昊已经快步跑到自己的房间,他也把自己的玩具箱都搬了出来,并且告诉表弟可以挑自己喜欢的任何玩具和他一起玩。

当家长能够从孩子的角度出发,站在孩子的立场上考虑问题并通过适当的方式让孩子知道你理解他、关心他的感受时,很多问题往往都会变得更容易解决。至少,在孩子看来,父母愿意了解他内心的感受,自己是被关心和重视的。如果家长不站在孩子的立场上考虑问题,而是当问题出现时,马上就不分



青红皂白地对孩子进行批评、指责和抱怨,那么,或许家长可以暂时利用自己的“权威”使孩子服从,可是问题本身实际上并不会得到解决,而且还会因此而变得更加难以处理——父母根本没有站在孩子立场上考虑问题的方式已经在孩子的内心深处留下了很深的烙印,如果父母仍然不能及时改正自己的教育方式,那么日久天长,孩子就会因为父母错误的行为及表达方式而出现性格偏执、悲观自卑等问题,同时孩子还会对父母产生怨恨心理。

如果你不能马上了解孩子内心的感受,那么你不妨通过巧妙的询问、认真的观察以及一些试探性的语言去努力做到这一点。事实上,要想很好地了解孩子内心的感受,一个最有效的方式就是真正地站在孩子的立场上去

考虑问题,将自己置于孩子的地位和立场,想一想,如果你就是孩子本身,你会怎么想、怎么做。

2. 妈妈知道你有些难过(失望/伤心)。

当女儿想要一件漂亮的衣服,可是由于价格高、女儿衣服已经很多以及怕女儿太注重外表等种种原因你不愿意买下那件衣服时,女儿心里必定有些失望和难过。对于女儿内心的这种感受,作为父母应该予以理解,而父母的理解往往要比直截了当地拒绝和苦口婆心地解释更容易让孩子接受。告诉女儿,你知道她有些难过,你理解她的感受,然后带着女儿迅速离开销售那件衣服的地方。这样一来,虽然你没有直接说出拒绝购买衣服的话,可是女儿已经从你的语言及行动中了解到了这一点,而且她还知道“妈妈理解我内心的感受,可今天不能买,因为要留下钱买辅导资料……”

可是,在实际生活中,很多父母明知道孩子的要求没有得到满足后会在其内心产生不愉快的感受,还要试图用一大堆理由去向孩子解释,或者用夹杂着批评、指责性的语言去教训孩子,如“你怎么这么不懂事,见什么要什么”、“说好是来买文具的,你又要买衣服,哪有那么多钱……”这样只会使孩子内心的不愉快感受进一步得到增强,而且还会使孩子对你的话产生反感,甚至会让孩子产生“妈妈一点儿都不喜欢我”、“我喜欢的东西不要指望妈妈给买,她只知道关心自己,她从不关心我”等消极情绪。

因此,如果你确定孩子内心的某种感受,那么就请你直截了当地替孩子把他们内心的感受陈述出来。必须要提醒的是,在陈述孩子内心感受的时候,语言一定要尽可能简练和准确,而且要从表情、神态等方面充分表现出你理解孩子内心的感受,你的的确确是站在孩子的立场上去说这些话的。当你准确、简练且真挚地替孩子陈述清楚他们内心的感受时,他们就

会与你产生强烈共鸣,感到自己确实是受到父母关爱和重视的,接下来,他们就会更加心平气和地接受自己的要求不能得到满足的现实,并且会积极主动地化解自己内心的不愉快。

3. 爸爸像你这么大的时候……

当孩子具有一定反省能力的时候,如果他们感到自己的某些语言或行为出现了错误,他们就会为此而进行一定程度的反思和自我检讨,并会因此而产生一定的羞愧感、失望情绪或者悔恨感以及自卑心理等。针对孩子的这些心理反应,家长在与他们进行沟通的时候,更要站在他们的立场上对他们进行充分的理解。让他们知道自己所犯的 error 是可以被原谅的,也是很难避免的,父母仍然关心他、爱护他、尊重他。当然了,在此基础之上,家长还要采取适当的方式帮助孩子认识到自己所犯错误的实质、根本原因以及尽可能弥补这些错误的积极方式等。如下面这位聪明父亲的做法:



一个正读中学的男孩子因为给同班一位女生写“情书”而受到了老师的批评,而且老师还在第一时间通知了男孩的家长。男

孩的父亲在得知这件事情以后，不是愤怒地教训孩子，而是很平静地回到了家，他知道怎样做对孩子来说更好。

父亲回到家以后，孩子还没有回来，通常孩子总是比父亲先回到家，这一次他可能是故意回家晚，因为他想，老师一定把班上发生的事情告诉了父亲，他不知道该怎么面对家人。当孩子拖着脚步垂头丧气地从外面走回来时，父亲拍了拍儿子的肩膀说道：“怎么了？感到不开心？生活中不开心的事情总是很多，至少你现在是这么认为的。呵呵，爸爸像你这么大的时候，也经常这样想……”听到爸爸这么说，儿子内心的羞愧暂时被强烈的好奇心代替了，他很想知道爸爸在他这个年龄的时候是怎么看待“恋爱”问题的，可他又不好意思问。父亲当然知道儿子心里的小“秘密”，于是故意说：“那时候，我们班上有一个女孩学习成绩好……”当儿子再一次问到“后来怎么样了”时，父亲又说：“后来我也努力学习，想要超过她，而她当然不甘落后，我们就这样展开了一轮又一轮的学习竞赛。结果，我们都考上了大学，只不过我考的是北京的大学，而她则考的是南方的一所大学。”“那最后呢？”儿子仍然充满好奇地问。父亲笑了笑回答：“后来我又认真上大学、考研究生，然后又上班，就认识了你妈妈，一位非常出色的女性，然后才有了你，一位同样出色的小男子汉！而那位女生听说也有了自己幸福的家庭。”这时，只听儿子叹了一口气说道：“真可惜！一段美好的初恋还没开始就结束了！”听到儿子这样说，父亲语重心长地又说道：“是有些可惜，不过现在想一想，幸亏我没有在那时候就开始自己的初恋，否则的话，很可能我和那位