



进入孩子
内心世界的通行证

孩子就吃 你这套

温旻盈◎编著

用孩子喜欢的方式教育孩子的第一本书
父母情感引导式教育的最好实践

中国文联出版社

孩子就吃 你这套

温旻盈◎编著

中国轻工业出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

孩子就吃你这套 / 温旻盈编著. — 北京: 中国戏剧出版社, 2011.7

ISBN 978-7-104-03511-4

I. ①孩… II. ①温… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 129125 号

孩子就吃你这套

责任编辑: 赵成伟

责任出版: 冯志强

出版发行: 中国戏剧出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码: 100097

电 话: 010-58930221 58930237 58930238
58930239 58930240 58930241 (发行部)

传 真: 010-58930242 (发行部)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 三河市祥达印装厂

开 本: 710mm × 1010mm 1/16

印 张: 15

字 数: 170 千

版 次: 2011 年 11 月北京第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-104-03511-4

定 价: 26.80 元

版权所有 违者必究

前言

天下的父母都是爱孩子的，所做的一切也都是为了孩子，他们用自己的爱，用自己认为最好的方式教育并培养着孩子，希望孩子能够成才，能有一个美好的未来。

然而，很多父母在教育子女的过程中都有这样的经历：把自己认为最好的都给了孩子，尽自己所能地满足孩子的需要，费尽口舌，费尽精力，苦口婆心地说了多少次，孩子却依然我行我素。有的孩子甚至觉得父母太专制，总是顶着“爱”的名义，限制自己的自由，一点儿也不考虑自己的内心感受。孩子这样的态度和反应让父母伤心沮丧的同时，更增加了父母的无奈和茫然，始终不明白问题出在了哪里。

其实，家庭教育中出现这样的问题在所难免，因为父母生活在成人的世界，有着自己的评判标准和行事方法；孩子生活在自己的世界，也有自己的想法和坚持。这两者之间时不时会出现冲突和矛盾，需要我们去调整。

著名教育家苏霍姆林斯基说过：“每个孩子都有与生俱来的个性，而且每种个性都有着成功的可能性，关键在于父母如何发掘和引导孩子的个性，使孩子发挥出最大的潜能。”每一个孩子都是独一无二的，都有属于自己的、独特的、不可替代的个性。真正成功的家庭教育，应该是用孩子喜欢的方式，对孩子进行引导和教育。

用孩子喜欢的方式对孩子进行引导和教育，前提是父母要了解孩子的独特个性，了解并遵循孩子的成长规律。当父母的教育理念受到孩子的质疑或是反对时，父母不应该用家长的权威来迫使学生接受，也不必感到怅然若失、不知所措。家长应该先控制好自己的情绪，和孩子谈一谈，看看问题出在了哪里。一般而言，孩子不愿听从父母的教导，往往是因为父母用错了方

孩子就吃你这套

法，所以孩子才会不吃父母这一套。

我们常说：“方法对了，事情就成功了一半。”在教育孩子的时候，也是这样。如果父母能清楚地知道“孩子吃哪一套”，父母就能轻轻松松地做到“投其所好”、“因势利导”，让孩子真切地感受到父母的关爱，心悦诚服地接受父母的教育和引导，开开心心地学习和成长。

本书分七章，结合现代孩子的心理特点，针对家庭教育中父母最关心的问题，展开详尽地讲解。本书旨在向父母展现孩子行为举止背后的心理活动，解析孩子真正的心理需求，进而告诉父母“孩子到底吃哪一套”。父母只有了解到孩子行为背后的心理诉求，才可能获得进入孩子内心世界的通行证，真正了解孩子。

用孩子喜欢的方式方法对孩子进行引导和教育，及时发现孩子的闪光点，因势利导，因材施教，才能最大限度地挖掘孩子的潜能，实现孩子的全面发展。

目 录

第一章 孩子就吃“父母和自己是朋友”这一套

孩子喜欢愿意和自己做朋友的父母。父母应该和孩子成为好朋友，以朋友的姿态来尊重孩子，平等地对待孩子。和孩子成为朋友，才能更好地赢得孩子的信任，更好地了解孩子、满足孩子的需要，帮助孩子健康快乐地成长。

002 / 和孩子成为好朋友

004 / 像对待朋友一样对待孩子

007 / 关心孩子的学习

010 / 在生活中关心孩子

012 / 在错的时候，要向孩子道歉

015 / 多和孩子说说心里话

019 / 对孩子说话要算数

023 / 多从孩子的角度看问题

027 / 允许孩子发脾气

第二章 孩子就吃“父母陪自己玩耍”这一套

玩是孩子的天性，每一个孩子都希望父母能多一点儿时间陪自己玩耍。父母陪孩子一起玩耍，能让孩子获得更多的快乐，拉近父母与孩子之间的距离，同时还能有助于父母发现孩子的闪光点，有利于挖掘孩子的潜能。

032 / 多一点儿和孩子玩耍的时间

034 / 和孩子一起做游戏

037 / 经常带孩子在户外活动

041 / 给孩子表演的空间

044 / 学会给孩子讲故事

048 / 和孩子一起看电视

052 / 多陪孩子玩益智游戏

054 / 和孩子一起参加体育锻炼

057 / 跟孩子一起回忆童年

第三章 孩子就吃“父母鼓励和赞美自己”这一套

卡尔·威特曾说过：“不是聪明的孩子被夸奖，而是夸奖使孩子更聪明。”每一个孩子都希望得到别人的认可。孩子最喜欢父母对他的赞美。父母及时而适当的赞美，能让孩子体会到成就感，树立起自信心，更坚强地去面对成长中的困难和挑战。

062 / 孩子最喜欢对他的赞美

064 / 不要吝啬你的赞美和鼓励

067 / 赞美让孩子更自信

070 / 不要拿孩子与别人作比较

073 / 带着赞美鼓励孩子

076 / 当着别人的面赞美孩子

080 / 该赞美时，要及时赞美

083 / 赞美孩子也要把握好度

第四章 孩子就吃“父母顺着自己的兴趣和爱好”这一套

“兴趣是最好的老师”，每个孩子都会有自己喜欢和感兴趣的东西，每个孩子也都希望父母能尊重自己的兴趣和爱好。父母不应该随意剥夺孩子的兴趣爱好，应该鼓励孩子去做喜欢做的事，并帮助孩子挖掘和培养兴趣和特长。

- 088 / 兴趣是孩子最好的老师
- 091 / 尊重孩子的兴趣爱好
- 094 / 培养孩子的兴趣爱好
- 098 / 善于发现孩子的闪光点
- 102 / 让孩子品味成功的乐趣
- 105 / 允许孩子在兴趣上不专一
- 108 / 不要把自己的兴趣强加给孩子
- 112 / 挖掘并培养孩子的特长

第五章 孩子就吃“做自己喜欢的事”这一套

每个孩子都有自己的天性，他们总是希望父母能让他们做自己喜欢做的事。顺应孩子的天性，尊重孩子的成长规律，才能做到因材施教、因势利导，培养出真正优秀的孩子。父母要学会“该放手时就放手”，鼓励孩子多尝试自己喜欢的事，培养孩子独立自主的性格。

- 118 / 孩子喜欢去冒险
- 121 / 鼓励孩子当领导
- 124 / 孩子喜欢“搞破坏”
- 127 / 该放手时就放手
- 130 / 孩子喜欢自己选择朋友
- 133 / 不要侵犯孩子的隐私
- 136 / 尊重孩子的理想
- 140 / 让孩子自己管钱

第六章 孩子就吃“轻轻松松学习”这一套

其实孩子的天性是喜欢学习的，只是他们更想要“轻轻松松地学习”。让孩子爱上学习并不难，只要父母能尊重孩子的个性特点，找对方法培养孩子的学习兴趣，并帮助孩子养成良好的学习习惯，孩子的学习成绩就会一路上升。

- 146 / 让孩子喜欢上学习
- 150 / 和孩子一起读书
- 153 / 鼓励孩子积极提问
- 157 / 指导孩子科学利用时间
- 160 / 协助孩子制定学习计划
- 164 / 纠正孩子的偏科现象
- 168 / 引导孩子进行预习
- 172 / 教给孩子听课的方法
- 175 / 指导孩子有效复习
- 178 / 提高孩子做作业的效率
- 181 / 帮助孩子写好作文
- 184 / 和孩子一起学英语
- 188 / 帮助孩子缓解考前焦虑

第七章 孩子就吃“父母温和地改正自己”这一套

孩子在成长的过程中，难免会犯错，很多时候，孩子不是知错不改，只是希望父母能“温和地改正自己”。“棍棒教育”是不可取的。在家庭教育中，父母应该多给孩子一些耐心、关爱和机会，以身作则、潜移默化地改正孩子的不良习性。

194 / 以身作则，不让孩子浪费

197 / 培养孩子爱劳动的习惯

201 / 帮助孩子改掉说谎的毛病

204 / 改正孩子骂人的坏习惯

207 / 孩子打人更需要纠正

211 / 让孩子不再任性

214 / 培养孩子的责任心

217 / 改掉孩子挑食的毛病

221 / 孩子偷拿东西要不得

225 / 不要让孩子上网成瘾



第一章

孩子就吃“父母和自己是朋友”这一套

孩子喜欢愿意和自己做朋友的父母。父母应该和孩子成为好朋友，以朋友的姿态来尊重孩子，平等地对待孩子。和孩子成为朋友，才能更好地赢得孩子的信任，更好地了解孩子、满足孩子的需要，帮助孩子健康快乐地成长。



和孩子成为好朋友

孩子在成长的每一个阶段都需要朋友，只有这样才能发展健全的人格。年龄相仿的朋友陪伴他一起成长，年龄稍长的朋友给他引导、帮助他迈向成熟。

从血缘关系来看，父母与孩子是最亲近的人，照理说，父母也应该是孩子最亲密的大朋友，可现实中往往不是这样。一项针对中小学生的调查显示，只有 26.73% 的孩子表示，有了心里话最想告诉的人是父母。

一位教育专家曾经说过：“如果孩子不愿意把自己的欢乐和痛苦告诉父母，不愿意与父母坦诚相见，那么谈论任何教育总归都是可笑的。”确实是这样，孩子不愿意说，父母就不可能真正了解孩子，就不可能进行正确的引导和教育，甚至可能会适得其反。

那么，要怎么做孩子才愿意敞开心扉，和父母“零距离”接触呢？答案很简单——和孩子成为好朋友。

一天，妈妈下班回到家，发现房间被翻得乱糟糟的，儿子手里拿着家里的户口本冲她笑：“妈，你回来了啊！”说完有些不好意思地挠着头，“那个，我就是找个东西。”边说边朝门口跑去。

看着混乱的房间，妈妈的火气一下就上来了：“你找什么东西？自己的东西从来不知道好好收拾，我整天要上班，还要整理房间，累得要命。你倒好，一会儿工夫就把我的劳动成果糟蹋成这样？”儿子被她的喊声吓到了，呆呆地看了她一会儿，一句话没说就回了房间，晚饭也没吃。

妈妈也觉得自己有些过分了，端了一碗鸡蛋面，敲开儿子的门。儿子躺在床上不愿意看她，她心里有些难过。她对儿子说：“儿子，今天是妈不好，妈

不该不问青红皂白就对你发火。妈向你道歉，你原谅妈，好不好？”儿子一听这话，坐了起来，有些别扭地说：“妈，我也有错，你别怪我！”一听这话，妈妈的心里暖暖的：“儿子，你能不能告诉妈，你想找什么东西？”儿子不说话，妈妈再接再厉：“妈也想和你做朋友，知道你都在想什么。我相信我儿子这么做一定有理由，对吗？”她的信任和尊重让儿子放下戒心：“今天老师说，我们应该记住父母的年龄，可我连你们的生日都不知道，所以……”原来，儿子找户口本是想记住爸妈的生日，她差点儿因为自己的先入为主错过了孩子给的关心和感动。

从那以后，凡事她都会先放下自己的情绪，和儿子进行交流沟通，了解儿子的想法。儿子也越来越愿意和她说自己的想法和心里话，两人的关系也越来越亲密融洽了。

和孩子成为朋友，让孩子感受到父母的理解和信任，才能让孩子感受到父母的关心。这样，孩子也才愿意敞开心扉，给父母进入他的世界的通行证。那么，父母要怎样做，才能和孩子成为好朋友呢？

1. 用真诚的爱来面对孩子

孩子的内心很纯洁，也很敏感，他们甚至能从父母的一个表情、一句赞美、一个叹息中觉察出父母对自己的看法。正因为这样，父母一定要记住，用真诚的爱来面对孩子。这要求父母能客观地意识到自己在想什么、感受什么以及做什么。另外，真诚还意味着父母学会向孩子敞开你的思想和感受。比如，当你的工作没有做好时，你可以告诉孩子你很灰心；当你涨工资的时候，你可以让孩子和你一起来分享喜悦。哪怕只是简单的一两句话，却能让孩子感到父母的真诚和信赖，更愿意亲近父母。

2. 要多和孩子进行沟通

沟通是构建人际关系的基础。父母要了解孩子，才能把握孩子的心理，更好地和孩子做朋友。父母要学会根据孩子的性格特点，创造独特的沟通渠道。

比如不爱说话的孩子，可以在家设立一个“意见箱”，鼓励孩子把想法和愿望都写进去，父母也把自己的关心和建议以同样的方式传递给孩子；对于喜欢直接沟通的孩子，父母应该及时地体察到孩子情绪变化，感受到孩子的内心需求，及时正面地和孩子进行沟通。

3. 树立榜样，始终如一

始终如一就是指每当某事或某种情况发生时，都用同一种方式处理。对待孩子的一致性，是孩子对父母信任的基础。当孩子预先知道父母的意图，以及父母会怎样反应时，他们就会感到比较安全。这种安全也是构成孩子对父母信任的重要原因。

孩子就吃这一套



要想和孩子成为好朋友，就要承认孩子的独立人格，尊重他的想法，以平等的姿态和他进行交流和沟通，理解他、认可他。只有这样，才能赢得孩子的信任和友谊。



像对待朋友一样对待孩子

李贤是一位父亲，也是某公司总裁。工作中的他严肃沉默，一板一眼。生活中的他却像个大男孩儿，和儿子称兄道弟。有人看见过他和一群孩子兴高采烈地蹬自行车穿行在北京的某个胡同，看见过他在游泳池里和儿子嘻嘻哈哈地打水仗，看见过他像个哥们儿一样搂着儿子的肩膀拍照……当有人问儿子最喜欢的人是谁时，儿子会毫不犹豫地回答：“李贤呗，是我爸，也是我哥们儿！”他们亲密和谐的父子关系让不少人羡慕，纷纷前来取经。李贤只是笑笑，轻松

地回答：“简单，像对待朋友一样对待孩子。”

像对待朋友一样对待孩子，说起来容易，做起来难。在家庭里，很多父母总是习惯以一种严肃的形象出现在孩子面前，他们认为只有在孩子面前树立起家长的权威，才能更好地教育孩子。这样做，确实能让孩子对父母产生敬畏的心理，可也会把孩子越推越远。

“和孩子成为朋友”，不是一句口号，父母不应该让它变成一句空话。要想进入孩子的世界，更好地教育引导孩子，父母就要学会像对待朋友一样对待孩子。

1. 像对待朋友一样，平等地对待孩子

“平等”是对待朋友的首要原则。父母要像对待朋友一样平等地对待孩子，要承认孩子独立的人格，把孩子看做一个独立的个体，而不是父母的附属品。父母要放下家长的架子，以平等的姿态和孩子进行交谈，用平等的语气而不是命令的语气与孩子沟通，多用“我们”、“咱们”、“能不能”、“好不好”这样的字眼，征求孩子的意见，给孩子发言权。

2. 像对待朋友一样，倾听孩子的心声

“倾听”是一种素养，它让我们的友谊变得温暖而安全。当孩子被负面情绪所包围的时候，父母要和蔼持续地倾听，亲切地留在孩子身边，温和地抚摩或搂住他，讲几句关心的话，但不要多，例如，“再多告诉我一些”、“我爱你”、“发生这样的事我很难过”、“你做得很对”等。

不论工作多忙，父母都应该定期给孩子“专门的时间”，耐心、用心地倾听孩子的心声。只有父母放下自己的身份，学会站在孩子的立场去思考，才能了解孩子的真实想法，明白孩子背后的诉求，也才能对症下药，更好地帮助孩子。

3. 像对待朋友一样，与孩子分享

“分享”能让烦恼减半，让快乐加倍。父母要像对待朋友一样，和孩子一

起分享自己的生活。父母也是人，也会有烦恼和不快乐，把自己遇到的烦恼告诉孩子，不是示弱，恰是信任和爱的体现。比如，你的一个同事突然生病离世了，你很悲痛，不要觉得孩子还小不会懂，你完全可以把心里的感受和悲伤告诉孩子。孩子不但不会笑话你，反而会关心你、安慰你，甚至可能会和你讨论生命和死亡，或许在这个过程中，你会惊讶地发现，原来有些东西，孩子懂得远比自己想象的多得多。

一句简单的倾诉，得到不仅仅是关心，可能还有来自孩子的智慧，一举多得，何乐而不为？

4. 像对待朋友一样，尊重孩子的隐私

任何一种感情都是需要自己的空间的，父母要像对待朋友一样，尊重孩子的隐私，给他的成长留下属于自己的空间。每个人都会有不愿意对人说的秘密，孩子也是。孩子不愿意说，父母就不该强迫他开口，可以告诉他：“不想说就可以不说，但如果你需要帮助，爸爸妈妈一直都在你身边。”让他知道你的尊重和理解，也感受到你的关心。这样孩子就不会有心理负担，也会更加信任 and 尊重你。

孩子就吃这一套



像对待朋友一样对待孩子，平等交流，用心倾听，一起分享，给他属于自己的私密空间，才能赢得孩子的信任和尊重。在这个过程中，父母会更了解孩子，甚至会有很多意想不到的收获。像对待朋友一样对待孩子，和孩子一起快乐成长。