

YIBEN ZHONGGUO QINGSHAONIAN DE CHENGCAI ZHINAN
一本中国青少年的成材指南

成功文库
ChengGong
WenKu

青少年

良好沟通

的20种技能

|任焕弟 编|

远方出版社

YI BEN ZHONG GUO QING SHAO NIAN DE CHENG CAI ZHI NAN

一本中国青少年的成材指南



良好沟通 的 20 种技能

任焕弟 / 编

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年良好沟通的 20 种技能/任焕弟编. —呼和浩特:远方出版社,2005.1(2008.6 重印)

(成功文库)

ISBN 978—7—80723—003—8

I. 青… II. 任… III. 人间交往—青少年读物

IV. C912.1—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 074500 号

青少年良好沟通的 20 种技能

编 者	任焕弟
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
经 销	新华书店
印 刷	廊坊市华北石油华星印务有限公司
版 次	2005 年 1 月第 1 版
印 次	2008 年 6 月第 2 次印刷
开 本	850×1168 1/32
印 张	99
字 数	950 千
印 数	3000
标准书号	ISBN 978—7—80723—003—8
总 定 价	518.00 元(共 18 册)

远方出版图书,版权所有,侵权必究。
远方版图书,印装错误请与印刷厂退换。

前 言

巴克敏斯特·富勒说：所有的孩子生来都是天才，可是在10000个孩子中，9999个孩子的天赋在成长过程中被不经意间迅速消磨掉了。

面对当前青少年教育中的种种问题，你可能也在困惑，也在思考，也在寻找答案。

教师如何才能协助孩子自发地认识到人生中的是非轻重、发挥自己的潜能，成为人才？

孩子们如何才能从他人的故事和感悟中得到关于人生要素的启发，实现自己的价值和梦想？

怎么为人处事、怎么交朋友、怎么应对同伴的压力？

教师和孩子，我们彼此了解对方多少？

不良嗜好又会带来什么？

当遇到挫折时该怎么解决？以此等等。

青少年时期，是人生旅途的十字路口。青春期的孩子一不留神就可能将父母、老师的心血和自己的前途毁于一旦，而懵懂之际的他们自己并不能正确而清醒地意识到所做的决定是明智

还是蒙昧。一个错误的决定,往往把有潜力的孩子带入悔恨的泥沼!而如果你阅读完本套丛书,无论是作为教师的你还是孩子的你,都将会找到心中困惑已久的答案。

Contents 目 录

第1种技能

求同存异 /1

第2种技能

关心体贴 /17

第3种技能

谅解 /28

第4种技能

尊重老师劳动 /40

第5 种技能

得力助手 /47

第6 种技能

改变不良印象 /54

第7 种技能

表现才华 /62

第8 种技能

委婉提建议 /71

第9 种技能

消除误解 /77

第10 种技能

语言友爱 /83

第11 种技能

助人为乐 /91

第12 种技能

默默奉献 /99

第13 种技能

尊 重 /108

第14 种技能

批 评 /117

第15 种技能

劝 说 /125

第16 种技能

重归于好 /133

第17 种技能

善意谎言 /141

第18 种技能

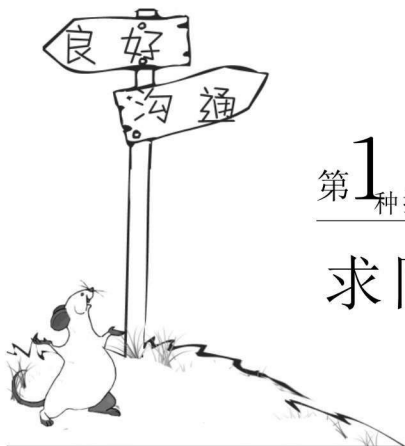
尊重他人个性 /149

第19 种技能

敢于表现 /157

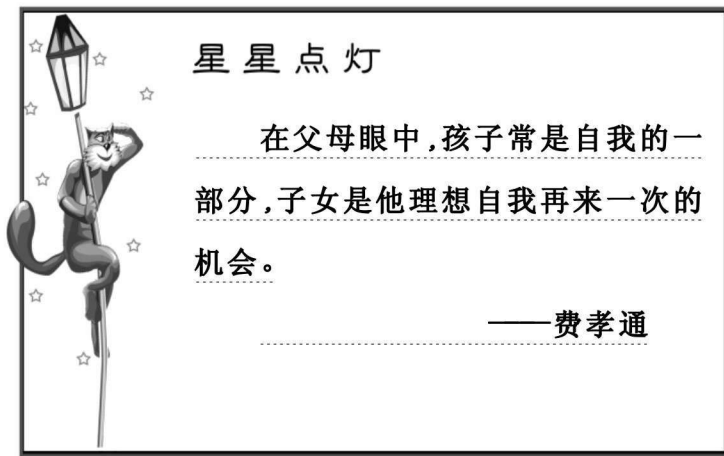
第20 种技能

求助他人 /172



第1种技能

求同存异



星星点灯

在父母眼中,孩子常是自我的一部分,子女是他理想自我再来一次的机会。

——费孝通



与父母产生隔阂时怎么办

产生隔阂的原因。父母形成人生观的历史时代与今天的孩子不同,而做父母的总喜欢用自己成长的经验教育要求孩子,做子女的则认为

父母的经验过时了,更希望他们跟上时代的潮流。

父母的生活方式、生活习惯、兴趣爱好与现在的孩子有很大差距,而他们又处处想以自己习惯化了的行为模式要求自己的子女,子女则更喜欢按时代的要求建立新的行为模式。

父母望子成龙心切,经常是恨铁不成钢,子女则觉得父母的要求过高,有些要求并非合理,如晚上不许看电视,不让看小说……

出于对家庭、儿女安全幸福的考虑,父母大都安于现状,希望家庭稳定少变。处理问题喜欢思前想后,不愿冒风险,子女则初生牛犊不怕虎,对现状不满足,力求改变现状,富有创新精神。

父母即使在子女长大成人后,还把他们当作小孩子,事事不放心,处处要干涉。子女则觉得自己长大了,能独立处理各种问题,不需长辈一一点干涉。

以上分析说明家庭中客观存在着矛盾,这是无法回避的事实。当然这并不意味着父母与孩子难以和谐相处,难以找到共同语言。如果你希望父母更多地尊重自己,那么作为子女也要同样理解、体谅父母,从而在双方共同努力的基础上奏出协调悦耳的和弦。

产生隔阂怎么办?

一是接纳他们的意见:认真考虑他们的意见、想法是否有道理,是否比我们的高明。如果造成隔阂的主要原因是自己对问题考虑不周,就应心悦诚服地放弃自己的见解,接受父母的意见,即对他们的合理想法给予肯定。

二是融合两种意见:有时父母的想法与自己的想法出现分歧,并不都表现为一方的绝对正确或错误,而是各有所长,要父母全部放弃自己的主张不合理,让你完全接纳父母的意见也不妥当。于是可以采取融合的方法来解决,共取其长,共舍之短。最终组合成一个更为合理、更为完美的意见。





三是并存两种意见：当一方自以为是，一方不以为非，一方固执己见，一方不肯相让，真的出现双方意见难以融合时，就不妨采用“求同存异，和平共处”的办法。关键是不强行干涉父母的意志，只要我们能与父母长期共处，在一种互相尊重、谅解的友好气氛中，最终是不难建立起感情交融的桥梁的，这座桥梁的基石是理解。

要求遭到拒绝时怎么办

你的要求遭到父母的拒绝，常常会感到失望，若仔细分析往往事出有因。

要求被拒绝的原因：一是你的要求可能过高。这多半属于物质方面的要求，一般说，只要条件许可。父母总会想方设法满足子女吃、穿、用方面的要求，但家庭支出是有计划的，如果你的物质要求过高，就会增加较多的开支，给生活带来困难或过重负担，那肯定会遭到治家严格的父母的拒绝。

二是你的要求与父母的想法不合。站在你的角度考虑问题，有些要求可能合情合理，如暑假几个同学结伴去

外地旅游,可作为父母他们可能另有想法,独立远离家门,又无老师带队,是否安全?一旦出了问题怎么办?这些对缺乏经验的孩子可能连想都没想过,父母则要权衡利弊得失,一旦发现你的要求有欠妥之处,就会加以否定。

三是你的要求提得不合时宜,即提出要求的时间、地点、场合不对。如父母正为家庭的一笔额外支出发愁,你却提出要买一双新的旅游鞋……

孩子应如何处理?你生活在一个家庭中又未长大成人,无独立的经济来源,各种要求只有通过父母的帮助、指导才能得以实现,要想使自己合理的要求得到最佳程度的满足应注意做到:

要求一定要合理,所提要求应顺应父母原有的心理水平,至少不能突破他们所能承受的压力的限度,特别是涉及到用钱方面,更要十分注意考虑家庭经济的实际支付能力。

提要求要看时机,合理的要求因为不合时宜也会遭到拒绝,所以要注意父母的情绪,要注意选择恰当的日子,还要看地点场合,一般来说在客人面前不宜向父母提





要求。

提要求要掌握好表达技巧，提要求要陈述一定的理由，如何把道理讲清楚、讲透彻十分重要。在正式提出某个要求前，要把前因后果理清楚，理由想充分，还要善于抓重点。为了摸清父母的意图，有时也可以进行适当的试探，同时还须注意说话的口气，创造一种融洽和谐的气氛，然后再慢慢提出要求。

还应提醒的是，你的要求遭到拒绝不一定是坏事，乞求父母对自己的任何要求都一概满足这是不现实的。更何况你的要求未必合乎道理，同时父母对子女百依百顺，对你们的成长也有害无益。

与父母发生“顶牛”怎么办

与父母发生“顶牛”在多数情况下并非是为了什么原则性的大事，往往就是因为一句话说得不投机，或者在某个问题上彼此看法不同，相持不下。

“顶牛”现象的出现是令人不愉快的，它既给父母带来痛苦，又给自己增加烦恼，甚至给家庭带来始料未及的

严重后果,有的同学并不是存心与父母过不去,有时连他们自己都说不清为什么会把事情搞僵。

发生“顶牛”的原因(只从学生自身分析):

原因之一是自尊心太强,一般说来,好“顶牛”的同学大多自尊心很强,很注意自己在别人心目中的形象。

平时喜欢听顺耳话,不爱听逆耳话,在家里表现得更为严重,希望父母顺着自己,不愿自己的意见遭到否定。

现实生活中,父母不可能事事处处都依从孩子,加之所作所为并不一定都有道理。一旦主观愿望得不到满足,就感到失去了面子,于是就与父母闹起别扭。

“任性”是诱发“顶牛”的又一个原因。任性的孩子一般都与小时候父母及长辈的娇惯有关,他们在家好发脾气,使性子。一旦与父母发生矛盾,就大吵大闹,到了一点不讲道理的程度,无理也要搅三分。

原因之二是过于自信,过于好强:这些同学看问题、处理事情总是自以为是,总觉得道理在自己一边,遇到矛盾又不肯听从父母的意见,明明知道自己错了也不肯轻易相让,非占上风不可。

孩子应如何处理?一旦发生“顶牛”,要善于缓和矛





盾,迅速改善与父母的关系,尽早打破僵局。“顶牛”无论给你还是父母都会带来不愉快,当你还没有意识到自己的过失时,还会为顶撞父母振振有词,还会以“胜利者”自居。绝不愿主动与父母说话,而你的粗暴无理实际已深深刺伤了父母的心,子女理应敬重父母,即使父母真有不对的地方,也不应采取这种办法解决,作为小辈在冲撞了父母之后,应立即向父母赔礼道歉,恳求他们的原谅。只要你真心诚意地向父母说几句表示歉意的话,他们会很快转忧为喜谅解你的,千万不要觉得认错有失面子,硬顶着不说话,从尊重父母出发,不管你在“顶牛”中负有几几分实际责任,都应先开第一腔,主动打破僵局,首先迈出和解的第一步,这才是理智的正确办法。

如果觉得用语言讲和有困难,也不妨写封信给他们。

要防止感情用事。“顶牛”发生时,双方都不太冷静,难免出言不逊,甚至矛盾冲突激化致使父母打了你。在这种情况下切忌感情用事。如:别人来劝架,你对劝说人大发脾气,弄得人家下不了台。父母原谅了你,主动与你说话,你却装模作样,对父母爱理不理,觉得受了大大委屈,到处找刺,找机会发泄,甚至图一时痛快,乱使性子,