

中国父母必读的“教子说话宝典” 亲子教育必备的“精准沟通工具”

# 把话说到孩子心里去

## How To Talk To Kids

最好的教育，不是让孩子“言听计从”，而是让孩子“心悦诚服”  
最好的父母，不是对孩子“大呼小叫”，而是与孩子“心灵相通”

卢志丹◎著



百花洲文艺出版社  
BATHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS



数据加载失败，请稍后重试！



数据加载失败，请稍后重试！



数据加载失败，请稍后重试！

## 第 1 讲

# 说不到心里，孩子怎会听

听，是因为有人说。作为父母，在指责孩子不听话之前，应该反躬自省：你是如何跟孩子说话的？你在说话前考虑孩子的内心感受了吗？在大多数情况下，是父母不会说话在先，孩子不听话在后。如果你不注意说话的艺术，话说不到孩子心里去，就别怪孩子不听话了，也别抱怨孩子叛逆了！

## 1. 没有不听话的孩子，只有不会说话的父母

很多父母都发现，当孩子慢慢长大后，无论怎么苦口婆心、唇焦舌敝，孩子就是不听话，着实让人烦恼！于是，心烦气躁的父母常常忍不住甩出这样一句话——

“你这孩子怎么这么不听话？”

家长觉得孩子不听话，问题出在孩子身上；其实，大多数情况下，是家长还没有学会如何跟孩子说话。只有父母会说话，把话说到孩子心里去，孩子才会听话。

记住：没有不听话的孩子，只有不会说话的父母。

有位教育专家去外地探亲，要回北京了，小侄子执意要和爷爷送她到火车站。其实这是一件很好的事，可是侄子的妈妈不答应。侄子就和他妈妈要求了半天，但还是不被允许。

最后教育专家要走了，侄子“倔强”地要上公交车送她，他妈妈当着很多人的面上车拉他下去。弄得司机不知如何是好，教育专家也很尴尬，没办法，只好让司机先开车。

到了城里，孩子的妈妈还是不允许他去火车站，这回孩子竟然先跑了，搞得大家哭笑不得。教育专家只好劝他妈妈先回去。他妈妈冲着跑远的儿子丢下这么一句话：

“回去看我不打死你！”

就在教育专家快上火车的时候，小侄子终于哭了。教育专家问他为什么？他说怕妈妈回家打他。教育专家听了心里酸酸的……

再看看下面这个例子：

白林放学后进门放下书包，就坐到了电视机前。半个多小时过去了，他还没有要离开的意思。

爸爸忍不住提醒起来：“儿子啊，你现在都是初中生了，可不比小学生，不能把时间都搭在这上面，你要抓紧时间学习……”

“好了，好了，你别讲大道理了，我不愿听你说话。”白林一边不满地说着，一边走进了自己的房间。

在家里，白林对学习抓得不够紧，爸爸经常要说上他几句，可他总是这样不爱听爸爸的话。为此，爸爸很纳闷：我都是为了他好，他怎么就不理解呢？

在中国，像这两位一样的家长不在少数。这些父母到底怎么了？

他们有一点是相同的，就是不会和孩子说话。

有了不会说话的父母，才有了不听话的孩子。令人遗憾的是，很多家长在这个逻辑关系上，总是犯错误。

试问，父母和孩子在一起做什么？除了拿巴掌打孩子以外，就是和孩子说话！

可惜我们的父母太不会说话，所以孩子才不听话！当然，话说得不合适，就很容易变成亲子之间一场激烈的唇枪舌剑式吵架。吵架要是还不够劲，很多父母就干脆用拳脚等粗暴的方式来“交流”，用“武力”高压的方式来使孩子达到眼下的服从。就连眼神这种会意开心的交流，也演化成了瞪眼。很多孩子都抱怨：“我家人一和我说话就瞪眼！”似乎不瞪眼，说话的效果就达不到似的。

现实中，很多家长往往是瞪眼、责骂、开打“三部曲”，“眼、口、手”三位一体地完成一次教育交流。这实在是亲子交流的悲哀和家庭教育的不可

幸！

很多家长更关心自己说了什么，甚少关心孩子听了什么，甚少关注孩子的想法。这样的背景下，怎么能把话说到孩子的心里去，怎么期望孩子能很好地接受家长的要求，按照父母的思路去行动呢？而对于这种孩子不听话的情况，家长能够认真反思其中原因的又有几人呢？

人为什么要说话？说话的目的就是为了沟通和交流。沟通好了，交流到位了，原来不理解的就能够理解，许多误会也能够消除。

家庭教育最重要的是家长与孩子之间的对话、沟通、交流。只有注重亲子间的有效交流，家长才会顺利地将孩子培养成才。当家长掌握了说话的技巧后，孩子对家长教育的逆反和抵抗就会减少，变得听话，并且向父母期望的方向努力。

父母的语言是雕琢孩子成才的最锐利的刻刀。语言的力量无穷大，足以影响孩子一生。父母说话得体，每句话都能说到孩子心里去，孩子离成才的距离就会更近一步。父母的一句话，往往就能改变孩子的一生。

如果话说不到孩子心里去，父母就是抱着真理又能拿孩子怎么样呢？

如果父母说的话没有道理，孩子不会听！

如果父母说的话不是时候，孩子不肯听！

如果父母说话的态度不当，孩子不爱听……

最要命的是，不管父母的话有没有道理，只要孩子不肯听，不爱听，就是废话，就是错话！父母要想让孩子肯听、爱听自己的话，就必须掌握和孩子说话的艺术，把话说到孩子心里去。



## 2. 把话说到孩子心里去，是一门艺术

要彻底解决孩子不听话这个难题，家长应该学习如何保证自己说话的效果，把话真正说到孩子的心里去。这就要求家长一定得用心研究一下说话的方式和谈话的技巧。因为和孩子说话，实在是一门艺术。

先看看下面这两个例子：

例一：孩子从幼儿园回来……

妈妈：“你回来了？”

儿子：“我回来了。”

妈妈：“今天在幼儿园都做了些什么？”

儿子：“没做什么。”

妈妈：“吃的什么点心？”

儿子：“忘记了。”

例二：孩子从幼儿园回来……

妈妈：“嗯！宝贝，让妈妈看看！（专注地看了孩子一会儿）今天你一定玩得很快乐。”

儿子：“对呀！我和马晓涛一起玩搭积木，我们搭了一座动物园，然后，把许多玩具关进去当动物，很好玩哦……”

妈妈：“哇！听起来真的很好玩，可惜我没有玩到。”

儿子：“没关系！下次我教你玩。”

两个例子都是孩子从幼儿园回来，妈妈的动机同样是想了解孩子今天

过得好不好、做了些什么事、玩得快乐不快乐，但是结果却相去甚远。例一中的妈妈措辞很生硬，命令的方式质问孩子，孩子回答她的问题很不情愿。而例二中，聪明的妈妈以“玩”为突破口打开了孩子的话匣子。试想，幼儿园的孩子不正是以玩为主吗？可见，家长说话的艺术和问话的技巧在与孩子的交流中具有举足轻重的作用。

要把话说到孩子心里去，家长就要把自己也变成孩子，走进孩子的世界，和孩子融成一片。很显然例二中的妈妈平时一定经常和儿子一起玩，她的话很容易引起儿子的共鸣。因此，父母是否拥有一颗赤诚之心，是非常重要的。

要把话说到孩子心里去，家长就要和孩子密切相处，多关心孩子，了解其想法和需要。要了解孩子，就要多跟孩子接触，从他们的语言及行为中了解他们的想法、喜好以及内在需要。

要把话说到孩子心里去，家长就要学会倾听，重视孩子说的话。如果孩子发现爸爸妈妈十分重视自己说的话，那么他也会很愿意听父母说话。如果父母在孩子说话时总显得心不在焉，或目不转睛地盯着自己喜爱看的电视节目，或还在看手中的书，那么孩子依葫芦画瓢也就不足为怪了。

要把话说到孩子心里去，家长就要注意孩子的反应与态度。现代父母由于工作忙碌，在和孩子说话时，常常会急着表示自己的意见和指示，期望孩子乖乖照自己的话做，最好不要有意见，经常忽略了孩子的反应。和孩子说话时，如果不了解他们的想法及立场，而让孩子感觉与父母沟通会令他不舒服，他们自然而然会避免接触，凡事不愿意向父母透露，亲子间的代沟必然越来越深。

要把话说到孩子心里去，家长就要针对不同的年龄和个性，使用不同的方法。每个孩子都有自己不同年龄段的心理特点，还有属于孩子自己的气质。例如，对于年龄小的孩子需要示范引导，年龄大一点的则需要激励。引导孩子听话，并不是把一个固定的公式硬加在孩子身上，而是要按照不同年

龄、不同个性的需求，在他们的身上找到力量，从而创造孩子能够自觉听话的先决条件。

要把话说到孩子心里去，家长就要把握与孩子说话的时机。与孩子说话不是随时随地都可以进行的，当孩子正专心地学习或做着自己喜欢的事情时，或孩子的心情不好时，父母所说的话尽管有道理，他也是听不进去的。因而父母要根据孩子的具体情况选择并把握教育时机，与孩子进行交流。

要把话说到孩子心里去，家长就要注意运用适当的语气与声调。例一中那位妈妈生硬命令的语言成为她与孩子交流的障碍。合适的声调是指有重点、温暖、支持并有强弱之分。当然，强烈急迫的声调在管教上有其意义，但是最好是在情况真的需要时，才能让孩子有所警惕，否则一旦孩子习惯了这样的语调，就会逐渐失去敏察与聆听他人语意的能力了。

要把话说到孩子心里去，家长就要避免说“我命令你……”，“我警告你……”，“你最好赶快……”，“你真笨”，“你太让我失望了”等带有指挥、命令、警告、威胁、责备、谩骂、拒绝等负面意义的话。

要把话说到孩子心里去，家长就要避免喋喋不休、唠叨不断。调查资料显示，当父母在孩子面前喋喋不休，把自己真正要讲的意思和许许多多“废话”，例如抱怨、絮叨或责备都夹杂在一起，或是把要孩子说的几件事和几个要求都混在一起跟他说个没完时，效果反而会适得其反。孩子没有不反对唠叨的，因而家长对孩子说的话不要啰嗦，只要达到了教育目的，就要适可而止。

把话说到孩子心里去，是一门艺术。父母要掌握这门艺术，需要注意的方面是很多的，但其要点不外乎以上诸点。本书后面的章节，就是围绕以上要点充分展开的。相信读完本书后，您一定会成为最会说话的家长，您的每一句话一定会说到孩子的心里去！

### 3. 孩子最听不进这类话

英国心理学家认为，语言是成年人与孩子沟通的重要途径，父母和老师的语言内容、表达方式等，对孩子的行为甚至将来的心理发展都有很大的影响。他们经过观察研究，总结出了会挫伤孩子积极性的话、激起孩子强烈反感的话，大致有以下六种类型。

**唠叨型：**某个道理，孩子明明已经知道，家长仍唠唠叨叨地说个没完。这种唠叨是一种重复刺激，会对大脑皮层产生保护性抑制。因此，家长越说，孩子越听不进去，甚至还会冲撞你。

**揭丑型：**对孩子的过错，有些父母喜欢当着同学、亲友的面没完没了地数落，挫伤孩子希望谅解、宽恕的心情，孩子就会产生逆反心理，很可能走向父母愿望的反面。过分强调孩子的缺点，甚至攻击孩子的人格和自尊，对孩子的刺激和伤害是相当大的，时间长了还会使孩子丧失自尊和自信，产生自卑感，直接影响孩子未来成才。

**提审型：**刚刚发现一些现象，便大惊小怪地对孩子进行审问，并根据主观臆断，把可能性说成现实性。这种草率的做法，极易激起孩子抵触情绪。

**迁移型：**把别人身上出现的不良倾向和行为，不分青红皂白地迁移到孩子身上，想当然地千叮咛万嘱咐。这明显与青少年富有上进心和好胜心相悖，把孩子的情感推向对立面，造成孩子对家长的说教充耳不闻，甚至反唇相讥。

**讽刺型：**“这个都干不了，你还能干什么？”“你能考出好成绩，除非太阳从西边出来！”类似这样的语言，因为刻薄会使孩子长期不忘，对父母教育的抗拒性也长期不能消失。

**威胁型：**“别插嘴，真不懂礼貌！”“你要再不听话，小心我打断你的腿！”这些命令威胁的话，都会使孩子产生恐惧和极度反感，久而久之，会在他们心灵上烙下抵触、逆反的深深印痕。

以上六种类型，是不讲究和孩子说话艺术的家长们的“家常话”。你要把话说到孩子心里去，就请先检讨一下自己平时的说话方式属于哪种类型？还是兼而有之？

## 4. 美国父母如何把话说到孩子心里去

中国自古以来就是“父为子纲”，很多家长不顾及孩子的想法与感受，只知道一味命令、训导，孩子只有被动服从的份。这种专制主义思想对当今许多父母仍然有着根深蒂固的影响。这样一来，如何能将话说到孩子心里去呢？怎么能建立融洽和谐的亲子关系呢？在这一点上，中国家长实在需要向美国父母学习。

据《现代教育报》报道，美国家长是这样跟孩子说话和交流的：

### 有效地知道孩子的想法

美国的父母，他们会时不时地去了解一下孩子们所承受的压力，以及孩子没有达到家长的期望时所受到的挫败感。

当十二岁的琼斯比赛后一脸疲惫地回到家里时，妈妈迎上去，紧紧抱住她说：

“孩子，我知道你今天很辛苦。”

没有过多的话语，但琼斯会觉得很受用。

当孩子遭遇到挫折时，美国家长常常会对孩子说：

“我对你有信心。我知道你能做得很好。”

当孩子在学校表现出色时，美国家长则会表扬他：

“我为你感到骄傲。作为你的父亲我感到很荣幸。”

### 尊重孩子的独立性

美国父母非常尊重孩子，把他们看做独立的个体，作为父母，尽管在内心希望孩子继承自己的事业，或朝自己希望的那样发展，但父母只会潜移默

化地引导，最终还是要让孩子自己决定。

哈佛大学的教授在他儿子6岁生日的时候，送给他儿子一个非常漂亮又美味的蛋糕，然后问儿子长大了想干什么，他的儿子想了一会儿，认真地说，想成为糕点师。

这位教授父亲没有取笑他，而是真诚地说：“那么祝你成功，未来的糕点师。”

### **和孩子“漫不经心地交流”**

对于青春期的孩子，美国家长，特别是父亲，会和孩子做一些“漫不经心的交流”，如晚饭时间、运动时间，甚至是看电视的时候，父母会找不同的话题和孩子沟通。

例如，约翰的父亲总会在周末跟儿子一起玩棒球并借此机会和儿子漫不经心地谈天，从而了解儿子最近在跟哪些同学交往。这种沟通交流主要是为了知道孩子的想法和他们在学校的一些情况，而不是为了教育他们。

## 5. 给孩子一点儿“不听话度”

中国人的老传统是喜欢老实的孩子。父母总希望孩子规规矩矩，百依百顺，孩子稍一调皮就不能容忍，呵斥道：“你这孩子怎么这样不听话！”可专家们告诫父母：太听话的孩子问题可能更大，因为他们很可能失去更重要的东西——创造力。

经验证明，“淘气”的男孩子往往比“老实”的女孩子更有创造力。其原因就是淘气的孩子接触面广，大脑受的刺激多，充分激发孩子的智能。因此，给孩子一点“不听话度”，对提高孩子的创造力是有好处的。

“破坏分子”、“反叛者”……这些被老师和父母看做是没教养、不听话、学坏了的问题儿童，却很可能在某些方面表现出比同龄人高出一筹的能力。

淘气调皮的孩子尽管会给老师和父母带来许多麻烦，但却是完全可以教育的，而且如果教育得法，这样的孩子将来可能会很有出息。最好的方法是能对他们因材施教，而不是一味地限制他们，否则孩子的“天才”很可能被扼杀在摇篮中，甚至因不合群受到排斥而变成真正的“问题儿童”。

据美国旺尼苏达大学教育心理学主任托伦斯研究，创造力高的儿童多数具有三个让人讨厌的特点：

- 其一、顽皮、淘气、荒唐和放荡不羁；
- 其二、所作所为时逾常规；
- 其三、处事不固执，较幽默，但难免带有嬉戏态度。

调皮、好动是儿童的天性，也是创造力萌发的幼芽，只要不太出格，父母就不要对孩子限制太多。什么都看着大人的眼色行事，唯唯诺诺，将来注定是个没出息的孩子。



那么，父母如何使孩子创造力、听话二者兼备呢？专家认为：

第一、要求孩子行为上要基本听话，整天打架、骂人、不听话不行，但思维上可以不太听话，可以有自己的想法。

第二、孩子小时，以听话为主，要培养良好的行为习惯；孩子大了，应给一点“不听话度”，甚至行为上也可以有自己的做法。

美国总统尼克松写了一本书《领袖们》，他说，中国的教育制度可以为群众提供很好的教育，但却失去了中国的达尔文和爱因斯坦。因为中国的教育制度过分强调每个人要样样都好，样样搞统一，从小把他们训练得十分驯服，不允许有独立见解，更不允许有爱因斯坦称的“离经叛道”，这样只能培养出守业型人才。父母要真心热爱创造型孩子，就不要对孩子求全责备，不要用传统的观点把孩子训成“小老头”。

美国科学家福克曼说：“固执与执著两者之间的区别非常微妙，如果你的想法成功了，每个人都说你非常执著、坚持不懈；如果你没有成功，人们就说你固执、顽固不化。”西方人认为应该允许孩子“固执”，因为那里面可能有执著；应该允许孩子“不听话”，因为那里面可能有创造。

创造型人格中“敢”字很重要：敢想、敢说、敢做、才有创造。给孩子一点“不听话度”，就是允许孩子有不同意见，敢于实践，这是非常重要的。中国家长实在应该接受“听话是优点，太听话是缺点”的观念，对孩子的教育做到“管而不死，活而不乱”，将保护孩子的创造力和引导孩子听话很艺术地兼顾起来。