



孙云晓/主编

中国青少年研究中心“五元家教”课题组隆重推出
激发一个孩子改善自己的行为，最终目的是鼓励他，让他认为自己可以成为一个好孩子。

这样对孩子说话 最有效



ZHEYANG DUIHAIZI SHUOHUA ZUIYOUXIAO

 北京出版社出版集团
北 京 出 版 社

家教金点子



这样对孩子说话最有效

孙云晓 / 主编



北京出版社出版集团
北京出版社

SCG 80/10

图书在版编目(CIP)数据

这样对孩子说话最有效 / 孙云晓主编. —北京: 北京出版社, 2005

(家教金点子)

ISBN 7-200-06100-X

I. 这… II. 孙… III. 儿童教育:家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 075894 号

这样对孩子说话最有效

ZHEYANG DUI HAIZI SHUOHUA ZUI YOUXIAO

孙云晓 主编

*

北京出版社出版集团 出版
北 京 出 版 社

(北京北三环中路6号)

邮政编码:100011

网 址: www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新华书店经销

三河市天利华印刷装订有限公司印刷

*

A5 开本 6.25 印张 100 千字

2005 年 8 月第 1 版 2005 年 8 月第 1 次印刷

印数 1—15 000

ISBN 7-200-06100-X/G · 2107

定价:11.00 元

质量投诉电话:010-58572393

序言

天下父母谁不想教子有方？可今日孩子难教，让众多父母伤透了脑筋。

过去是孩子不了解大人，大人很神秘；今天是大人不了解孩子，孩子很神秘。信息时代动摇了成年人的权威地位，已是不争的事实。纵然您是博士、教授或官员、艺术家、企业家，如何教育孩子恐怕也是一道难题。

怎么办？

读书求知无疑是明智的选择。可是，走进书店，那一排排、一部部厚重的家教专著，高深奥妙的理论与不断攀升的价格，怎能不让人畏然却步？即使慷慨买来潜心研读，往往也是不得要领、一脸茫然。

实际上，家庭教育重在实践而非理论。尤其对于父母而言，抓住关键的问题，反思个人的经验，听听专家的建议，用心琢磨孩子，一般都会找到富有实效的方法。也就是说，家教指导需要一种更便捷、更实用的方法。

正是基于上述思考，以擅长科研成果转化为特色的中国青少年研究中心，决定编写一套实用的“家教金点子”丛书，奉献给数以亿计的父母们。

在这儿，我们提出了“五元家教”的教育理念，即成功的父母需要具有优良的教育素质，而父母的教育素质由五个

元素构成——现代的教育观念、科学的教育方法、健康的教育心理、良好的生活方式、平等和谐的亲子关系。“家教金点子丛书”的每一本书，都是紧紧围绕家教五元素来编写的。

“家教金点子丛书”的宗旨是：父母的难题就是我们的课题。因此，凡是让父母揪心上火的难题，都会优先成为我们的编写选题，并以开门见山的方式与读者见面，如孩子写作业慢怎么办、孩子沉迷于电子游戏怎么办、孩子任性怎么办等等。

值得广大父母信任的是，“家教金点子丛书”依据中国青少年研究中心的大量科研成果，借鉴深受欢迎的《少年儿童研究》杂志的丰厚积累，由一批教育专家专题研究之后执笔完成，我们争取使之成为一套广大父母一看就懂、一懂就用、一用就灵的优秀家教读物。

相信，“家教金点子丛书”会成为中国家庭教育的一个重要品牌，也希望“五元家教”的家庭教育理念能够深入人心。

孙云晓



zheyangduihaiyizishuohuazuiyouxiao 录

◆第一篇 父母和孩子说话有技巧》》

第1章 您是这样对孩子说话的吗 /3

1. 一味指责：你为什么总是…… 3
2. 消极、否定的预言：我看你是改不了了 5
3. 重复唠叨：你能不能为父母争点儿光 6
4. 主观判断：我们说不好就不好 7
5. 随意比较：你看看人家…… 8
6. 威胁：有本事你就别…… 10

第2章 如何让孩子愿意听父母的话 /13

1. 掌握有效的聆听方式——积极倾听 13
2. 允许孩子发脾气 19
3. 向孩子表达父母的内心感受 22
4. 发生冲突时，避免说出伤害孩子自尊的话 25
5. 注重学习新知识 28

第3章 父母和孩子说话的技巧 /31

1. 说话的语气和内容同样重要 31
2. 注意学用身体语言 32
3. 别让孩子听你唠叨 34



- 4. 鼓励孩子要具体有效 37
- 5. 多用建设性批评 41

第4章 试试下面的沟通妙方 / 45

- 1. 我和女儿的卧谈会 45
- 2. 游戏式的家庭会议 46
- 3. 纸上对话 51
- 4. 用微笑冲突六步法解决矛盾 55
- 5. 书信交流法 57

◆第二篇 好父母离不开好老师》》

第1章 良好的沟通是教育好孩子的基础 / 63

- 1. 父母最关心的事情：孩子在学校怎么样 63
- 2. 孩子在学校表现好，需要和老师沟通吗 66
- 3. 父母如何为老师提供自己孩子的信息 69
- 4. 父母实在参加不了家长会怎么办 73
- 5. 有问题要先找校长吗 75
- 6. 在什么情况下一定要和老师沟通 79

第2章 与老师沟通的方式方法 / 83

- 1. 总去找老师，老师会不会认为我打扰了她 83
- 2. 父母和老师在某一个问题上态度不统一怎么办 88

- 3. 当老师讲孩子的缺点时, 父母的态度应该如何 90
- 4. 转学能解决问题吗 94

第3章 明智、理智地与老师沟通 / 96

- 1. 您的孩子对老师信赖吗 96
- 2. 父母站在哪一边 99
- 3. 孩子的话怎么听 105
- 4. 沟通方式有哪些 107

◆第三篇 隔辈人带出好孩子》

第1章 隔辈亲, 砸断骨头连着筋 / 113

- 1. 一些让人又感动又辛酸的故事 113
- 2. 老年人为什么“痛并快乐着” 116
- 3. 年轻人对隔代教育说“不” 119

第2章 隔辈人带孩子为什么出力不讨好 / 123

- 1. 过分溺爱 123
- 2. 以经验代替科学, 垄断对孙辈的教育权 129
- 3. 祖父母辈世界观隔代传播 133
- 4. 亲子隔阂的双重伤害 136
- 5. 祖父母辈的看管方式封闭孙辈的活动 138



第3章 隔辈人带孩子的三个优势 /141

1. “征集”外公外婆 141
2. 隔代教育出神童 142
3. 做好爷爷好奶奶需要资格 143

第4章 祖父母辈要学好“孙子兵法” /145

1. 接受做爷爷奶奶的事实 145
2. 孙辈不是“花草鸟虫” 147
3. 多做参谋，不做保姆 151
4. 重视代际沟通 155
5. 身教更重要 157
6. 向孙子学习 159
7. 疼爱孙辈要有方 162

第5章 爷爷奶奶们也要与时俱进 /165

1. 祖父母辈应先受教育 165
2. 带孙辈需要的五个教育素质 167
3. 您需要了解的教育新观念 170
4. 留一些爱给自己 171

第6章 爸爸妈妈：做祖父母辈和孙辈的纽带 /175

1. 别做“电话父母” 175



zheyangduihaiyizishuohuazuiyouxiao

录

2. 让隔代教育不再相“隔” 181
3. 把轻松还给老人 183

第一篇



父母和孩子说话有技巧





家教

JiaJiao Jin DianZi

一位教育家曾经说过：“父母教育孩子的最基本的形式，就是与孩子谈话。我深信世界上好的教育，是在和父母的谈话中不知不觉地获得的。”但是，令大多数父母头疼的是，苦口婆心地教育孩子，孩子却总不以为然，有时还会视父母的谆谆教导为没有意义的唠叨，拒绝和父母交谈。这到底是怎么回事呢？是孩子出了问题，还是父母的谈话方式有问题呢？

许多父母认为是孩子出了问题。其实，孩子没有问题，问题还是出在父母身上。父母与孩子谈话，光有一副热心肠是不够的，还必须掌握谈话的技巧。如果您的谈话孩子不愿意听，甚至感到厌烦，那么，即便您说的全是“金玉良言”，在孩子的心中也是一分不值。本书的内容就是探讨父母该怎样和孩子谈话，希望能给广大父母提供一些建议和方法。

JIAJIAOJINDIANZI

第 1 章

您是这样对孩子说话的吗

我们对孩子满怀希望，将最理想的计划“套”在孩子身上，但在做此努力的同时，常常不能理智地和孩子对话。

1. 一味指责：你为什么总是……

家庭教育是靠家庭语言来完成的，家庭语言是一种很有影响力和渗透力的家庭教育方法。中国人最重视家庭教育，可中国孩子在家庭中聆听最多的语言是什么呢？

一些父母和孩子说话时经常采用一种方法，那就是指责，在学习方面更是这样。孩子数学考试得了95分，父母不是看到孩子的进步加以表扬和鼓励，而是单单看到唯一的差错，瞪着眼睛对孩子说：“又马虎了吧？考试前我跟你讲，做完了一定要检查检查，从头到尾再看一遍，你就是不听，要是认真检查一下，这5分怎么会丢掉！”孩子听后感到没有给爸爸、妈妈争气，心情很沮丧。

孩子在校运动会上得了百米第一名的好成绩，高高兴兴地拿着奖状给爸爸、妈妈看。可是父母却不屑一顾地看了看，无精打采地对孩子说：“你要是数学、语文能在学校得



第一名就好了，可惜是体育。”孩子听后像是被泼了瓢冷水，高兴的心情一下子全没有了。

※相关链接

外国的专家曾就采取一味指责的方法与采取赞扬的方法对待孩子学习做过一个实验。他把一群智力相等的儿童分为四组，教他们学习算术。A组采取赞扬奖励的方式；B组采取指责的方式；C组旁听A、B组，不加以表扬与指责；D组与以上三组完全隔离，既不赞扬奖励也不指责。经过5天的实验，结果是：A组成绩进步显著，并且直线上升；B组成绩最初有进步，以后逐渐下降；C组没有受到老师的直接奖惩，成绩不及A、B组；D组在5天之中，自始至终未见进步。可见一味指责的方式不如表扬、奖励的方式。

像这样总是采用指责的方法对待孩子，是一些父母的习惯。他们不善于看到孩子的成功之处，不善于观察孩子的点滴进步。无论孩子是成功还是失败，是进步还是退步，是顺境还是逆境，通通给予指责、批评。而恰恰就是这种一味指责的教育方法，造成孩子对学习失去信心和兴趣，导致孩子学习走下坡路，学习成绩下降。

人们希望获得成功，希望得到别人的赞扬，这是人们从事各种活动最基本和持久的动力。孩子在学习方面，无论怎样的努力都得不到别人赞扬，他的心灵就会受到挫伤，丧失了希望。

2. 消极、否定的预言：我看你是改不了了

作为父母，如果稍微注意一下自己对孩子的言谈，就会发现自己说了很多消极的话：“你就是这么不求上进”、“你真是太懒了”、“你从来就不会照顾好自已的物品”……孩子们的确存在这些毛病，但这样说有没有好的效果呢？没有，相反只有负面作用，尤其当父母经常用这些词形容孩子的时候，只会损伤孩子的自信心。

心理学家告诉我们，否定性的信息比肯定性的信息让孩子记得深远。这是因为前者多是在生气或沮丧时发出的，所以更具威力，也更有冲击性。通常在孩子的个性还没有完全形成、自尊心还没强到可以不在乎他人有成见的批评前，父母对孩子的评价往往会对他们产生重要的影响。

特别提醒

激发一个孩子改善自己的行为的最终目的是鼓励他认为自己可以成为一个好孩子。如果不断地告诉孩子说他很顽皮或是有破坏性，久而久之他就会变得顽皮和有破坏性，以满足大人的“希望”。

例如，父母总是批评孩子顽固、笨手笨脚，或是反应迟钝，孩子要想不成为那样都很难。老师们也都很清楚，如果不断地告诉孩子说他很顽皮或是有破坏性，久而久之他就会变得顽皮和有破坏性，以满足大人的“希望”。

澳洲的一位家庭心理学家称这种无意识的行为是一种“无心的催眠”。他说：“多数人都不知道，这种催眠每天都在发生，而且深入孩子心中的无意识层面。即使没有这种意思，但孩子的人格依然会按照我们暗示的言行发展。”

因此，父母批评孩子时语言一定要慎重，千万不要随便给孩子某些消极的或是负面的标签式的评价。

3. 重复唠叨：你能不能为父母争点儿光

一位老师让部分初中生用几分钟的时间写出父母常说的几句话，整理出来如下：

①快起床！都快6点了！别晚了！

②你看你吃得多好！妈妈小时候可没你这条件！天天伺候你，你也真够不争气的了！你要是有某某同学的一半我也没白受累！

③上课别说话，注意听讲！

④别光顾着玩！快写作业！

⑤现在不好好学习，将来谁养活你！嘴皮子都磨破了，你怎么就不长记性！我算看透你了！你也就这德行！我看你真是个废物！你要是个东西，我早把你给扔了！

⑥你什么时候才能让我省心呢？怎么又考这么点分？不是这道题错就是那道题错！

⑦你能不能为自己争点气，为我们（父母）争点光！

⑧这个星期天哪儿也不能去！在家给我学习！

⑨把电视关了！有什么好看的！

父母可能觉得这些话都是必须要叮嘱的，甚至有的认为：“我天天嘱咐他，他还记不住呢！”可父母忽略了孩子的心情。心理学家告诉我们：啰嗦、唠叨是一种重复刺激，会使孩子的大脑产生保护性抑制。有了这种抑制，说得越多，孩子越听不进去。再说，这种简单的说教在内心世界日益丰富的孩子面前显得苍白无力，天天讲、月月讲，不把孩子说烦才怪呢！

特别提醒

啰嗦、唠叨是一种重复刺激，会使孩子的大脑产生保护性抑制。有了这种抑制，说得越多，孩子越听不进去。

还有的父母总是拿现在和自己过去的生活比，其实，孩子最不愿听“我像你这么大的时候……”，他们一听到这类唠叨就烦，就躲得远远的。尽管父母的出发点是好的，但孩子不喜欢这种脱离现实的说教，他们不愿意听那些陈年旧事，而且他们没经历过，也体会不到，理解不了。

4. 主观判断：我们说不好就不好

一群小学高年级男孩相约星期天到公园野餐。其中一个

这样对孩子说话最有效