

换种方式和孩子沟通

母子之间 有条河

紫墨◎编著

当你对孩子束手无策的时候
他们也正期待着你的改变
要作出改变的并不是和你无法沟通的孩子
而是你的沟通方式

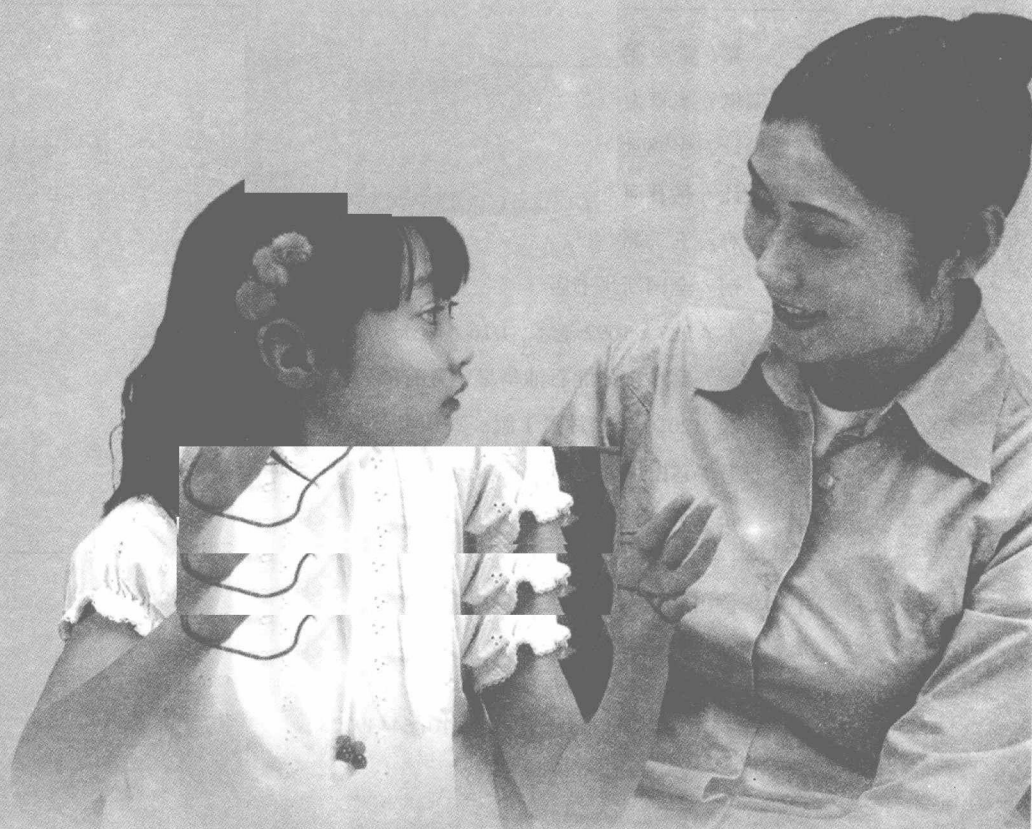


中国华侨出版社

换种方式和孩子沟通

母子之间 有条河

紫墨◎编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

母子之间有条河:换种方式和孩子沟通 / 紫墨编著. —北京:中国华侨出版社,2010.1

ISBN 978-7-5113-0116-1

I.母... II.紫... III.家庭教育 IV.G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 236682 号

● **母子之间有条河**

编 著 / 紫 墨

责任编辑 / 崔卓力

装帧设计 / 宇鸿堂

版式设计 / 岳春河

责任校对 / 王 磊

经 销 / 全国新华书店

开 本 / 787 × 1092 毫米 1/16 印张 / 16.5 字数 / 260 千字

印 刷 / 廊坊市华北石油华星印务有限公司

版 次 / 2010 年 5 月第 1 版 2010 年 5 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-0116-1

定 价 / 28.80 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编:100029

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com

前 言

在很多时候，有一些家长对于孩子的教育还是停留在一种传统式的教育模式中，也就是“家长式”教育。在这些家长的思维习惯中，和孩子之间的沟通往往仅限于家长问、孩子答的模式中，甚至还有很多家长认为，只要自己说什么孩子照着做就实现了沟通。殊不知这已经成为了当代家庭教育中的一大误区。

沟通是人与人之间相互了解的必要手段，家长如果想要充分地了解你的孩子也就需要加强和孩子之间的沟通。很多家长都知道这一点，但是往往由于很多原因而导致沟通的手段过于单一。有的家长工作太忙而无暇和孩子进行有效的沟通；有的家长老观念根深蒂固而不屑和自己的孩子进行沟通，这些都是不正确的方式。如果家长能改变一下自己和孩子的沟通方式，也许会有更大的收获。

举个例子来说，当做家长的发现了你的孩子收到了情书的时候你会怎么做？大多数家长很可能采取一些过激的方式，或大发雷霆，或伤心欲绝，可是如果能像下面这位母亲这样换种方式来和孩子沟通，或许能收到更好的效果。

这是一位母亲的经验之谈：昨天在吃饭的过程中我发现女儿似乎有心事，我有意识地引出很多话题，一一被女儿平静地答复。幸好今天是我与女儿两人的晚餐，或许很多话题可以放松地交谈。说着说着，女儿支支吾吾地想提问了，可是好像很难开口，“呵呵……妈妈……嗯嗯……”

我笑了，用鼓励的眼神告诉她有事请讲，可她还是支吾不语。我故作轻松地笑得更厉害了，告诉她说：“咱俩还有啥话不可以说的？”确实，在平时的生活中我俩无话不说，包括我自己无法拿定主意的事

情，我也会请教我的女儿，让她拿出方案，往往她的决定比我周全，常常会得到全家的赞扬。

于是女儿问我：“妈妈，你在中学的时候收到情书是怎么处理的呀？你回复了吗？”

我在想，怎么回答才算解决问题呢？说实话，当时收到第一封情书的时候，是刚刚进入中学，稀里糊涂地被隔壁班的班长作为写情书的对象成为了全年级焦点，我郁闷彷徨的同时也夹杂着惊喜和无助，在我对爱情一无所知的状况下，收到这封或许也是无知的男孩写来的充满感情的信件，无异于给我闷闷的一棒。于是我答复女儿说：“当时妈妈交给老师了，老师……”还没说完，女儿大笑着说：“妈妈，哪有你这样的……”

作为母亲，知道了女儿收到了情书，如果采取声色俱厉的方式来警告自己的女儿的话，也许不会取得一个好的效果，而我们也能够看得出来，女儿也很接受这种方式。所以，沟通是讲究方法的，只有找到了正确的方式才能真正实现良好的沟通。

沟通都是带有一定的目的性的，在家庭教育中也一样。家长和孩子的沟通是为了更好地提高自己的孩子的素质，而原来的教育方式也已经不适合现代的教育趋势，因此沟通教育是一种全新的教育方式，所以掌握一种全新的沟通方法也已经成为家长教育孩子的必备手段。

contents
目 录

第一章 这样说，孩子才爱听

很多家庭教育的经验告诉我们，家庭教育中，孩子在大多数时间里都处于一个“听”的状态中。那么，你的孩子喜欢怎样听、喜欢听什么就成了每个家长都不得不考虑的问题了。也许只有改变你的说话方式，你的孩子才能更容易接受你的教导。

1. 妈妈想知道你在想什么 /2
2. 找个时间，我们谈谈吧！ /4
3. 你很优秀，但是要注意的是…… /8
4. 孩子，我相信你 /11
5. 我们能做朋友吗？ /13
6. 告诉妈妈，为什么喜欢名牌？ /16
7. 妈妈不会讽刺你 /19



母子之间有条“河”

——换种方式和孩子沟通

8. 你试着自己做一下! /22
9. 如果你想说什么, 自己来说吧! /25
10. 对不起! 妈妈错了! /28
11. 你想说什么? 妈妈听着呢 /31
12. 孩子, 你知不知道告密者最可耻了? /34
13. 想想看, 如果你是他怎么办啊? /36
14. 我欺骗了你, 但没有恶意 /39
15. 没有一帆风顺的人生 /42
16. 你虽然很淘气, 但做出来的东西很不错啊 /44
17. 虚荣心是最不该有的心理! /47
18. 来! 和爸爸谈谈你的偶像! /50
19. 我要说的都在这封信里面! /53
20. 告诉妈妈, 你的零用钱准备怎么花? /56

第二章 这样交往, 孩子才能接受

孩子在接触了新的事物以后, 会对新鲜的东西有了他们自己的理解和看法, 从而难免会被这种看法所影响。因此很多孩子会出现行为举止变得异常的情况。而作为家长, 及时地了解 and 掌握孩子的行为和心理状态是很有必要的, 所以这种情况下就更加要讲求和孩子沟通的技巧了。

1. 我就知道你喜欢这样! /60
2. 让妈妈给你解释一下! /62

3. 妈妈不会把你丢脸的事情说出去 /65
4. 你想超过别人吗？那你得好好努力啊！ /68
5. 不要自卑！你行的！ /71
6. 你和妈妈说话为什么总是不耐烦呢？ /74
7. 你有秘密了？妈妈不会偷看！ /76
8. 这是你的理想啊？真不错！ /79
9. 不要嫉妒他，你已经是最好的了 /82
10. 我们是平等的，来谈谈吧！ /84
11. 你开错窗子了！ /87
12. 为什么打架？跟我说说 /89
13. 无论你有什么缺点，都是我的好孩子 /92
14. 这是你和你朋友之间的问题，自己解决吧！ /94
15. 我知道！你想和妈妈说说话是吗？ /97
16. 这是你的朋友啊？欢迎！欢迎！ /100
17. 我不会拿别人和你比的，因为你是独一无二的 /102

第三章 这样讲，孩子才能受鼓舞

家长对孩子的教育体现在生活中的点点滴滴中，也许每一个随口而出的词语都会对孩子产生一个非常重大的影响。如果家长换掉消极的词语，那么对你的孩子就会有一个积极的影响。不要忽视这种转换，也许这就是你造就一个优秀孩子的开始。

1. 用“你真棒”代替“你真笨” /107



母子之间有条“河”

——换种方式和孩子沟通

2. 用“你可以的”代替“妈妈帮你” /110
3. 用“你很坚强”代替“你太软弱了” /112
4. 用“不错！有进步”代替“这都做不好” /115
5. 用“这都是努力的结果”代替“你真聪明” /118
6. 用“你说说看”代替“闭嘴” /120
7. 用“我们尊重你的选择”代替“你没有选择的余地” /123
8. 用“我遵守诺言”代替“说说而已，怎么当真了？” /125

第四章 这样教，孩子才爱学习

学习问题是家庭教育中不可避免的问题。当自己的孩子出现了问题的时候，家长应该去寻找造成问题的根源所在。学习问题是孩子较为敏感的问题，因此，讲究沟通的技巧和方法也是家长必备的教育手段。

1. 你努力就好了，成绩慢慢提高嘛！ /130
2. 你为什么讨厌学习？是不是妈妈给的压力太大了？ /132
3. 我们尊重你的天性！ /135
4. 妈妈不会打扰你的 /137
5. 你应该学会怎样自学 /140
6. 学习是一种负担吗？ /143
7. 你的假期准备怎么安排？ /146
8. 考多少分都不要紧，千万不要作弊！ /148
9. 妈妈帮你制定一个学习计划吧！ /152
10. 我带你去书店看看吧！ /155

第五章 这样夸，孩子才能进步

人生就像一个舞台，每个人都是这个舞台上的演员，孩子也不例外，每个演员都希望得到别人的喝彩，这是他们继续向前进的动力。所以，对你的孩子不吝惜喝彩之声，是给自己的孩子一个向前的动力，这样的孩子才能更早地长大。

1. 你很有潜力啊！ /160
2. 我相信你是个天才 /163
3. 你粗心的毛病改了不少啊！ /165
4. 你刚才做的这件事很值得表扬！ /168
5. 你的故事讲得简直太好了！ /171
6. 你是最勇敢的！ /174
7. 你真是一个有爱心的好孩子 /177
8. 太棒了！你又进步了！ /180
9. 我认为你有能力做好这件事 /183
10. 孩子，别人在这方面都不如你啊 /186
11. 你知道你有什么优点吗？ /189

第六章 这样责备，孩子才能改掉错误

小孩子犯错误是难免的，那么家长在面对孩子的错误的时候应该怎么做才能让孩子真正地接受批评、认识到自己的错误，进而改正和避免犯同样的错误呢？显然，



母子之间有条“河”

——换种方式和孩子沟通

在新的时代，老一辈的教育方式已经不能再适合当代的家庭教育了，因此家长们就需要做出改变，而积极的改变所带来的成果也会让家长满意的。

1. 好！我给你机会解释 /194
2. 放心！我不会打你 /196
3. 不要怕，我会很冷静地和你谈谈 /199
4. 我们来谈谈这次错误好不好？ /202
5. 虽然你做得不对，但是还是有值得表扬的地方 /206
6. 知道你的错误带来什么后果了吧？ /209
7. 这件事情你做错了，但你不是一个坏孩子 /212
8. 你的责任，就该你来承担 /214
9. 小孩子犯错误是难免的，但要改！ /217
10. 虽然你犯了错误，但是动机是好的！ /220

第七章 这样做，孩子才更优秀

造就一个优秀的孩子，需要家长们付出很大的努力和心血。但是有的时候家长如果尝试做出一些改变的话，也许就会收到更好的效果。社会在变化，教育方式也应该随之而变化，换种方式来和你的孩子沟通，你的孩子会更加优秀。

1. 暗示，有一种神奇的力量 /225
2. 优秀的孩子是赞美出来的 /227

3. 赏识，打开孩子心扉的钥匙 /230
4. 来自家长的尊重，是孩子自尊的起源 /233
5. 信心，来自于家长的激励 /235
6. 逐步引导，让孩子学会自己探索 /238
7. 授之以鱼，不若授之以渔 /241
8. 欣赏孩子，会让孩子懂得自我欣赏 /244
9. 给孩子做个表率 /246



NO. 1

这样说，孩子才爱听

很多家庭教育的经验告诉我们，家庭教育中，孩子在大多数时间里都处于一个“听”的状态中。那么，你的孩子喜欢怎样听、喜欢听什么就成了每个家长都不得不考虑的问题了。也许只有改变你的说话方式，你的孩子才能更容易接受你的教导。

母子之间有条“河”

——换种方式和孩子沟通

1. 妈妈想知道你在想什么

无论对于陌生人而言还是对于最亲近的人而言，沟通都是双方面的交流。在家庭教育中家长要知道，孩子在逐渐成长，在渐渐脱离家长为自己所营造的世界，但是家长有时候难以真正理解和认识孩子的想法。所以要想达到有效的沟通目的，必须要先了解孩子的想法，读懂孩子的心。

如何培养好自己的孩子，如何能与自己的孩子畅通无阻地沟通交流，是每个家庭、每位家长所热心关注的问题，而这也是现今社会环境下一个很棘手的问题。有些家长发现孩子越来越不听话，和他说话他不是心不在焉就是一言不发；告诉他做什么事他不是置之不理就是勉强应付，有的时候甚至大发脾气。家长这时候就应该注意，自己的方法和态度是不是出现了一些问题，是否真的读懂了孩子的心。真正的沟通是建立在心与心之间的。来看一个案例：

小龙是个5岁的男孩，爸爸妈妈很宠着他，特别是妈妈，把他照顾得细致入微。小家伙平时虽然很调皮却一直都很听妈妈的话。可自从上了幼儿园以后，妈妈发现孩子没有以前听话了，有时候让他怎么做他偏偏反着来。以前总爱缠着她问东问西，现在却很少和她亲近了，也不知道他是怎么了。

一天早上，妈妈送小龙去幼儿园，由于没有在家吃早饭，所以买了“小笼包”。来到教室后，她搬了个椅子坐下，就喂给小龙吃。也

许是在幼儿园的缘故吧，小龙觉得让妈妈喂有点儿难为情，于是抓住妈妈的手，不要妈妈喂，要自己吃。可妈妈一脸的不高兴，说：“快点儿，妈妈喂你吃完还要上班呢，你自己又该不吃了。”这样一个要喂，一个要自己吃，最后小龙哭了起来，妈妈也很生气。

幼儿园的王老师对小龙妈妈说：“让小龙自己吃吧，他在幼儿园挺能干的，平时都是自己吃的。孩子虽小，但他有自己的思想和感受，我们应该尊重他。”小龙妈妈说：“这孩子不知道怎么了，以前特别听话，现在却经常发脾气无理取闹。”王老师笑了，她说：“你没看出来吗？刚才小龙是觉得这么多小朋友在，你却要喂他吃饭，他不好意思了。我听了你的情况，建议你以后多和孩子沟通，时常了解一下孩子在想什么。毕竟孩子都上幼儿园了，和以前可不一样了。凡事多征求一下他的意见，可能就会好起来了。”

很多家长对于与孩子的沟通问题的认识往往处于一个误区，就是认为只要家长说的话孩子听了，这就是成功的沟通。但事实上，孩子是有思想的独立体，他们有自己的判断、意愿和选择意识，大多数情况下孩子并不是真正地喜欢按照家长所要求的去做，而是迫于家长的威严。因而，家长在不了解孩子内心想法的情况下和孩子交流只能是单方面的沟通，却无法和孩子取得共鸣。所以这种沟通的效率很低，甚至不会起到作用。

这是一个家长的经历：我的孩子在4岁左右，开始变得不像以前那样听话了，也不顺从我了，有了自己的爱好和脾气。有一次，他在大院里和小伙伴们玩骑自行车比赛，我规定他半小时后必须回家，可是到了规定的时间他并没有回来，甚至到了吃饭时间还不愿意回来。等他回来的时候，见他一副满不在乎的样子，气急败坏的我毫不犹豫地动手打了他，没想到，后来孩子听到窗外伙伴们嬉戏的笑声，再也



母子之间有条“河”

——换种方式和孩子沟通

不提出要求到楼下玩了，只在窗前静静地看着，露出无比羡慕的眼光，当时我的心都碎了。

于是我带着疑问、带着困惑到书店去求购教子方面的书籍，又上网查找亲子教育方面的相关资料。原来我在教子方面存在很大的误区，忽视了与孩子的沟通。在后来的日子里，我和孩子在某件事情上遇到意见分歧时，我不再以强迫的方式去处理，而是通过沟通来达成共识。比如，有一次，孩子在吃饭前想吃饼干，我首先理解了他有这种需要是正常的，也肯定了他有满足这种需要的权利，甚至表达了自己其实也喜欢吃饼干。有了沟通后，再通过商量解决了饭前不要吃饼干的习惯，就这样，一次次给了孩子沟通的机会，孩子越来越喜欢与我交流了。

作为家长，应该注意和孩子沟通的方式方法，学会了解和理解孩子心里的想法，这就要求家长要改变和孩子沟通的时候的语言方式，应该把“命令”改为“询问”，把生硬的语气变为柔和的语言。在你的孩子看来，温和的询问是一种最能接受的沟通方式。

家长和孩子的沟通应该是平等、真诚的，这就要求家长要了解 and 尊重孩子的意愿、认识、评价、判断和选择等主观因素。或许孩子的认知能力还很幼稚，但这却是孩子真实的感受。只有理解了孩子，沟通才能有效地实现。

2. 找个时间，我们谈谈吧！

与人沟通是一门学问，不讲究技巧就难以顺利进行，而家庭教育

中家长和孩子的沟通就更加要注意这个技巧。如果家长不注意方式方法，那么孩子就极有可能不会理解你的良苦用心，甚至摆出一副“拒人于千里之外”的态势，那么沟通就无从谈起了。在诸多的技巧中，最为重要的一点就是要掌握好和孩子沟通的时机。

在教育孩子的时候，即使同一种方法，在不同的时间或时机发挥的效果也是不同的，有时甚至会截然相反。与孩子沟通也是同样的道理，有些家长想了解孩子或者想帮助孩子，但急于求成往往收效甚微，怎样努力都不得法。所以，家长要注意选择与孩子沟通的最佳时机，这是沟通能否达成的一个重要因素。

刘女士的儿子李强今年7岁，上小学一年级。李强以前早上都是6点起床，如果7点半还没有到学校的话就进不去校门了。可冬天到了，李强早上不愿意起那么早。他对妈妈说：“妈妈以后你6点20分叫我起床，反正我们每天到学校都那么早，我还能多睡会儿呢！”刘女士说：“不行不行，万一有点儿什么事耽搁了呢？迟到进不去学校大门我可不送你进去，多丢人！”李强气呼呼的没有说话，但心里已经拿定了主意。第二天刘女士6点叫李强起床的时候李强大发脾气，甚至委屈地哭了起来，刘女士摇着头说：“行，行，你说几点就几点，别哭了。”这以后连续好几天李强都是6点20分起床，每天到学校时间可也挺充足的。

有一次路上堵车堵得特别严重，眼看着就要迟到了，车流却还是一动都动不了。李强急得哭了起来。刘女士心想让孩子得到教训也未尝不是一件好事，看见李强哭得可怜，她说：“你看，咱们要是早出来一会儿是不是就遇不到塞车了？别哭了，我现在给你的班主任打电话解释一下，然后送你进学校。”李强看着妈妈，点了点头。刘女士又说：“妈妈比你有经验，所以很多时候你都应该听取妈妈的意见。

