

中国大陆

智品書業
人文社科

品智教
家教



台湾家教
超级畅销书!

郭莹莹 王金娥/编著

台湾资深教育专家教您和孩子沟通的超级妙招

21/天/掌/握/与/孩/子/沟/通/的/技/巧

PARENTS SHOULD SAY LIKE THIS

父母应该 这样说

北方联合出版传媒(集团)股份有限公司



万卷出版公司
WANJUAN PUBLISHING COMPANY



台湾资深教育专家教您和孩子沟通的超级妙招
21/天/掌/握/与/孩/子/沟/通/的/技/巧

PARENTS SHOULD SAY LIKE THIS

父母应该 这样说

北方联合出版传媒（集团）股份有限公司



万卷出版公司
WANJUAN PUBLISHING COMPANY

© 郭莹莹 王金娥 2010

图书在版编目 (CIP) 数据

父母应该这样说: 21 天掌握与孩子沟通的技巧 / 郭莹莹, 王金娥编著. —沈阳: 万卷出版公司, 2010.1

(品智家教)

ISBN 978-7-5470-0592-7

I. 父… II. ①郭…②王… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 236361 号

出 版 者	北方联合出版传媒 (集团) 股份有限公司 万卷出版公司 (沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮政编码 110003)
联系电话	024-23284090 电子信箱 vpc_tougao@163.com
印 刷	北京未来科学技术研究有限责任公司印刷厂
经 销	各地新华书店发行
成品尺寸	150mm × 225mm 印张 16
版 次	2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷
责任编辑	王亦言 字数 160 千字
书 号	ISBN 978-7-5470-0592-7
定 价	26.80 元

丛书所有文字插图版式之版权归出版者所有 任何翻印必究法律责任



倾听孩子的心声，跟孩子学沟通

前言



许多的家长都在抱怨：

现在的孩子越来越不听话了！

现在的孩子抗压性越来越差，一点点的苦都受不了，让他做点什么事情他都会以为你是在折磨他！

现在的孩子太脆弱，总是不愿意承受一点点挫折，受一点小小的打击就呼天抢地，以为到了世界末日！

现在的孩子太任性，你对他说什么他都不会听，他总是认为你的观点是陈旧的、是错误的，只有他自己的想法才是最符合潮流，最具有时代性的！

现在的孩子太叛逆，他们似乎都不会分辨什么是对的、什么是错的，似乎永远都不知道究竟什么是应该做的而什么是不应该做的！

……

不过事实真的是这样吗？孩子真的有那么不听话吗？究竟是什么原因导致了你会上面的想法？

或许孩子在很多时候并不认为自己有什么过错，但是当从你的角度用你的标准来衡量孩子的思维，他们又是叛逆无比的了。

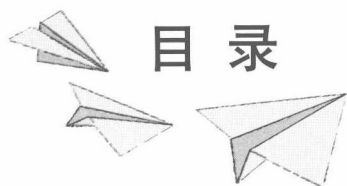
在很多时候，家长在教育孩子的时候都会忽略一个很重要的现实：社会每天都在快速地进步，时光不可能永远停留在你小时候经

历过的那个时代。时代在变，观念在变，你不可能要求一个在几十年后出生的孩子像你一样，能够保持同样的思维和习惯。不管你是否接受得了，事实就是，现在的孩子们在许多情况下，思维和行为已经和你有着很大的不同。

其实，导致两代人交流出现问题的主要原因并不是思维方式的差异，而是你选择的沟通方式出了问题。你的孩子是什么样的个性？你又是怎样的个性？你们在相处的时候是和谐的还是冲突的？在你们发生冲突的时候，不妨想想，如果换一种说话的方式，孩子是否就会乖一些，更加乐于接受你的意见，听你的话？

那究竟应该怎么做才能和孩子保持好的沟通？究竟应该怎么说孩子才会听？如果想成为一个优秀的家长，就必须面对这些问题，因为，虽然给了孩子生命，但是更重要的是要给孩子一个灵魂，如果不教会孩子如何分辨对错，如何处理事情，孩子如何能够健康地成长，成为一个心理健全的人。

在本书中，我们会对一些家庭中的典型问题进行分析说明，经由对孩子的心理世界以及在大人的行为下做出的反应进行探讨，告诉广大家长朋友究竟应该怎么说，才能做一个孩子愿意亲近愿意信任的人。



目录

第一章 关注孩子的感受，因为我们也曾是个孩子

- 第1天 不要说：你的梦想我做主 10
- 第2天 不要说：我怎样，你就该怎样！ 21
- 第3天 问问孩子：你最想要的是什么？ 31

第二章 让孩子相信你是他的好朋友

- 第4天 工作忙碌不是抱怨孩子不长进的理由 44
- 第5天 和孩子拥有共同语言，别只会鸡同鸭讲 53
- 第6天 不要怕在孩子面前说“对不起” 62

第三章 一定要相信榜样的力量

- 第7天 别轻易对孩子许诺，许诺就一定要做到 74
- 第8天 以身作则，引导孩子明白应该努力的方向 85
- 第9天 如果孩子错了，不要一味地打骂 96

第四章 大方表达感情，别总是那么含蓄

第10天 不要吝啬对孩子说“我爱你” 110

第11天 “谢谢！”可以让孩子感觉被需要 120

第12天 正确地表达你对孩子的评价和期望 129

第五章 充分挖掘孩子的潜能

第13天 溺爱并非明智，应该鼓励孩子做选择 140

第14天 对孩子多一些肯定和赞美，会有意外的收获 153

第15天 怎么让孩子接受批评指正 166

第六章 给孩子一个自由的空间

第16天 怎么让孩子自觉遵守规则 180

第17天 教会孩子如何面对错误，解决问题 194

第18天 允许孩子保留一些“小秘密” 204

第七章 让孩子的思想也跟着成长

第19天 不要总是对孩子说：“你还小。” 220

第20天 怎样让孩子正确地评价自己 230

第21天 教会孩子说“不”，让孩子拥有自己的个性 241



第一章

关注孩子的感受， 因为我们也曾是个孩子

很多时候我们都觉得孩子不懂事，不明白什么是对什么是错，不明白究竟哪些事情该做，哪些事情不该做。

“他总不明白，我为什么拼死拼活做那么多？还不是为了他！我也不想整天啰啰嗦嗦，但如果不说的话，又担心孩子走错路学坏了。可是在我苦口婆心地说了那么多之后，他却像没听到似的，甚至对我的态度越来越差，只要我一张口，他就表现出一副不耐烦的样子，那种表情让我心里实在很不是滋味！”很多的家长都有过这样的苦恼。

是啊，家长用心良苦的说教对孩子而言，有时就像拿着没装电池的遥控器对着电视机狂按一通也毫无反应。

每个家长都是真心真意对孩子好的，世界上没有哪个做父母的会希望孩子过得不幸福，可以这样说：父母的爱是世界上最无私的

爱，能拥有这种爱的孩子是幸福的。

但是如果爱给予或者表达的方式不恰当，就很可能让孩子觉得这种爱很难以承受。

成长是一个漫长的过程，孩子在这个过程中逐渐认识这个世界，慢慢地明白自己需要的是什么，选择自己的生活方式，如果没有成人的正确引导，孩子很可能会误入歧途。身为给予孩子生命的人，家长自然地担当起让孩子的灵魂更加充实和完整的任务。也就是说：在孩子的成长过程中，家长起着至关重要的作用。

如何了解孩子真正需要的是什么呢？在对这个问题进行思考之前，我们不妨采用同理心的方法，站在孩子的立场上来思考一些事情。

如果你能鼓起勇气，愿意站在孩子的角度思考，你会发现，原来一切并没有我们想象中的那么困难。

孩子的世界并不是那么难以触摸——因为我们也曾经是孩子，也有过像我们的孩子一样充满困惑的时期，我们也是在经过不断的经历和磨炼，才蹚过了岁月的河流，抵达到了今天。



不要说：你的梦想我做主

每个人的心中都有过许多梦想，那些梦想编织出了一个美丽的世界，让生命变得美好而充实。

没有梦想的生活是荒凉的，没有梦想的人生是苍白的。只要活着，就应该好好地享受梦想的权利，让自己的生活能够更加精彩！

你还清楚梦想的滋味吗？你还记得儿时的梦想吗？你心中是否还留有那份纯真的回忆？

不管答案是什么，让我们现在来进行个小游戏。

请先深呼吸一下，然后闭上眼睛，认真地回想一下：你小时候的梦想是什么？

是当老师；当科学家；当将军；还是成为政治首脑？

在回想了小时候的梦想之后，请睁开眼睛，看看现在的你的样子，问问自己是否实现了小时候的梦想，过着自己最开始就很期待的生活？

如果答案是“Yes”，那么恭喜你，因为很少有人可以像你这样坚持着梦想并一直朝着梦想努力不放弃，你命中的概率大约是10%。如果回答是“No”，也没关系，这并不表示你是失败的，只是说明你在成长的过程中随着环境事态的变化不断地调整着自己的奋斗方向。

别太着急想自己的回答究竟意味着什么，现在你需要做的，

是想想你是否为今天所过的生活感到后悔？给自己一个“**Yes**”或“**No**”的果断的答案，我们不需要中间派。

在做出了判断之后，你可以开始进行漫长的思考和回忆的过程了，请认真思考下面的问题：你对梦想的态度是随便说说？还是一旦有了梦想就深深地记在心里？你的梦想是经常变换？还是永远都坚持唯一？你可曾为那个梦想而不断地努力，无论遇到多大困难都没有动过要放弃之类的念头？你现在的和你梦想的生活有多大的差距？如果再给你一次重新来过的机会，你会做出哪些改变？或者在哪些方面做更多的努力？

想清楚了吗？谢谢你的配合。

如果能在第一时间觉得骄傲的话，那么再次恭喜你！

如果你不能得到第二次恭喜，那么请认真地想想：

为什么达到了最初的梦想自己却并不快乐？那个梦想是你真正想要的吗？

如果觉得遗憾并迫切地渴望时光倒流的话，我只能告诉你，其实你身边有很多的美好，只是你没有留意到。你应该学会去发现那些值得珍惜的东西，走好每一步。当你学会发现身边的美好的时候，你会明白，生活并没有给你如你所想的那么多的失望。

在对自己的梦想有了个认识之后，请把这些感受牢牢地记在心里。然后问自己一个问题：你愿意你的孩子帮你实现你现在的愿望或者你放弃了的愿望吗？

最后一个问题：在你是孩子的时候，你会愿意并喜欢让别人帮你安排梦想吗？



答案是……

现在把你的孩子当成年幼时的你，你是否会有全新的想法？

呵护孩子，也请呵护孩子的梦！

让孩子自己学会去梦想，请不要一厢情愿的为孩子塑造梦想，或者把你没有完成的梦想粗暴地加到孩子身上——孩子的肩膀还太稚嫩，承受不了那么多的沉重负担。

身为父母，你可以告诉孩子应该怎样去建立梦想，应该建立什么样的梦想，甚至引导他们去追逐并实现自己的梦想，但是请你别老是很坚决地对孩子说：“你必须要成为有钱人。”“你必须要当医生！”

如果你实在是很想表达自己的意见，请不妨换一种表达的方式，比如：

“宝贝，你的画画得真好，画里的小狗都画活了，想不想以后成为一个画家啊？”

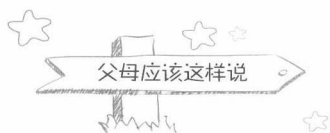
“如果想当球星，只是胡乱踢球是不够的哦！”

“宝宝觉得当老师好不好啊？那宝宝想不想以后也成为一位老师呢？”

……

问题的关键在于：对于孩子的梦想，家长只能建议和引导，而不是命令式地去要求。

在你对孩子进行密切的关注的时候，你突然发现原来自己的孩子某个方面有着极大的天赋，于是你忍不住内心的欣喜，希望孩子能在那个领域有所成就；但请千万不要整天在孩子的耳边唠叨着



了。”在后来父母严厉质问孩子的时候，孩子委屈地说。

原来让她成为画家只是她父母的梦想，而对她说这是一场磨难！

所以，不妨问问孩子，他想成为什么样的人，并尊重他们的梦想。如果孩子想当个裁缝，别笑他目标短浅，因为很可能十几二十年后他会成为时装设计师。如果孩子想做服务业，别笑他志向低下，因为很可能在几十年后他超强的服务意识会帮助他成为某一服务行业的CEO。如果孩子想当幼儿园老师，别笑他幼稚，因为有可能他也会成为一名教育家或者儿童作家。

其实三百六十行，行行出状元，不论孩子梦想将来从事什么样的工作，做什么样的人，未必都不是好事情。因为，有梦想的孩子才是完整的孩子，才可能拥有一个全面的天性。

把梦想的主动权交给孩子吧！让他们为自己的梦想做主。身为家长，能做的就是好好地引导孩子树立正确的价值取向，能在道德的范围内塑造梦想，健康地成长。

了解孩子梦想的几种说法

“你以后想做什么？能告诉我吗？”

“妈妈小时候本来是想成为科学家，后来想当医生，但我现在成了企划师。宝贝，不管你对以后究竟有什么样的期望，都一定要记得，一定要从小就开始努力！”

“友友的妈妈说友友现在正在努力学画呢，她说友友想当画

家。佳佳可不可以告诉妈妈你以后想做什么啊？”

“敏敏想当空姐啊？很不错的想法呢！我的敏敏是最聪明最漂亮的，如果以后当了空姐也一定是最优秀的空姐，所以妈妈一定支持你！”

要点提示

- ✎ 把梦想的主动权交给孩子，让他们为自己的梦想做主。
- ✎ 对于孩子的梦想，家长最好只负责建议和引导，而不是命令式地去要求。
- ✎ 家长应该好好地引导孩子树立正确的价值取向，能在道德的范围内塑造梦想。
- ✎ 不管孩子的梦想是什么，都请尊重它。

实际案例：兴趣才是最好的老师

☹ 坏孩子案例

建柏今年上初中二年级了，可是却常常逃学，从不完成作业，功课一塌糊涂。不是他笨，而是对读书一点兴趣也没有。

有一次，建柏因为没有完成作业而被老师请家长到校谈话，建柏就偷偷跑到卖菜的外婆家，外婆问建柏为什么没有去上学，建柏骗外婆说



学校放假一天，所以特地来帮外婆卖菜。外婆看见孙子这么懂事很是高兴，等老师家庭访问才知道事情的真相。建柏免不了挨了一顿臭骂，可是不管怎样，建柏就是不想上学，让家长伤透了脑筋。

其实，建柏是个很聪明的孩子，从小就很好动，和周遭的小朋友相比学东西总是最快的。下棋、做手工也是高手，建柏常常为了做一个军舰模型到深夜，还曾经得过奖。可是，建柏的学校功课总是不及格，一写作文算算数就头痛，宁愿逃学帮外婆卖菜或者回家做手工。爸爸妈妈为此伤透了脑筋，常常感叹：“建柏怎么就不能把做手工、下棋的聪明用到读书上呢！”因此，建柏因为做手工、下棋没少挨爸爸妈妈的打。到后来，逐渐的对父母产生了敌意，彻底的成为了一个不听话的孩子。

好孩子案例

敏惠马上就要升初中了，她是班上成绩最好的学生，深受老师们的喜爱。从小敏惠就很爱读书，从来不需要父母的督促，一回家就主动完成作业，老师规定的观察植物生长、小动物生活习性的作业，敏惠也从来不做敷衍，而是颇有兴趣的认真完成。

敏惠从来都不认为读书是件苦差事，而是觉得很有意思，常常不知不觉读到很晚，敏惠最喜欢念外语，无论是看电视还是看书只要听到或者是看到外语就兴奋不已。

有同学问敏惠：“我很喜欢外语，可是为什么我就是学不好？”敏惠笑着说：“那说明你还是不喜欢，比如我书读累了会把看外语杂志当成是休闲娱乐，可是你会认为是在学习外语，所以说你还没有真正的对