

新e代家长教育系列

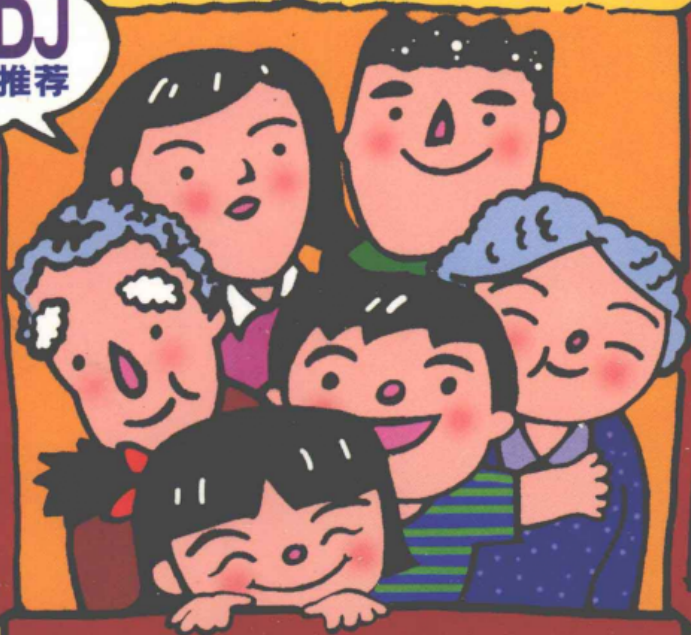
鼓励孩子

100金句

主编：黄美莉

被誉为影响
孩子一生的教育宝书

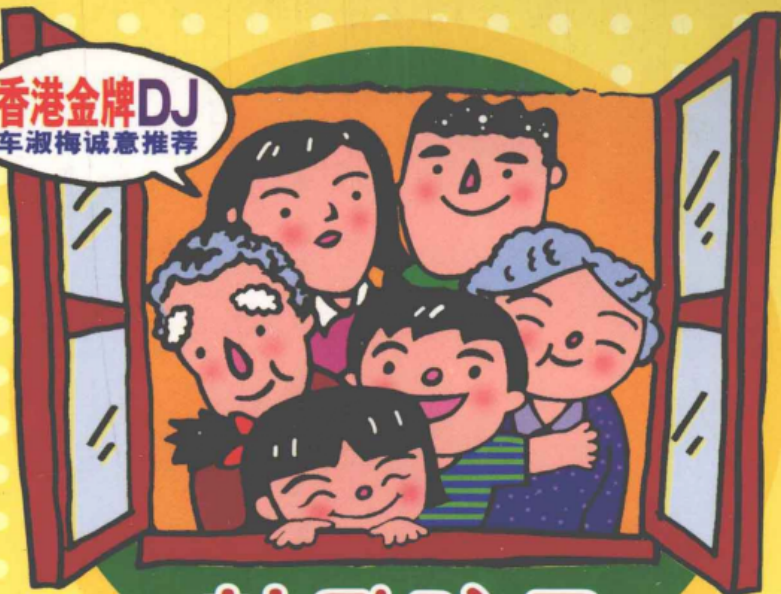
香港金牌DJ
车淑梅诚意推荐



星岛出版

世界图书出版公司

香港金牌DJ
车淑梅诚意推荐



鼓励孩子 100金句

「爱的言语」力量无穷，如何善用言辞与子女沟通，令小朋友在成长过程中感受到父母的爱，是本书的主旨所在。我们深信，用正面、鼓励的方式来教养孩子，远比用消极的责骂方式来得积极和有效，更能增进亲子关系，培养孩子拥有一个健康、积极、进取的人生观，迈向黄金人生。

全书精选100个「经典」的情景对话，当中包括正面使用「金句」和错误使用「禁句」时对子女的影响，让父母更易掌握与子女沟通的心法和技巧。

ISBN 7-5062-7377-2



9 787506 273770 >

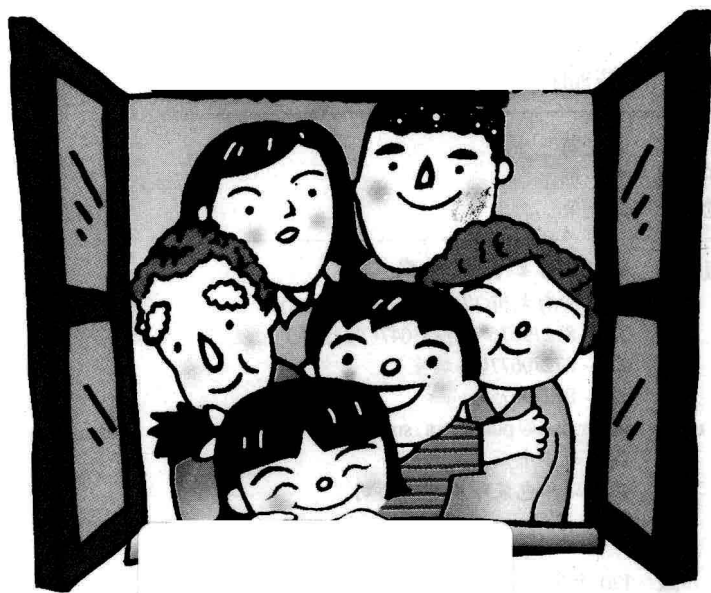
- ☐ 责任编辑/齐 琼
- ☐ 视觉设计/范晓荣

ISBN 7-5062-7377-2/G · 127

定价：15.00元

鼓励孩子

100金句



世界图书出版公司

西安 北京 广州 上海

星岛出版

陕版出图字(25-2004-124)

图书在版编目(CIP)数据

鼓励孩子 100 金句/黄美莉编. - 西安:世界图书出版
西安公司, 2005.4

ISBN 7-5062-7377-2

I. 鼓... II. 星... 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 020313 号

2004 星岛出版有限公司版权所有

本书由星岛出版有限公司授权在中国大陆地区(香港、澳门
及台湾地区除外)以简体中文独家出版及发行。

鼓励孩子 100 金句

主 编 黄美莉
责任编辑 齐 琼
视觉设计 范晓荣

出版发行 世界图书出版西安公司
地 址 西安市南大街 17 号 邮编 710001
电 话 029-87279676 87233647(发行部)
029-87279677(总编室)
传 真 029-87279675
E-mail wmcxian@public.xa.sn.cn
经 销 各地新华书店
印 刷 西安昭阳包装印刷有限公司
开 本 880×1230mm 1/32
印 张 7
字 数 120 千字

版 次 2005 年 4 月第 1 版 2005 年 4 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 7-5062-7377-2/G·127
定 价 15.00 元

☆如有印装错误,请与承印厂联系更换☆

序

曾几何时，小 B 对我说：“妈妈，读书好辛苦啊！”“如果天天放假，不用上学便好了！”

我听了，立即悲从中来，为何自己生了块懒骨头？小 B 不爱读书又怕辛苦，我的儿子怎会有未来？我急起来，冲口而出：“不读书哪会有前途？”

这句话我说了，小 B 听了，不单没有减轻他的难受感觉，也增加了他的压力，实在不智。

幸得《鼓励孩子 100 金句》这套亲子书，它教给我们很多两代之间的说话技巧。

虽然此书对我来说迟了一点，但对于适龄的家长可是一本不可多得的好书，它集合了学习篇、家庭纠纷篇、陋习篇和朋辈篇等等，总有合用的场景……。就在这儿我寻找到多年前小 B 不愿上学的正确反应。我在想如果我是今天的父母，有书可循、活学活用，小 B 是多么得幸福，可能他的会考成绩不只三优五良哩！

车淑梅

香港电台“开心日报”主持人



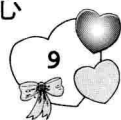
前言

全城“说金句”大行动!

还记得出版第一本《鼓励孩子 100 金句》，仅仅是去年初的事情，想不到此书的销量却能在短短一年多的逆市中节节上升，再次执笔之际，据说已达第五版！惊喜之余，深受感动，原因由此可见，懂得真心自我反省，想跟孩子作出良好沟通的爸妈，确实不少，那是非常难得的。

有家长问：“我需要熟背金句吗？”我们在此强调，本书提供的金句，着重启发父母与子女对话时的思考逻辑、措辞语调。须知道，虽然本书悉心挑选了 100 个“经典”状况，但日常发生的事情林林总总，又怎可能跟本书提出的完全一样？可是，只要大家认真阅读并加以思考，不难会发现书中提及的跟孩子对话之基本心法，如“关怀”、“体谅”、“诚恳”、“避重就轻”、“疏导情绪”、“转移大法”等，只要把心法融会贯通，即使面对什么样的情景，也一定能应付自如的。

《鼓励孩子 100 金句》结集了广大父母和亲子专家的心得和意见，分析包括“学业”、“陋习”、“家庭小风波”、“朋辈”、“自我形象”、“价值观”、“性教育”、“突发事件”、“节日”等多个父母最为关注之类别外，还改以个案形式，生动有趣地剖析亲子沟通时要注意的地方，包括：孩子和父母各自的心理状态分析、哪些金句助你开辟鸟语花香的捷径，直达孩子的心



田?哪些禁句砍断亲子沟通的桥梁，绝对说不得?以及沟通时如何利用不同的语气和态度、平日的育儿技巧等。

衷心期望本书得到广大父母的支持。你们知道吗?更多的爸妈懂得说金句，便会有更多的孩子得到幸福!



目 录

车淑梅序	8
------	---

前言	9
----	---

学习篇

1. 当孩子说：“读书好辛苦！”	2
2. 当孩子说：“老师选了我做班长！”	4
3. 当孩子说：“我不喜欢新座位！”	6
4. 当孩子说：“今天×××(同学名称)在上课时……被老师罚！”	8
5. 当孩子说：“我们又是到……旅行！”	10
6. 当孩子说：“老师说要见你……”	12
7. 当孩子说：“没做完……”	14
8. 当孩子说：“今天老师表扬我！”	16
9. 当孩子说：“我只喜欢常识科(或其他科目)”	18
10. 当孩子说：“又要做补充练习啦？”	20
11. 当孩子说：“今天有同学呕吐啊！”	22
12. 当孩子说：“我要跟×××(同学名称)读同一间学校啦！”	24

家庭纠纷篇

13. 当孩子说：“最讨厌你了！”	28
14. 当孩子说：“为什么你可以，我却不可以？”	30
15. 当孩子说：“爸妈，听我说……”	32



16. 当孩子说：“妈妈，爸爸最可恶了……”	34
17. 当孩子说：“妹妹/弟弟偷看我的东西！”	36
18. 当孩子说：“哥哥/姐姐霸着看电视！”	38
19. 当孩子说：“我喜欢什么，妹妹/弟弟便喜欢什么，真讨厌！”	40
20. 当孩子说：“为什么哥哥/姐姐有，我没有？”	42
21. 当孩子说：“我最讨厌婶婶了！”	44
22. 当孩子说：“你生气啦？”	46
23. 当孩子说：“都是因为你！”	48
24. 当孩子说：“爸/妈，快来看！”	50
25. 当孩子说：“为什么总叫我做，不叫弟弟/妹妹来做？”	52
26. 当孩子说：“祖父/祖母比你好多了！”	54
27. 当孩子说：“你好烦！”	56

陋习篇

28. 当孩子说：“你帮我照顾它啦！”	58
29. 当孩子说：“我一定做不到！”	60
30. 当孩子说：“我不喜欢……”	62
31. 当孩子说：“我遗失了……”	64
32. 当孩子说：“我不吃了！”	66
33. 当孩子说：“我想吃……”	68
34. 当孩子说：“我要坐！”	70
35. 当孩子说：“我要回家！”	72
36. 当孩子说：“我肚子痛……”	74
37. 当孩子说：“我的××(物品名称)呢？”	76
38. 当孩子说：“今天有同学吃了十个面包！”	78



39. 当孩子说：“这是我的！”	80
40. 当孩子说：“爸妈不要走！”	82
41. 当孩子说：“爸/妈，买啦！”	84
42. 当孩子说：“我是蒙面超人！（或其他动作型人物）”	86
43. 当孩子说：“我不要一个人睡！”	88
44. 当孩子说：“找不到啊！”	90
45. 当孩子说：“她是肥猪！”	92
46. 当孩子说：“再看一阵子啦！”	94
47. 当孩子说：“哪个好？”	96
48. 当孩子说：“不知道。”	98
49. 当孩子说：“我也要去！”	100
50. 当孩子说：“我快回来了！”	102

朋 辈 篇

51. 当孩子说：“有同学打我！”	106
52. 当孩子说：“同学对我做鬼脸！”	109
53. 当孩子说：“我不想做的，但我怕他们不跟我做朋友！”	110
54. 当孩子说：“我最不喜欢她了，她……”	112
55. 当孩子说：“我喜欢自己玩……”	114
56. 当孩子说：“我约了×××（朋友名称）去……”	116
57. 当孩子说：“我不爱跟男/女孩子玩……”	118
58. 当孩子说：“老师说××（同学名称）死了……”	120

自我形象篇

59. 当孩子说：“我不要哥哥/姐姐的旧东西！”	124
60. 当孩子说：“为什么要逼我……”	126

61. 当孩子说：“我想自己上学。”	128
62. 当孩子说：“我不要把头发剪短！”	130
63. 当孩子说：“我想做男/女孩！”	132
64. 当孩子说：“秘密！”	134
65. 当孩子说：“我想买这本书！”	136
66. 当孩子说：“为什么不行？”	138
67. 当孩子说：“送给你。”	140
68. 当孩子说：“我要开生日派对！”	142
69. 当孩子说：“减肥好辛苦！”	144
70. 当孩子说：“很难啊！”	146
71. 当孩子说：“今天我在劳动课上做的！”	148
72. 当孩子说：“×××(同学名称)又得第一名了！”	150
73. 当孩子说：“小熊说它肚子饿啊！”	152
74. 当孩子说：“我最喜欢×××(偶像名称)！”	154
75. 当孩子说：“我要减肥！”	156

金钱篇

76. 当孩子说：“我想去日本(或其他旅费较昂贵的地方)旅行！”	160
77. 当孩子说：“老师要我们选购一份礼物作抽奖。”	163
78. 当孩子说：“我想买这支(价值数千元)的手机。”	164
79. 当孩子说：“我的零用钱太少！”	166
80. 当孩子说：“我用自己的钱买的！”	169

性教育篇

81. 当孩子说：“叔叔摸我……”	172
-------------------	-----



82. 当孩子说：“×××(同学名称)说喜欢我!”175
83. 当孩子说：“她不穿衣服，丑丑!”176
84. 当孩子说：“我不要穿胸罩!”178
85. 当孩子说：“为什么他们不穿衣服睡在床上?”180

突发事件篇

86. 当孩子说：“爸妈为什么不用工作，我们也会有钱?”184
87. 当孩子说：“我不要搬家!”186
88. 当孩子说：“我想买××(宠物名称).....”188
89. 当孩子说：“我要去游行!”190
90. 当孩子说：“妈妈，爸爸激怒了你吗?”192
91. 当孩子说：“有鬼!”194
92. 当孩子说：“我不想睡。”197
93. 当孩子说：“老师给我们每人一本筹款奖券呢!”198
94. 当孩子说：“他不是我的爸爸!”200
95. 当孩子说：“我很不舒服.....”202

节日篇

96. 当孩子说：“今年送什么×××(节日名称)礼物给我?.....204
97. 当孩子说：“红包呢?”206
98. 当孩子说：“我不要去扫墓!208
99. 当孩子说：“‘煲蜡’很好玩的!”210
100. 当孩子说：“两天假期太少啦!”212



第一章

学习篇





当孩子说：

“读书好辛苦！”

朱太太的女儿美仪今年八岁，考试快到了，朱太太当然加紧督促她温习，但美仪却愁眉苦脸地对她说：“读书好辛苦！”



如果你是朱太太，你的回应会是……

- “辛苦也要读！”
- “不努力读书，怎会有前途！”
- “人人都要读书的！”



金句

试试这样说：

当孩子说：“读书好辛苦！”

爸妈：“怎样辛苦？是因为最近考试吗？”

孩子：“自从升上三年级后，我日日都觉得好辛苦！功课多，又要背书、默书……”

爸妈：“我知道你很努力的，我们试试想办法减少辛苦？”

父母们，当孩子抱怨说：“读书好辛苦！”时，别以为那只是他们是在发牢骚，因而不加理睬，或不认真的对待。事实上，孩子可能已经忍耐了很久，最终由于难以承受



那种压力，才把内心的感受说出来。不少心理学家均提出，别小看压力的可怕性，一个人长期承受压力，会影响身体的内分泌，继而损害健康。

爸妈应该认同孩子的感受，引导他们把感受具体地说出来。按上例看来，美仪说辛苦的原因是“升上小三后，功课多，要背书、默书”，虽然这是每位莘莘学子皆要面对的，但并不代表每个人都能承受这重压力。因此，假如父母说：“辛苦也要读！”、“不努力读书，怎会有前途！”、“人人都要读书的！”，那对解决孩子的问题是于事无补的，反之，会给他们带来消极的联想：“爸妈并没有体会我的感受”、“原来一个人的前途，完全取决于读书成绩”、“我真的比别人差”……他们所承受的压力会更多。

孩子自小学三年级开始，课业相对初小时会更复杂和艰深，他们有“辛苦”之感，绝对是正常的。爸妈除了要体谅他们外，还要帮助他们找出解决的方法，例如引导孩子好好分配时间，不要逼他们长时间温习，或把书本的内容分开几个小段在平日温习、教导他们可先做好较易的功课等。



亲子心法

孩子牢骚要重视，帮助减压重要事。



“老师选了我做班长！”

古先生的儿子刚升上小一，他非常神气地对古先生说：
“老师选了我做班长！”



如果你是古先生，你的回应会是……

- “做班长有什么好？很辛苦的！你才刚升上小学……”
- “你真棒！当然啰，你是我的儿子！”



金句

试试这样说：

金句试试这样说：

孩子：“老师选了我班长！”

爸妈：“我也替你高兴呢！那你知道做班长是怎样的吗？”

孩子：“要帮老师……”

爸妈：“帮老师做什么？”

一直以来，“班长”二字往往能给人一份优越感、光荣感。所以，当孩子诉说他们当上了班长时，爸妈一定也会替他们感到高兴、骄傲。事实上，孩子把此事告诉父母，内心是极渴望得到称赞和认同，故此，大家千万不要忽略他们这种心情，坦然地赞赏他们一下吧！别急着提出当班长的辛苦之

处，说出：“做班长有什么好？很辛苦的！”继而连珠带炮地教训孩子，说当班长会影响他们的学习，那样岂不是太不体谅他们的心情吗？

有些父母或会说：“你真棒！当然啰，你是我的儿子/女儿！”这样赞美孩子，虽然顾及了他们的心灵需要，但这是正确吗？

事实并不如此，因为把孩子的成功跟“是自己的儿子/女儿”扯上关系，当孩子下次失败时，孩子可能会想：“我失败了，爸妈一定会觉得我不配做他们的孩子！”又或者是：“我会成功，那是因为我像爸妈那么棒，跟我个人的努力无关”。因此，这种说法还是不太恰当。

由此可见，父母要在“称赞”和“指导”中找到平衡点，一方面要令孩子感到爸妈以他们为荣、替他们高兴，另一方面要趁此教导和提醒他们认清本身的责任，学习如何兼顾学生和班长的身份。

亲子心法

称赞固然重要，提醒责任不可少。

