



最棒的亲子 聊天术

The Best ChatArt
For Parents And Children

优秀孩子是沟通出来的

{ 沟通不畅：孩子有问题，责任在家长 }

陈昕◎主编



金城出版社
GOLD WALL PRESS



最棒的亲子聊天术

The Best Chat Art
For Parents And Children

优秀孩子是沟通出来的

{ 沟通不畅：孩子有问题，责任在家长 }

陈昕◎主编

 金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

最棒的亲子聊天术：优秀孩子是沟通出来的 / 陈昕主编.
- 北京：金城出版社，2011.2
ISBN 978-7-80251-852-0

I. ①最… II. ①陈… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 017750 号

最棒的亲子聊天术——优秀孩子是沟通出来的

作 者 陈 昕
责任编辑 苏 雷
开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16
印 张 16
字 数 211 千字
版 次 2011 年 7 第 1 版 2011 年 7 月第 1 次印刷
印 刷 三河市鑫利来印装有限公司
书 号 ISBN 978-7-80251-852-0
定 价 29.80 元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编：100013
发 行 部 (010)84254364
编 辑 部 (010)64210080
总 编 室 (010)64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
电子邮箱 jinchengchuban@163.com
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010)64970501

前言



如果我们问一些家长：“你经常和孩子沟通交流吗？”得到的答案常常是：“当然了，我们经常跟他说，可是我们的话他一句也听不进去！”请仔细回想一下，家长们所说的沟通交流，是不是很大一部分是唠叨、说教、质问、探查和奚落呢？如果是这样的话，孩子们怎么能听进去呢？父母们都希望孩子能够对自己说实话，讲出自己的真实感受，孩子们也希望用恰当的方式而不是用顶撞和父母交流。那么用什么样的方法，才能使父母和孩子很好地去交流和沟通呢？

其实，父母和孩子沟通的最好方式就是聊天。聊天不是质问，不是哄骗，也不是说教和威胁，和孩子聊天就是家长以平等的身份，心平气和地和孩子去谈心去交流。当然父母和孩子聊天的最终目的还是来教育孩子，那家长又会问，怎么样才达到这个目的？

和孩子越聊越开心，让孩子把父母当做自己的知心人，这就需要父母必知八大亲子聊天术技巧。通过这些技巧才能够使家长和孩子轻松快乐地做沟通，让父母轻而易举地和孩子聊出好习惯，聊出好品格，聊出创造力，聊出自信心，同时还能够帮他聊出自救力，聊出好头脑，聊出社交力，聊出金钱观，并且还能培养他的耐挫力，提高他对学习的兴趣。总之，让孩子喜欢听你说话，让孩子喜欢和你聊天，轻轻松松地让你培养出一个有修养、有智慧、有创意、有耐力的好孩子。

这样聊天，既能和孩子很好的交流感情，又能使他们健康快乐的成长，何乐而不为呢？

CONTENTS 目录



前言

越聊越开心——父母必知的八大亲子聊天术

- 1 学会倾听，孩子才会爱说 2
- 2 认真答疑，孩子才能多问 5
- 3 细节聊起，让孩子有的说 9
- 4 声东击西，让孩子放心说 12
- 5 肢体语言，让沟通更容易 15
- 6 推己及他，让孩子放心听 18
- 7 这些话，亲子聊天禁止说 22
- 8 讲故事，你和孩子有聊不完的话 26

这样做才对——聊出孩子的好习惯

- 1 学会表达你的爱 30
- 2 “电视宝宝”小变样 34
- 3 吃饭要有好习惯 37
- 4 做个诚实乖孩子 41
- 5 做认真听话的好孩子 44
- 6 让孩子学会等待 47

修养很重要——聊出孩子的好品格

- 1 做出承诺要兑现 52
- 2 尊重别人是美德 56
- 3 与人交往多宽容 59
- 4 做事要有责任感 62
- 5 善用幽默更轻松 65
- 6 学会分享多快乐 68



● 虚心学习不骄傲	72
-----------------	----

● 马是绿色的——聊出孩子的创造力

● 保护孩子的好奇心	78
● 鼓励孩子多问“为什么”	82
● 给孩子选择的自由	86
● 启发孩子多角度思考	90
● 学会打破思维定势	94

● 你是最棒的——聊出孩子的自信心

● 跟孩子聊聊他/她的闪光点	100
● 批评但不伤害他	104
● 让孩子学会面对失败	107
● 你也可以做得很好	110
● 克服胆怯学会勇敢	113
● 培养孩子的积极心态	116

● 挫折算什么——聊出孩子的耐挫力

● 挫折不代表失败	122
● “差生”也能变优秀	126
● 从动物死亡教孩子正视死亡	129
● 敢于尝试才有希望成功	133
● 善用激将法来鼓励孩子	137
● 困难像一面镜子	141

● 开启智慧门——聊出孩子的好头脑

● 用争论助力记忆	146
● 讨论新发现	150



● 说说动物的小特点	153
● 给故事编个新结尾	156
● 说说事物之间的联系	159



沟通很简单——聊出孩子的社交力

● 聊聊孩子的小伙伴	164
● 说话要给人留情面	168
● 宽恕伤害过你的人	172
● 猜疑找不到好朋友	176
● 认真聆听朋友的话	179
● 善于发现别人优点	182
● 向伤害过的人道歉	185



学习很有趣——聊出孩子的学习力

● 聊天培养学习兴趣	190
● 谈理想定目标促学习	194
● “一问一答”效果佳	198
● 分享读书乐趣，引导孩子学习	201
● 聊聊名人小时候	204



花钱和赚钱——聊出孩子的金钱观

● 树立正确的金钱观	208
● 如何支配零花钱	212
● 节约和吝啬	216
● 做个小小慈善家	219
● 要花钱学会自己挣	222
● 聊聊名人财富故事	225



生活有意外——聊出孩子的自救力

-  独自在家多留心 230
-  路遇生人要警惕 233
-  遇到火灾怎逃生 237
-  交通安全不可忘 240
-  日常用电多注意 243
-  雷雨天气别乱跑 246



越聊越开心

{父母必知的八大亲子聊天术}



学会倾听，孩子才会爱说

吃过晚饭，爸爸边给女儿讲故事，边和她聊天。聊着聊着，女儿忽然撅起小嘴，不高兴地说：“爸爸，跟你聊天的感觉真好，和妈妈聊天时，就没这么开心过。”“为什么呀？”爸爸笑着问道。“我和妈妈说话，她总是爱答不理的。那天我给她讲了一个笑话，讲到一半时，我自己都要笑得讲不下去了，可她半天都没反应，我问她好不好笑，她说还可以吧，明明就没有认真听我讲，还骗人说笑话很好笑。”爸爸温柔地看着女儿说：“你说得很对，这件事是妈妈错了，她不该不认真听我们可爱的乖女儿讲笑话，我会把你的想法告诉她的，我相信妈妈也一定会反省自己的行为。你说好吗？”女儿高兴地点了点头。

聊天和打羽毛球、乒乓球一样，是至少两个人的事情，要想聊得开心、聊得尽兴，就不能让聊天成为一个人的独角戏。在亲子聊天中，要想让孩子说出心里话，首先要把孩子和自己放到平等的位置。

很多时候，家长在和孩子聊天时，总会不自觉地摆出父母的权威和架子，这也就是为什么，当父母自己说得正尽兴时，孩子却戛然而止的原因。当看书只是为了看书，而不是考试或是其他时，人才容易身心投入、废寝忘食。而聊天也是如此，当聊天只是为了聊天时，孩子才会乐意将他们内心的想法说给我们听。

让聊天回归聊天，很重要的一点，就是要学会倾听。听和说是聊天的一体两面，一个成功的聊天者，首先应该是一个懂得认真倾听的人。

和孩子聊天，最重要的就是让他们打开话匣子，这时家长一定不要说教，而是应该认真倾听孩子的心声。因为任何一种话题的谈论，当沦落到耳提面命、你要怎样、你该怎样的时候，也就不能称之为聊天，而是训斥、说教了。所以，在和孩子聊天的时候，不要只想着发表家长的个人观点，要多听听孩子的想法，这样孩子才会滔滔不绝地说下去，甚至有时

候，他还会不自觉地将心里的小秘密、小想法毫无保留地讲出来。



情景再现

上小学三年级的儿子放学回家后很不高兴地对爸爸说：“今天我和天天闹矛盾了。”爸爸惊奇地问道：“为什么呀？”儿子说：“他要看我的漫画书，我不让，他就从我手中抢走了。”爸爸关心地问道：“那后来呢？”“后来我就追着他要，可是一不小心把漫画书弄坏了。”儿子继续说道。

爸爸说：“那时，你心里一定很难过吧！”“是啊，那是我最喜欢的一本书。”儿子伤心地说。爸爸接着问：“那后来又怎么样了？”儿子回答道：“后来我告诉老师了，老师让他向我道歉，并要求他给我买一本新的漫画书。”爸爸笑着说：“那也不错啊，你可以有一本新漫画书了。”可是儿子却伤心地说道：“可是书店的阿姨说那本漫画书已经卖完了。”爸爸安慰着儿子，说：“没关系，爸爸可以把漫画书弄好，等有机会了再给你买新的。”

就这样，在爸爸的一步步询问中，儿子说出了事情的全过程。试想，如果爸爸得知了儿子的漫画书被抢后，上来就质问他，“你怎么不去告诉老师呢？我不是和你说了吗，在学校受到欺负要告诉老师。”那么，孩子很可能就低头不语，甚至更加地委屈，或者只对家长说，“后来，我又告诉老师了，老师让他再给我买一本新的。”而关于其中的经过，他可能只字不提。

心理专家指出，倾听也是一种爱。获得他人的关注，是人最基本的心理需求，孩子更是如此。有时父母一句鼓励的话，一个欣赏的眼神，就能让他们激动万分、信心百倍。而认真倾听孩子说话，就是父母对孩子表达关注的最常见方式。



最棒的亲子聊天术



亲子建议

亲子沟通，倾听是第一步，那如何做到有效地倾听孩子的心声呢？

◎ 不要敷衍孩子

沟通的第一步是倾听，而倾听的第一步是尊重。尊重孩子，家长才会集中精力，认真地听孩子说些什么。孩子回家后，兴奋地告诉你：“妈妈，今天的篮球比赛我们赢了”，而家长却满不在乎地说：“去去去，妈妈正忙着做饭呢，你赶紧写作业去吧。”试想一下，孩子转身离去时，会有何感想呢？因此，当孩子对家长说话的时候，家长要停下手中的工作，认真地去听，这样孩子才会觉得父母是尊重他的，才会在心底愿意和父母分享他的事情。

◎ 不要嫌他烦

倾听，是要家长认真地去听，这看似是一件很简单的事情，可有时，却不是我们想象中的那个样子，尤其是家长正烦或是心里装着另一件事情的时候，孩子才说了几句话，就显得不耐烦，根本没有心思去听，这时孩子也就不愿意跟家长再做交流。所以，家长在倾听孩子说话的时候，一定要有耐心，这样他才愿意和你分享他的小秘密。

◎ 不要对孩子说教

聊天的时候，孩子最不喜欢的就是家长的说教，而让家长不说教也是一件很难的事情，孩子学习不好的时候，家长想说教，孩子犯了错误的时候，家长要说教，而甚至有时候，即使孩子没犯什么错误，家长也忍不住地想去教育、提醒几句。家长朋友们，如果你希望孩子对你说真话、讲心里话，那就在和孩子聊天的时候，少说教两句吧。

认真答疑，孩子才能多问

东东是个好奇宝宝，什么事都要问个“为什么”。这天，东东问妈妈：“妈妈，什么是勇敢？”妈妈回答说：“勇敢就是敢于担当重任，不怕困难的意思。”“那什么样的事情算重任呢？”东东又问到。“很多呀，比如大家都不敢做或不愿意做的事，这就算重任。”东东想了想又说：“打架就是大家不愿做的事，可是马可却敢做，他这么勇敢，为什么老师还批评他呢？”听东东这么说，妈妈认真地告诉他：“打架是不好的事，不能算“重任”。真正的勇敢是能够给他人带来好处的，就像警察叔叔勇敢地跟歹徒搏斗一样。明白吗？”“明白了。以后我要做个勇敢的人。”东东大声说。

每个家长都希望自己的孩子聪明过人，生下来就是一个小天才。并且在很多时候，我们会把孩子爱不爱提问题，看作是聪明与否的表现。可是，当孩子的问题层出不穷，且没完没了时，家长便又开始觉得招架不住。比如，很多孩子都会问这样的问题：

妈妈你写东西时为什么用电脑，不用笔呢？

为什么小鱼生下来就会游泳而我却不会呢？

为什么夏天女孩子可以穿裙子，而男孩子却不可以？

黄瓜是绿色的，可为什么却被叫做黄瓜呢？

.....

当被问到这些问题时，很多家长都不知道该如何回答，这时家长不要觉得自己没面子，也不要随便给个答案来敷衍孩子，而是应该去认真对待。



最棒的亲子聊天术



情景再现

佳佳家住在7楼，那天正好赶上小区里电梯停电了，没有办法，佳佳只能和妈妈爬楼梯回家。中途爬累了的时候，佳佳问妈妈：“妈妈为什么上楼的时候特别累，而下楼的时候却很轻松呀？”那是因为地心引力的作用呀，于是妈妈用自己勉强还记得的一点物理知识给佳佳做了解释，怕她理解不了还举了很多的实例，比如水为什么会向下流，苹果为什么会落地等等。可令妈妈没有想到的是，她只言片语的解释，竟大大激发了佳佳的好奇心。

第二天，吃晚饭的时候，佳佳忽然问：“妈妈你说由于地心引力的作用，所以雨水才会从天而降，对吗？”妈妈说：“对呀？有什么问题吗？”“今天我们学校里放的气球，在地心引力的作用下不但没有往下落，还往上飘呢，这是为什么呢？”这下可难住了理科学得不好的妈妈，妈妈苦思冥想，解释了半天，最终勉强让女儿明白了其中的道理。妈妈本以为佳佳的问题会就此告一段落，可没想到的是晚上睡觉的时候，她的问题变得更多了：妈妈，为什么小马睡觉的时候不像我们一样躺在床上，而是站着呢？小猫咪为什么晚上不睡觉，白天才睡呢？……

佳佳的提问，一方面让妈妈感到特别欣喜，因为妈妈向来认为，会提问的孩子头脑才聪明，可另一方面，如何回答佳佳的问题也让妈妈感到很头疼。

育儿专家指出：提问题，是孩子思维活跃的一种体现，也是他们认识世界的一种方式，同时也是他们对身边事物的一种怀疑。怀疑是人类进步的阶梯，每怀疑一步，人类也就前进一步。孩子只有学会了怀疑，才能够取得进步、学到新知识。

所以，无论孩子问什么样的问题，家长都要耐心地解答，另外，在帮助孩子寻找答案的过程中，也能让孩子养成勤于思考、勤于提问的好习惯。如果你的孩子凡事都喜欢问个为什么，你应该暗自高兴，因为你的孩子是一个懂得动脑筋的“小天才”。



亲子建议

◎ 和孩子一起探讨问题的答案

当然，在很多时候，家长并不能一一回答出孩子提出的问题。其实作为家长，没有必要感到不好意思，你只要坦白地告诉孩子，然后再和他一起去寻找答案，这样不仅能够使他学到知识，同时还能够促进亲子之间的交流。并且在很多情况下，孩子的问题是没有标准答案的，那么就不妨和孩子一起讨论，借此加深孩子对问题的相关知识的了解和认识。

◎ 和孩子讲明“为什么”

与大人相比，孩子有时更能按照要求做事。虽然我们知道吸烟、喝酒有害健康，可很多人依旧无法戒除烟酒；虽然我们知道锻炼身体有助于增强体能，可仅仅是因为身体累这一个理由，就足以成为我们不去锻炼的借口；虽然我们也知道吃甜食多了，很有可能会得高血压、高血脂，可我们就是管不住自己的嘴。而对于年幼的孩子，他们的忍耐力，有时却比我们大人还要好。

有一次，玲玲问妈妈，为什么她不允许玲玲经常喝可乐、吃汉堡？妈妈为了给女儿一个满意的答案，就拿出了将近半个小时的时间，向玲玲解释了人体各个组织、器官之间的联系，以及过多的摄入这类高糖分、高脂



最棒的亲子聊天术

肪、高盐分的食物会对身体造成很大的负担。从此以后，玲玲就远离那些碳酸饮料和“三高”食物了

同理，生活中的很多问题，是需要家长向孩子解释清楚的，不要用简单的一句“对身体不好”或是“对身体好”来敷衍孩子。让孩子明白其中的道理，对他讲明什么东西真正对身体有益，什么东西又对身体有害，这样他们自己就会有意识地约束自己的行为。

很多家长都为不知道如何教育孩子而苦恼，其实，教育就存在于和孩子的聊天中，存在于孩子的提问之中。因此，认真地解答孩子的问题，就是最好的教育方式。

细节聊起，让孩子有的说

儿子放学回家后对妈妈抱怨说：“英语实在是太无聊了！”“怎么会呢，你之前不是很喜欢英语课的吗？”妈妈诧异地问到。儿子解释说：“我们换英语老师了，之前我非常喜欢的王老师被调走了。”“那是不是这位新老师课讲得不好，所以你不爱听了？”妈妈紧接着问到。“那倒不是，只是因为我太喜欢王老师，没心思听新老师的课。”儿子说。“要是这个新老师知道你这样想的话，她一定会很难过，以为你们都不喜欢她呢！所以以后上课你一定要认真听讲，也许你会发现她更好呢。”妈妈说到。听了妈妈的话，儿子若有所思地点了点头。

孩子放学回家后，很多家长都想知道他这一天在学校里是如何度过的，于是，孩子刚一进门，家长就常会问道：

“你今天在学校里都做了什么呀？”

“在学校有没有听老师的话？有没有认真听课呢？”

孩子的回答一般会：“没什么特别的，和平常差不多”，“我每天都在认真听课”。

很多情况下家长对孩子的这种提问并不能问出什么内容，“聊天”就经过这样一问一答很快结束了。其实，与其说这是一种聊天，倒不如说是一种质问，通常孩子对家长的质问都会有逆反心理，自然聊天也就进行不下去了。

何况孩子由于年龄小，有时候难以理解抽象的问题，不知道该如何回答。因此，家长要想从孩子口中听到想要了解的情况，就要学会会有技巧的提问。问题涉及的范围越小、越具体，孩子也越容易回答。在和孩子聊天的时候，一定要保证你提出的问题孩子能轻松地给出答案，为此，家长不妨和孩子从细节聊起。

有时候，家长会这样问孩子：“中午你在学校吃得好不好？”“你今