



# 父母与子女

徐岫茹 王文雄·编著

# 沟通

# 二十八法

上海社会科学院出版社





# 父母与子女

徐岫茹 王文雄 · 编著

# 沟通

# 二十八法

上海社会科学院出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

父母与子女沟通二十八法 / 徐岫茹, 王文雄编著.

上海: 上海社会科学院出版社, 2002

ISBN 7-80618-982-3

I. 父... II. ①徐... ②王... III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 019064 号

**父母与子女沟通二十八法**

作 者: 徐岫茹 王文雄

责任编辑: 方小芬

封面设计: 闵 敏

出版发行: 上海社会科学院出版社

(上海淮海中路 622 弄 7 号 电话 63875741 邮编 200020)

经 销: 新华书店

印 刷: 上海社科院印刷厂

开 本: 850×1168 毫米 1/32 开

印 张: 10.875

插 页: 2

字 数: 262 千字

版 次: 2002 年 5 月第 1 版 2002 年 5 月第 1 次印刷

印 数: 0001—5500

---

ISBN 7-80618-982-3/I·220 定价: 20.00 元

---

**版权所有 翻印必究**

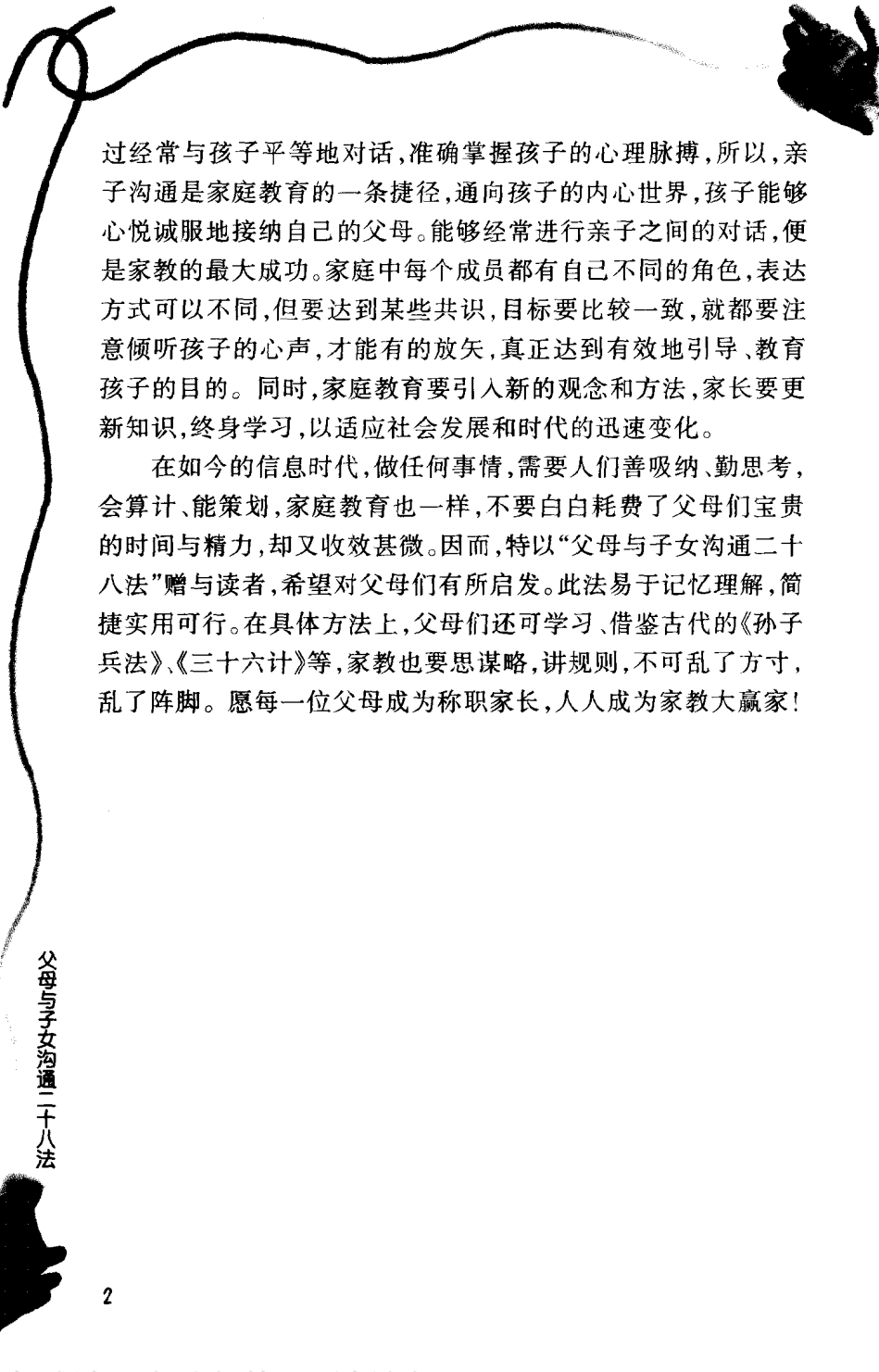
## 前 言

### 亲子沟通是家庭教育的捷径

独生子女的父母们都对孩子有很高的期望，社会的发展也对家庭教育提出了更多新的挑战。近年来，作者曾在十几个省市参与家长学校的培训工作，我们接触过的中小学生的父母有数万之众，大多数家长主动积极参加，并踊跃购买有关家庭教育的书籍和光盘。家长们还提出了数百个关于教育孩子、发人深思的实际问题，这也引起我们的思考。我们愿与父母们共同探讨如何面对家庭教育的诸多新话题。

当前，有一个问题特别使家长们困惑，就是感到对待孩子的办法、招数太少，有时简直是被孩子牵着鼻子走而不知所措。从许多家庭教育的实例来看，无论是父母对孩子强制命令，形成了亲子关系的对立；还是老人对孩子迁就，缺乏原则，形成了孩子对长辈的依赖和发号施令，都犯了同一个毛病，都是“以孩子为中心”，家长被孩子所控制了。另外，家长也企图以自己为中心，希望孩子听话省心，但往往事与愿违。家长面对孩子的种种挑战，或愤怒，或无奈，而缺乏科学有效的办法。

家庭教育，其实是一个与孩子心理沟通的过程，是一场旷日持久的“心理战”。所以，家庭教育是要讲究谋略的，不是与孩子为敌，而是要求父母善于思索，有心计、有办法，不能想当然，也不至束手无策。为此，父母要研究自己孩子的个性心理特征，通



过经常与孩子平等地对话,准确掌握孩子的心理脉搏,所以,亲子沟通是家庭教育的一条捷径,通向孩子的内心世界,孩子能够心悦诚服地接纳自己的父母。能够经常进行亲子之间的对话,便是家教的最大成功。家庭中每个成员都有自己不同的角色,表达方式可以不同,但要达到某些共识,目标要比较一致,就都要注意倾听孩子的心声,才能有的放矢,真正达到有效地引导、教育孩子的目的。同时,家庭教育要引入新的观念和方法,家长要更新知识,终身学习,以适应社会发展和时代的迅速变化。

在如今的信息时代,做任何事情,需要人们善吸纳、勤思考,会算计、能策划,家庭教育也一样,不要白白耗费了父母们宝贵的时间与精力,却又收效甚微。因而,特以“父母与子女沟通二十八法”赠与读者,希望对父母们有所启发。此法易于记忆理解,简捷实用可行。在具体方法上,父母们还可学习、借鉴古代的《孙子兵法》、《三十六计》等,家教也要思谋略,讲规则,不可乱了方寸,乱了阵脚。愿每一位父母成为称职家长,人人成为家教大赢家!



**徐岫茹：**毕业于北京大学哲学系心理专业。退休前任中国健康教育研究所副研究员，心理健康咨询中心主任。多年从事青少年心理咨询工作和心理健康教育方面科研、教育工作。近年来发表心理健康科普文章一千多篇；其主要著作有：《心理健康你我他》、《青春期家教漫谈》、《教孩子保护自己》、《中学生心路》丛书等共十几种，1996年被评为全国科普工作积极分子。现任中国心理学会科普委员会委员，北京市家教研究会常务理事，市心理卫生协会颁发证书的心理医生。

**王文雄：**毕业于清华大学机械制造系热处理专业。退休前任北京电力电容器厂高级工程师。1988年以来从事心理咨询与青少年心理教育工作，毕业于中科院心理所函授大学。与徐岫茹合译、合著心理学著作多种；《学儿歌解怪问》及《小问号丛书》系列画册为第一作者。近年来，与徐岫茹合作，多次承担各类健康教育与心理健康培训班授课，发表有关心理健康教育的科普文章上百篇。现为北京华理心理咨询中心顾问，北京朝阳区青少年心理健康中心、孙老师热线等聘请的专家。

# 目 录

前言 .....	1
一、高尚人生与低调教子 .....	1
1. 高尚人生教子经 .....	2
2. 尊重生命护天性 .....	5
3. 低调教子求实效 .....	7
4. 追求价值后人评 .....	9
二、严以律己与宽松环境 .....	13
1. 严以律己讲信用 .....	14
2. 潜移默化烙印深 .....	16
3. 家教文明非儿戏 .....	18
4. 宽松环境益育人 .....	20
三、热诚鼓励与冷静剖析 .....	23
1. 热诚鼓励是真爱 .....	24
2. 信任肯定激情来 .....	26
3. 出错不惊催化剂 .....	29
4. 情绪剖析要冷静 .....	31
四、多多倾听与少少命令 .....	35
1. 多多倾听号脉搏 .....	36
2. 理解沟通疏经络 .....	38
3. 心灵感应速调理 .....	41
4. 少少命令易整合 .....	43

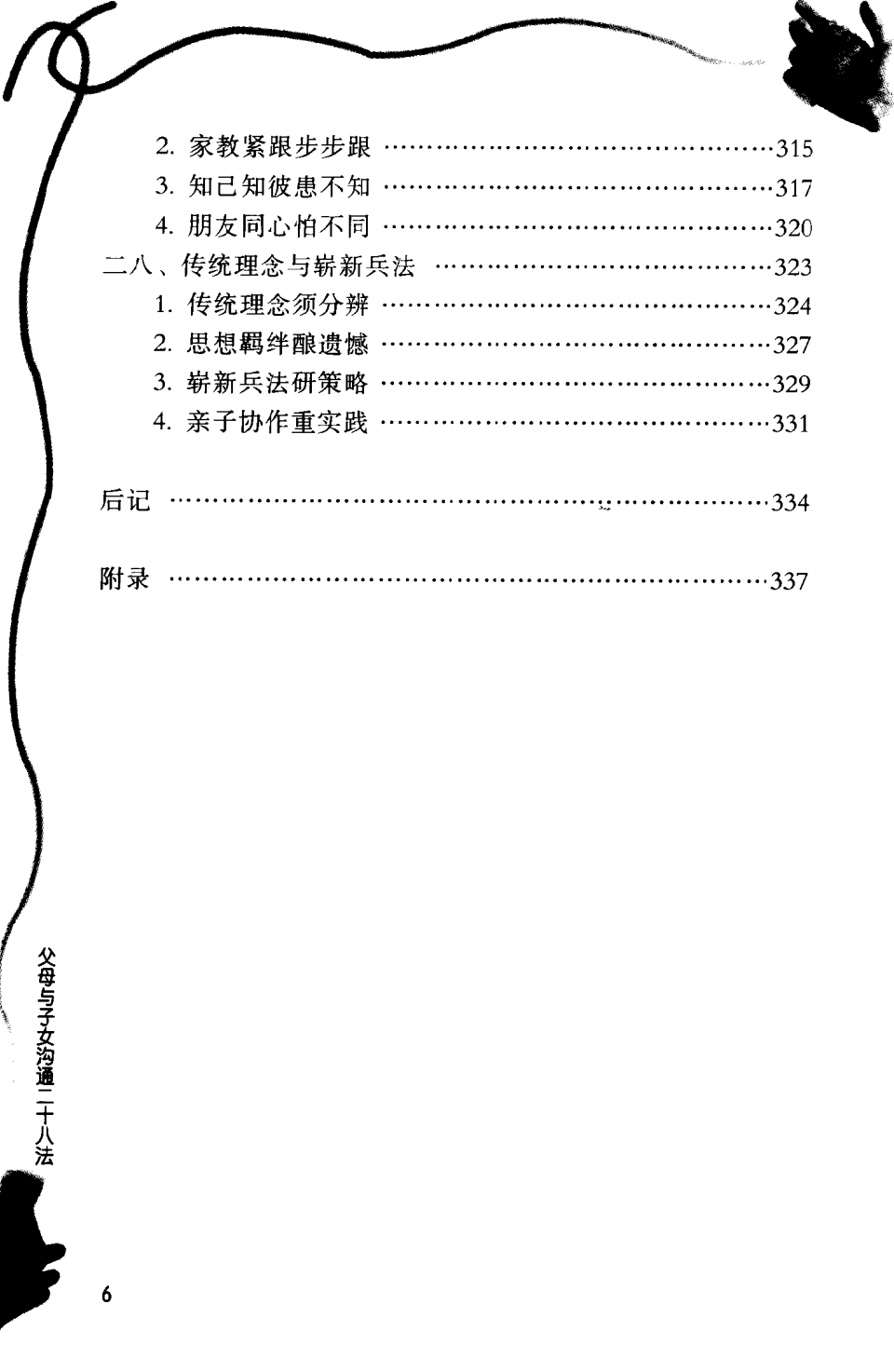
五、乐学自乐与苦练非苦	47
1. 乐学自乐兴趣浓	48
2. 重视适应新环境	51
3. 学如赛车思进取	54
4. 苦练非苦入佳境	56
六、快速亲和与慢谈细说	59
1. 快速亲和话题多	60
2. 以心换心要幽默	64
3. 慢谈细说无禁忌	67
4. 心病化解办法活	70
七、诚心坦率与谎言明晰	73
1. 诚心坦率不打折	74
2. 灵活放开学计策	76
3. 谎言明晰查诱因	79
4. 原则不改话实说	81
八、顺其思考与逆向疏导	85
1. 顺其思考捷径妙	86
2. 投其所好可引导	89
3. 逆向疏导矫偏颇	91
4. 画龙点睛真开窍	93
九、好非真好与坏中不坏	97
1. 好非真好防掩饰	98
2. 功利不要虚假式	100
3. 坏中不坏看潜质	102
4. 白璧有瑕达共识	105
十、放逐单飞与收获独立	107
1. 放逐单飞莫担忧	108
2. 驱犊舍家学运筹	111



3. 成长精髓寻乐趣 .....	114
4. 收获独立更成熟 .....	116
十一、金的人格与铁的纪律 .....	119
1. 金的人格助成功 .....	120
2. 生命蓬勃增智勇 .....	123
3. 成长蹉跎输意志 .....	126
4. 铁的纪律铸成功 .....	128
十二、前车之鉴与后发制人 .....	131
1. 前车之鉴多彷徨 .....	132
2. 真知灼见费思量 .....	134
3. 亡羊补牢亦可嘉 .....	137
4. 后发制人促成长 .....	140
十三、我有自我与儿童权益 .....	145
1. 我有自我不可轻 .....	146
2. 父母楷模是明镜 .....	149
3. 未来莫测自设计 .....	151
4. 儿童权益需珍重 .....	153
十四、合家欢喜与分离之爱 .....	157
1. 合家欢喜有单传 .....	158
2. 家庭责任必承担 .....	160
3. 自强不息日日强 .....	162
4. 分离之爱计长远 .....	164
十五、强人所难与弱化控制 .....	167
1. 强人所难美梦空 .....	168
2. 身心解放释潜能 .....	170
3. 全面评价识黑马 .....	173
4. 弱化控制可自控 .....	175
十六、刚强严父与柔美慈母 .....	179

1. 刚强严父顶梁柱 .....	180
2. 社会导入要杰出 .....	183
3. 柔美慈母教生存 .....	185
4. 刚柔相济和谐步 .....	188
十七、纯净空间与污浊阴影 .....	191
1. 纯净空间很有限 .....	192
2. 社会复杂亦纷繁 .....	194
3. 污浊阴影看分明 .....	197
4. 勤思善辨志更坚 .....	199
十八、创新智慧与常规不违 .....	203
1. 创新智慧闪光点 .....	204
2. 笑对权威敢挑战 .....	206
3. 常规不违心有数 .....	209
4. 标新立异勇超前 .....	211
十九、规矩方圆与探索冒险 .....	215
1. 规矩方圆人世间 .....	216
2. 科学法则不违反 .....	219
3. 探索冒险发明律 .....	222
4. 遇事三思成习惯 .....	224
二十、敢于竞争与独特个性 .....	227
1. 敢于竞争召唤令 .....	228
2. 面对争议心不惊 .....	230
3. 勇于表现显果敢 .....	233
4. 独特个性铸成就 .....	235
二一、举重若轻与举轻若重 .....	239
1. 举重若轻家教经 .....	240
2. 润物无声非急功 .....	243
3. 举轻若重德为先 .....	245

4. 厚德载物贯终生 .....	247
二二、隐情私秘与坦诚为上 .....	251
1. 隐情私秘合情理 .....	252
2. 互尊自爱是权利 .....	254
3. 坦诚为上准则清 .....	257
4. 力求透明不挑剔 .....	259
二三、老爸老妈与少男少女 .....	263
1. 老爸老妈可亲近 .....	264
2. 快乐老家多吸引 .....	267
3. 心理断乳要坚决 .....	269
4. 少男少女度青春 .....	272
二四、实学真才与明明白白 .....	275
1. 实学真才看发展 .....	276
2. 适应时代学不怠 .....	279
3. 分数上下原因杂 .....	281
4. 明明白白来对待 .....	284
二五、以身作则与情境结合 .....	287
1. 以身作则是根本 .....	288
2. 耳濡目染习相远 .....	290
3. 环境熏陶塑品格 .....	293
4. 情境结合触心灵 .....	295
二六、大千世界与小子精英 .....	299
1. 大千世界地球村 .....	300
2. 网络视野广无垠 .....	303
3. 家庭文化育后代 .....	306
4. 小子精英作先生 .....	308
二七、观念更新与知己知彼 .....	311
1. 观念更新日日新 .....	312




2. 家教紧跟步步跟 .....	315
3. 知己知彼患不知 .....	317
4. 朋友同心怕不同 .....	320
二八、传统理念与崭新兵法 .....	323
1. 传统理念须分辨 .....	324
2. 思想羁绊酿遗憾 .....	327
3. 崭新兵法研策略 .....	329
4. 亲子协作重实践 .....	331
后记 .....	334
附录 .....	337

## 一、高尚人生与低调教子



### 亲子沟通第1法：

高尚人生，修身养性，追求价值，水到渠成；  
尊重生命，保护天性，低调教子，看重沟通。



高尚人生是从家庭开始的，家庭是孩子的第一所学校，父母是孩子的第一任教师，也是孩子的第一位心灵工程师和个性塑造者。这个学校是否合格，两位教师是否称职，却是大有文章的。每个家庭形形色色，千姿百态，各不相同。

雨果说过：“人生至高无上的幸福，莫过于确信自己被人所爱。”又有名人说：“我们渐渐忘了，我们幸福不是因为我们得到我们没有的东西，而是因为我们认识和欣赏我们已有的东西。”孩子出生后，首先应该被爱、被欣赏，他是那么娇嫩、那么柔弱，他需要父母的爱，才能长大；孩子在无知时也许是那么幼稚可笑、那么让人不可理喻，但他是宝藏，是家庭与社会的宝贵财富与未来希望。

英国哲学家罗素说过：“父亲最根本的缺点在于想要自己的孩子为自己争光。”父母们常常难于掩饰对孩子的极高期望值：你以后必须上最好的大学，读硕士、读博士……然而，今后若干年，世界上仍可能至少有50%以上的青年不能上正规大学；在中国，这个比例也许是80%~90%。因为教育资源是有限的，世界上成才之路有千千万万条，除了孩子自身努力和父母教导之外，社会上还有许许多多的因素与孩子的发展有关，而其中有些因素是当事人难于把握和改变的。所以，我们要“低调教子”，这是一个新世纪的辩证法。

## 1. 高尚人生教子经

儿童、青少年时代是人生的播种期，而播下什么样的种子，多是取决于父母的。心理学家认为，一个人的个性，至少有一半会打上家庭的烙印。

五年级的小亮当了三年班长，是有名的好学生，可最近他却被同学“告发”。小亮利用班长的职权，竟然对同学“强买

强卖”，他把不干胶小画片和漫画书等高价卖给同学；又强迫同学把他想要的文具、光碟、玩具或图书等低价卖给他。更严重的是，小亮瞒着父母，向一个小摊贩“赊购”了200多元钱的小食品和其他东西……有些同学知道，却不敢去告诉老师，怕小亮会报复自己。一位女生把小亮的所作所为悄悄告诉了父母，父母感到问题严重，赶紧反映给班主任，此事才得以披露。小亮的班长被撤职了，可这样就完了吗？小亮的行为是怎样引起的呢？应追根溯源。老师经过多次家访，才了解了小亮不良行为的诱因。

原来，小亮的父亲是某电脑公司的职员，在家里经常说起“装配电脑”一台可赚多少钱；旧电脑换了零件，又可赚多少钱等等。说者无心听者有意，小亮因感到父母给他零花钱很少，他就暗暗下决心，要学国外的中小学生，自己也要学会赚点儿零花钱。他偶尔在一个小摊位上买东西，那摊主竟然跟他谈起“生意经”，他还给小亮出主意：向你的小同学卖点他们喜欢的东西，你也能“赚点小钱”啦！于是，小亮心动，并行动了。

民间流传：小时偷针，大时偷金。这话绝非儿戏。日常生活中父母对孩子的影响往往是在不知不觉中，当孩子出现某些问题时，父母才大吃一惊，而不知孩子的问题事出有因，家长多半是有责任的。父母们常以为，自己也没有有意教孩子去做坏事，为什么孩子会自作主张，做出一些荒唐事情来。如今社会上的诱惑太多太多，必须早打“预防针”，才能防患于未然。例如，针对小亮出现的问题，父母不应该对他发脾气，而要与孩子讨论：

(1) 对金钱的看法，对金钱与道德的关系的看法，你从同学手中“赚”的钱是从哪里来的？

(2) 孩子怎样抗拒种种不良诱惑？小贩说的话对吗？学生应

该怎样勤工俭学？

(3) 如何靠诚实劳动挣钱？社会财富如何创造？金钱又是从何而来的？

(4) 对于孩子在金钱方面出现的不正当行为，不可姑息；要让孩子向同学赔礼道歉，承认错误，并应该将不应得的钱退还给同学，以使孩子印象深刻，今后不再出现类似的问题。

(5) 不知者不为过，不要使孩子灰溜溜；家长主动承担责任，并让孩子畅所欲言，如果确实是给孩子的零花钱太少，可适当增加，但应要求孩子学会计划用钱，勤俭节约。

(6) 以此事为契机，对孩子进行培养“经济头脑”的理财教育，可对孩子经常谈谈父母的工作情况，共同讨论对社会上一些新闻和经济方面问题的看法。

哪一位父母不希望孩子有高尚的人生？即使是自身平凡的父母，也寄殷切期望于孩子，希望他的未来比长辈更出色。所谓高尚人生，离不开两个方面，一是做人诚实、正直，有为社会承认的成就；二是有较高社会地位，包括高学历，好的工作，丰厚物质回报。在人们平凡的目光里，也许仅可用“名、利”两字概括。但应使孩子明白，要“光明磊落，取财有道”。

在社会进入多元化的今天，孩子的未来也是多种多样的：有名垂千古且名利双收的；有徒有其名而名不副实的；有利欲熏心却遗臭万年的；有名声高尚而两袖清风的……什么是高尚人生，真要有个探讨，否则会空空洞洞的，在定位人生的价值上是不可有些许马虎的。

试想，那些犯了贪污受贿罪的高级官员，大多数不也是当年的“好学生”吗，否则，他们怎么会被聘用、又层层提拔呢？例如，广东一名正厅级干部，父母给其取名“三戒”，就是希望他戒除各种恶习、杂念，做一个高尚的人。但他偏偏不能自律，在高速公路建设中贪污受贿数额巨大，失了做人之气



节，锒铛入狱，还有什么高尚人生可言呢？父母们就要常抓住现实生活中种种实例，让孩子说说自己的看法，一定会起到很好的警示作用。

中国人说：“三岁看大，七岁看老”；在日本甚至认为是：“一岁看大，三岁看老”；这些古老的哲理仍旧熠熠闪光。社会上有什么，孩子的观念和行为上就可能有什么；因而，做父母的就要从一点一滴小事上启发引导孩子，为孩子的高尚人生奠定坚实的基础。

## 2. 尊重生命护天性

在不少家庭中，做父母的习惯于为孩子安排他成长道路上的一切；尤其是孩子如何发展特长，如何升学就业，父母定要说了算。理由是：孩子不了解社会，凭天真的幻想与空想去发展，是不现实和靠不住的。但这样做是否有效，必须由事实来说话。

受叔叔的影响，8岁的南南是个小足球迷，可是家人多数不赞成他踢足球。爷爷说：“你反应慢，跑得也不快，不适合搞体育。”爸爸说：“当运动员有什么意思，头脑简单，四肢发达，你是不是想逃避学习？”妈妈则说：“儿子，求你了，别踢球了，你学习成绩中不溜秋，这么下去可危险，还是把成绩搞上去是正经！”于是南南被大人接送上学，严加看管。因为学习成绩上不去，叔叔给他买的小足球也被父母没收。父母给南南报了英语、书法、围棋、朗诵等培训班，他不得不去，可是越来越没有兴趣，他觉得自己像关在笼子里的小老虎，浑身难受。怎么办呢？他多次打电话向叔叔求援，可是，叔叔也无能为力，他说：“南南，好好学习吧，以后上个好大学，别像我一样，只能一辈子教体育课！”这样，南南便只好与小足球告别。其实，南南不一定非要当足球运动员，