

III  
盛桐文化



# 怎么说 孩子才会听 如何听 孩子才肯说

你真的懂跟孩子说话吗？

蒙谨◎著



{ 心理咨询师蒙谨的家教心得  
最贴心“妈妈导师”蒙谨全记录! }

浓缩中国家庭教育实景与反思的最新力作，不可不读的教子智慧！

告别“耳边风”

打造完美亲子互动

心与心零距离接触

全国百佳图书出版单位  
时代出版传媒股份有限公司  
安徽人民出版社

# 怎么说 孩子才会听 如何听 孩子才肯说



你真的懂跟孩子说话吗？

蒙谨◎著

全国百佳图书出版单位  
**APRINTIME** 时代出版传媒股份有限公司  
安徽人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

怎么说孩子才会听, 如何听孩子才肯说 / 蒙谨著. ——合肥: 安徽人民出版社, 2014.9

ISBN 978-7-212-07553-8

I. ①怎… II. ①蒙… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第213670号

怎么说孩子才会听, 如何听孩子才肯说

ZENMESHUO HAIZI CAIHUITING

RUHETING HAIZI CAIKENSHUO

蒙 谨 著

出版人: 胡正义

总策划: 胡正义

责任编辑: 洪 红 熊圣琼

装帧设计: 阿鬼设计

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽人民出版社 <http://www.ahpeople.com>

合肥市政务文化新区翡翠路1118号出版传媒广场八楼

邮编: 230071 营销部电话: 0551-63533258 0551-63533292 (传真)

制版: 合肥市中旭制版有限责任公司

印制: 北京市凯鑫彩色印刷有限公司 电话: 010-82708280

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂商联系调换)

开本: 710×1000 1/16 印张: 16 字数: 200千

版次: 2014年12月第1版 2014年12月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-212-07553-8 定价: 29.80元

版权所有, 侵权必究

## 你越会说话，你的孩子才会越听话

面对孩子的不良行为和各种问题，父母往往总是反复嘱咐和唠叨，然而，这些对孩子来说90%以上永远都只是“耳边风”！——不起作用，反而惹孩子厌烦！

长此以往，做父母的就常常忍不住，抱怨和指责脱口而出。

于是，家里整天充满呵斥声和吵嚷声。

无数家长为此烦恼，可是无能为力。

你越说，跟孩子之间的火药味就越浓烈；但不说，孩子的问题又解决不了。

家长应该怎么办？

我一直认为，亲子沟通的质量决定教子的成败。对于这个观点，不用特地寻找，就能在生活中发现很多可以作为论据的真实事例。

最近，我遇到了一个多年没有联系的高中同学，几句问候过后，我记起他有一个儿子，便随口问道：“你儿子最近怎么样？该考大学了吧？”

谁知，我话刚一出口，就见同学的脸色突然大变，脸变得通红。长长地叹了口气后，同学说道：“别提了，我儿子进少管所了。”

“怎么回事？”我一惊。

据同学说，儿子从小就不听话，他认为孩子不打不成才，每当儿子犯了错，他也不会和儿子沟通，不询问原因，总是二话不说就是一顿打骂。

有一次，儿子偷拿了家里的50块钱，同学知道后，也没有问儿子缘由，就把他捆起来打了一顿，把儿子的胳膊都打折了。

在那之前，父子俩偶尔也会就某个问题交流一二，虽然交流不深，但也能给儿子的心灵带来一些安慰。

可自从偷钱事件后，同学怎么看儿子都觉得不顺眼，儿子也不愿意和他说话，父子俩之间的关系也越来越冷淡。

后来，儿子结交了社会上的不良青年，伙同他们一起入室抢劫，结果当场被抓住。儿子不仅被学校劝退，还被判到少管所改造。

当同学知道，儿子偷50块钱是为了给爷爷买生日礼物后，后悔万分。而儿子也对他说：“我这辈子都不会原谅你。如果当时你多和我说说话，我也不会走到今天这步。”

同学说完这些，已经是泪流满面。

沟通在教育孩子的过程中起着非常重要的作用，家长如果忽视了和孩子的沟通，不仅关闭了亲子间相互联系的大门，也无法及时发现孩子出现的问题，更会导致教育的失败。

听完同学的话，我突然想起在旅游时认识的李姐。她的儿子乐乐从小就非常优秀，今年刚刚考上了清华大学。

乐乐接受的教育，与一般孩子接受的教育并没有太大区别。但是，李姐学了很多沟通技巧，特别擅长和乐乐沟通，乐乐也愿意跟妈妈交流自己的想法。

李姐给我说过这么一件事情。

乐乐在不到4岁时，有一次跟着奶奶去超市，逛着逛着，他忽然对奶奶说：“奶奶，我觉得你和姨奶奶有点儿像。”

奶奶听了，觉得很好奇，就笑着问道：“哪里像呢？”

乐乐眨着一双可爱的大眼睛，不假思索地说：“眼睛像。”

奶奶被逗乐了，回到家里，把这件事情告诉了李姐。

李姐故意逗乐乐说：“乐乐，如果妈妈再给你生个弟弟或者妹妹，你就会发现，他跟你也有点像呢。”李姐顿了一下，看了一眼乐乐，然后继续说道，

“你想要吗？”

乐乐使劲地摇了摇头：“我不要。”

李姐继续说：“有了弟弟妹妹，就有人陪你玩了。”

乐乐还是拒绝说：“我就是不要。”

奶奶就笑着对李姐说：“这个小机灵鬼，是怕有了弟弟妹妹，咱们不疼他了呢。”

李姐冲奶奶摇摇头，继续问道：“为什么呀？”

乐乐说：“要是有了弟弟妹妹，妈妈就太累了，照顾不过来的。”

奶奶听了很吃惊，李姐则感到很感动。接着，李姐抓住这个时机，在乐乐刚刚有关爱父母的意识的时候就对他进行孝心教育，结果很成功。

经常和孩子沟通，能够了解孩子的真实想法，帮助你发现孩子身上的问题和闪光点，及时展开教育，帮孩子消灭问题，将闪光点发展为优点。

看了上面两个故事，我想你会赞成我的观点：沟通质量决定教子成败。事实上，沟通是一门艺术，想要学会沟通，你需要下一番功夫。

具体来说，你需要打造你的语言，让孩子清楚、透彻地理解你的话；你需要学会给语言装上“蜜糖”，让孩子爱听你说话；你需要给孩子表达的机会，让孩子主动说出心里话；你需要学会说服和倾听的技巧，让沟通的过程变得温馨而愉快。

只有你愿意尊重孩子，愿意平等地与孩子交流沟通，孩子才愿意对你敞开心扉，才愿意接受你的教育。

《怎么说孩子才会听，如何听孩子才肯说》就是我专门为这些苦恼的家长们所写的一本书。本书是一本高品质、原创的亲子关系指导书。书中提供的方法能够缓解所有年龄段的孩子与家长之间紧张的亲子关系，使孩子很容易接受家长的教育和建议，结束孩子与家长的冲突对抗，带来孩子跟家长主动、愉快的合作。

在书中我以“有感动，有感悟”为写作原则，精心选择亲子教育过程中的有趣故事，结合家庭教育的典型问题，利用故事向读者阐述了完美亲子关系的本质规律和关键点，并提供可行的思路和操作性建议。

家长们掌握了“怎么说”“怎么听”的技巧，就能与孩子达成美妙的交流沟通，走进孩子的内心世界，以父母、老师同时是好朋友的身份，陪伴孩子健

康快乐地成长。

欢迎广大父母看过此书后，和我进行交流沟通，提出宝贵的建议和意见。我非常乐意和读者进行交流探讨，促进相互的发展，并使我们的孩子成为最大的受益人。

蒙谨

2013年12月于北京

# 目 录

## CONTENTS

### 序 言 你越会说话，你的孩子才会越听话

## 第一章 好家长都是口才达人——家教，其实是一门说话艺术 / 001

- 我考全班倒数第一，你不生气吗？——家长会“说”，孩子才会更优秀 / 002
- 再漂亮也没有我女儿的心灵美——掌握亲子说服术，永远跟孩子没冲突 / 006
- 你怎么回事啊？存心烦我是不是？——话语里充满对孩子的爱 / 011
- 难道我说错了吗？——跟孩子说话，从管好自己的嘴开始 / 015
- 妈妈，我们就不起来，看他怎么着——言传，更要身教 / 019
- 妈妈，奶奶也不说声谢谢——维护孩子尊严，给足面子 / 024

## 第二章 言简意赅，重点突出——让孩子清楚、透彻地理解你的话 / 027

- 我以为你能从我的训话中猜出来呢——褒贬分明，别让孩子去猜 / 028
- 等你想好了，咱们再商量——与孩子谈话的主题要集中具体 / 031
- 帮我把这几件衣服洗了——给孩子传达指令要清楚明白，越简单越好 / 035
- 到我真的去做某件事时，倒忘了要干什么——分清主次，不要冗长繁琐 / 038
- 你仍然会继续写下去？——强力控制话题，莫让谈话主题游走 / 040

## 第三章 给孩子说的话要包上蜜——把话说得让孩子想听、爱听 / 045

- 孩子，你长大了，谢谢你牵挂着妈妈——不要吝啬对孩子的赞美 / 046
- 您觉得我这次还能当班长吗？——鼓励孩子永远不嫌多，不嫌晚 / 050
- 谢谢你，为我拍照片——跟孩子说话要和颜悦色 / 055
- 不是侥幸，还是你平时的用功——发现孩子的长处，及时表扬 / 059
- 这样啊，行，你自己决定吧——建议而不要对孩子发号施令 / 064
- 玩不就是指上网吗？——幽默让你贴近孩子的心 / 068



## 第四章 家长一定要会的亲子说服术——用说服改变孩子的技巧 / 073

---

- 要是你懂一点英文，咱何必费那么多事——让事实说话 / 074
- 我妈的口才比我好，句句说到心坎里——反复强调最主要、最关键的理由 / 077
- 女孩睡觉多，皮肤会更好——利用孩子感兴趣的事物来说服 / 080
- 我要穿小亮那样的衣服——与孩子讨论分析，由他自己选择 / 083
- 对不起，妈妈下次不会再这么对待你了——站在孩子的立场说话 / 086
- 等我给你讲完这个故事，你就知道该怎么做了——巧用故事传达意念 / 089
- 是不是你做得不够好？——通过对比告诉孩子对错 / 094
- 这样吧，咱今天就写两个字——先提小要求，再提大要求 / 098

## 第五章 不剥夺孩子的话语权——让孩子自由表达看法和感受 / 103

---

- 你看，火车可以运积木呢——不要忽略孩子的表达 / 104
- 不许哭！丢不丢人啊？——允许孩子发泄不良情绪 / 108
- 别说了，写你的作业去——耐心听孩子把话说完 / 111
- 不嘛，我就要那一件——允许孩子说不 / 114
- 大人说话，你小孩子家别插嘴——鼓励孩子说出自己的看法 / 118
- 我不去，你把班给我退了吧——允许孩子争辩 / 122

## 第六章 好家长要会安静地听孩子说——你必须要掌握的倾听术 / 127

---

- 哎呀，妈，你就甭管了——孩子说时，你要多听 / 128
- 儿子，有什么事？说吧——倾听时要专注 / 131
- 知道了，你烦不烦啊！——听孩子说话要表现出兴趣 / 134
- 我和同学打架了——让孩子叙述他自己的事情 / 138
- 那你怎么对我的话没有反应啊？——积极回应孩子的话 / 142
- 妈妈，姐姐的娃娃会说话——倾听孩子的弦外之音 / 145

## **第七章 用爱打开孩子的心扉——让孩子主动把心里的想法说出来 / 149**

- 等你看懂了女歌星，晓南的问题就解决了——说话前要做好准备，制定策略 / 150
- 儿子，妈妈想和你唠唠——给孩子创造舒适的谈话环境 / 154
- 妈妈，我长大后，要做一个会飞的房子——鼓励孩子养成把想法说出来的习惯 / 158
- 幸好有个懂电脑的女儿——通过共鸣点打开孩子的情感防线 / 162
- 为什么不想睡？——用封闭式提问引导孩子讲真话 / 166
- 哦，对不起，可能是妈妈记错了——场合不同，说法也不一样 / 170
- 我早就想和你一起看电视了——用孩子的语言跟孩子说 / 173
- 好，以后我就叫你大侠——用生动形象的方式跟孩子说 / 177

## **第八章 如何对孩子说“不”——拒绝孩子的说话艺术 / 181**

- 不能动这个，会电到你的——避免简单粗暴地拒绝 / 182
- 别再给我惹事，行不行？——了解事情原委再下结论 / 186
- 你看看，沙发脏了，怎么办啊？——对孩子说出你的感受和期望 / 189
- 小孩子不能化妆——对孩子讲出做事的条件 / 192
- 爸爸，我想要那样的头花——说出拒绝孩子的理由 / 196
- 今天不买玩具，只是玩——拒绝孩子时不能妥协 / 200
- 我就尝一下这烟什么味的——疏导孩子，而不是打压 / 204

## **第九章 左手赞美，右手批评——赞美让孩子进步，批评让孩子改正 / 209**

- 你今年体质提高了，也变得坚强了——赞美孩子要及时、具体 / 210
- 妈妈，你别夸了，我都听烦啦！——表扬孩子不可过多、过高 / 213
- 其实，孩子成绩不好，我也有错啊——批评孩子要对事不对人 / 216
- 我多么希望爸妈以后不要再拿我当出气筒——批评孩子注意避免自我情绪发泄 / 219
- 算了，别吃饭了——批评孩子要注意时间和场合 / 222
- 妈，我今天累了，躺着看舒服一些——批评孩子要抓住时机 / 225

## 第十章 不要这样和孩子说话——和孩子说话中不能犯的禁忌 / 229

---

就你那脑子，永远都不会考优了——不要随便下消极、否定的预言 / 230

我以后再不会相信她说的任何话了——不要对孩子说话不算数 / 232

听着母亲的指责声，我的心碎了——不要一味地指责孩子 / 235

只要她在家我就讲，就是想提醒她——不要在孩子耳边不停地唠叨 / 238

你真的很没用，看你这成绩，长大后能做什么啊？——不要嘲笑、侮辱孩子 / 241

我说他英语必须考第一，他就会考第一——不要对孩子要求过高 / 244



## 第一章

# 好家长都是口才达人 ——家教，其实是一门说话艺术



## 我考全班倒数第一，你不生气吗？ ——家长会“说”，孩子才会更优秀

说话，是一门艺术，当你掌握这门艺术后，就能把孩子身上的“缺点”说成“优点”，把孩子身上的问题“说”没了。

在朋友家，看到这样一个场景。

上小学的儿子闷闷不乐地对朋友说：“妈妈，我这次只考了80分。”

朋友笑着说：“哇，考的不少啊，记得你上次才考78分。隔了没几天，就上升了2分。”

“老师说这次的题最简单了，可我考的是全班最少的，同学们都笑话我，连我的好朋友也说我很笨。”他说着，快要哭出来的样子。

朋友蹲下身，温和地注视着他，说：“咱要和自己比，才能比出效果。别人说你笨，你不努力了，才是真笨；反过来，你勤奋学习，多思考，哪怕每天只学一个字，那也是进步。”

他依然皱着眉头，低声说：“妈妈，这么容易的题，我考全班倒数第一，你不生气吗？”

朋友微笑着说：“恰恰相反，我很高兴，因为你和前几天的自己相比进步了。还有，分数高低并没有那么重要，只要做题时你用心思考过，不论考多少分，妈妈都觉得你很乖很棒。”

我清楚地看到，朋友说话时，儿子专注地看着她，眼神里盛满喜悦。她接着说：“你先去玩会儿，等晚上咱俩一起攻攻试卷上那些错题。”

“妈妈，我现在就想改错题。”儿子兴奋地说。

孩子身上可以有很多“问题”，但通过你的嘴，通过你正确的说话方式，

他的很多“问题”根本不是什么“问题”，这时候，你会发现，他是那么听话，能很快改正这些“问题”。



亲戚上小学的儿子对她说，班上有个同学想花钱了，就骗他妈妈说要买本子，等拿到钱后，那个同学就去买小玩具。

“要是他妈妈发现他的玩具后，他会骗妈妈说是抽奖抽的。他妈妈特傻，就相信了……”

“以后你少在我面前谈这些，”她打断儿子，“也别和这样的同学交朋友，省得跟他学些坏毛病。”又警觉地看着儿子，问道：“你没有用同样的话骗过我？”

“我才不这样做呢。”

“你以为你比他好啊。我想起来了，前几天，你找我要钱，说要复印卷子，是真的假的？复印卷子怎么能花10块钱呢？”

“那真是老师让印的，不信你打电话问问。”儿子急得脸通红。

“算了，不打了，就先饶你这一次，等下次，你再要钱，我无论如何得问清。万一骗了我，还把我当成傻瓜。”

“妈，我没……”

“你那点心眼还能瞒过我的眼睛？你以前就爱撒谎。”

“可我不是改了吗？我……”

“谁知道你是不是真改了？万一……”不等她把话说完，儿子气得跺着脚离开。一场原本和谐的亲子交流，就这样不欢而散。

孩子身上的优点和缺点，都不是绝对的。会说话的你，会把他的缺点说成优点，或是明夸暗贬，让他乐意改掉；不会说话的你，却会把他的优点也说成缺点，让他失去改正坏毛病的动力。



女儿小语是个慢性子，做什么事情都很慢。丈夫是急性子，经常教育她改掉拖拉的坏习惯，说多了她就会和丈夫顶嘴。于是，父女俩的关系，随着小语的长大而变得紧张起来。

有一次，我说要带小语去外公家，走前我们三人去超市买东西。在超市里，小语一会看看这个，一会看看那个。丈夫见状，随口对我说：“你看，她的慢性子又犯了。”

眼见着小语嘟起了嘴，我立即说：“小语做事很细心，这是优点。你看她这么用心地给外公挑礼物，不仅是对老人有很深的感情，也说明她有追求完美的心。”

小语听后，脸上泛起笑意。我笑着“指责”她：“你就把标准降低一点吧，要知道，礼轻情意重嘛。”

那天，小语接下来的表现很好，不一会儿，就配合我和丈夫买好了东西。

其实，孩子身上的“错”，并非真是你口里一直念叨的大毛病。只要你换一种方式向他表达，他的“错”很快会成为“对”。这主要取决于你说话的方式。



小时候，每当父亲让我做什么事时，他会事先说一句：“这件事既然交给你做主，说明我已经很相信你了，好好做，一定会没问题的。”每次听到这话，我就会充满信心。

有一次我过生日，父亲尊重我的决定，提前把过生日的钱给了我。当时我小心翼翼地征求他的意见，问道：“爸爸，你说我买什么好呢？”

他笑着说：“这些钱给了你，你自己决定吧。”

“可我担心，买了不好的东西，到时钱白花了，我会后悔，你也要怪我的。”我说。

“呵呵，我放权给你，你买什么我都不会怪你的。”他温和地看着

我，“要是你怕后悔，我可以提出一些建议，你觉得有用，就参照一下。”

我认真地听着父亲的话，此时此刻，他说的每一个字，都深深地刻在我心上。他说：“你不是早就想买一套外国童话书吗？这钱应该足够了。”

我听后，高兴地抱住父亲亲了一口，说：“是，我早就想买了。爸爸，幸亏你提醒了我。”

孩子不是不能接受你的意见，你要懂得尊重他，给他自由，这样他反而会在自己难以抉择的时候，多听听你的建议。



要想让孩子成为你眼中的“优秀”孩子，你就要多观察他，多和他交流，在取得他的信任后，你说的每一句话，他才能听进去。不久你就会发现，他的“缺点”和优点一样可爱。

说话需要技巧，同样一句话，讲得好会让人备受鼓舞、充满信心；讲得不好则会让人生气、沮丧甚至记恨你。和孩子说话是同样的道理，他是否爱听，全在于你是否掌握了说话的技巧。





## 再漂亮也没有我女儿的心灵美 ——掌握亲子说服术，永远跟孩子没冲突

想要和孩子和睦相处，你就要掌握亲子说服术。平时你要多了解孩子，弄清孩子的心思，这样才能把话说到孩子的心窝里。

朋友的儿子向她数落老师的不是：“我们老师就是偏心眼，光喜欢成绩好的学生，他们犯了错误，老师也不怎么说，而我犯一点错误，就被说个不停。”

她耐心地听着，问道：“能不能讲得具体一点？比如说老师在什么事情上偏向他们了？”

儿子张口就说：“当然有了。今天最后一堂自习课，我和同桌讲前几天看的动画，老师知道后，只说我，不说他。”

她笑着问：“是不是老师进来时，你一个人在讲？”

儿子停顿一下，撒谎道：“不是呀，老师进来时，我和同桌都在讲。”

“那可能是他对你要求太严了。”她说，“上次我打电话问你的情况，老师说你有很多优点，乐于助人，学习努力，唯一的缺点是自律性差，需要有人监督，所以对你要求要严一点。”

“老师真这么说？”他不相信地问。

“难道老师平常不是这么要求你吗？”她反问。

他想了想，点头说：“是这样的，他要求得很严。”又挠挠后脑勺，不好意思地说，“我，我错怪老师了……”

“没关系，要是老师知道你心里对他感激，他不但不会生气，还会为你的体谅感到高兴呢。”

“不是。我是说，自习课上，老师进来时我正在说话，同桌刚好没说。老师说我时，我说同桌也讲了，老师却不相信。”他不好意思