

素质教育
交往能力

父母新知

让孩子学会 交朋友

艾永明 著

沟通交流，合作共赢

一个篱笆三根桩，一个好汉三个帮！

每个人都必须学会与人相处。

父母要帮助孩子，让他会交朋友，有好朋友。

让孩子学会交往，成为一个受欢迎的人。



上海
出版

华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位

素质教育
交往能力

父母新知

让孩子学会 交朋友

艾永明 著

沟通交流, 合作共赢

一个篱笆三根桩, 一个好汉三个帮!

每个人都必须学会与人相处。

父母要帮助孩子, 让他会交朋友, 有好朋友。

让孩子学会交往, 成为一个受欢迎的人。



上海市
杨浦区

华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

父母新知. 让孩子学会交朋友/艾永明著. —上海:华东师范大学出版社,2014.4

ISBN 978-7-5675-2012-7

I. ①父… II. ①艾… III. ①儿童教育—家庭教育②心理交往 IV. ①G78②C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 079073 号

父母新知

让孩子学会交朋友

著 者 艾永明
责任编辑 刘 佳
审读编辑 何丹凤
责任校对 赖芳斌
装帧设计 付 莉

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 上海景条印刷有限公司
开 本 787×1092 16 开
印 张 12.25
字 数 196 千字
版 次 2014 年 7 月第 1 版
印 次 2014 年 7 月第 1 次
书 号 ISBN 978-7-5675-2012-7/G·7327
定 价 26.00 元

出 版 人 王 熠

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

前 言

几年前我在美国学习的时候，有一次，受邀到一所中学去参观。

接到邀请的时候，我被告知参观的主题是观摩这所中学里学生的交往能力。应该说，这个主题并没有让我感到惊讶，真正让我感到惊讶的是进入校门以后发生的事情。

刚从车上下来，本以为迎接我的会是在电话里交流过的那位女教导主任，可出乎意料的是，门口仅有一个十三四岁的男孩。我还以为来早了，正想等一会，他却大大方方地问：“您就是来参观的××先生吗？”被这样一个孩子叫出名字，让我很意外。在我正琢磨着他怎么会知道我的名字的时候，他又开口说话了：“我就是今天负责接待您的人，我叫××。”于是，带着一肚子的惊讶，我跟着他走进了校门。

在参观中，我看到了许多让我印象深刻的东西：完全是学生自发组织的辩论会、演唱会、体育比赛、团队游戏；在一个个模拟现实的场景中，这些异国的孩子们友好而又熟练地进行着各种团队活动……

而那位教导主任，一直到我的参观即将结束时才露面。她微笑着对我解释说：“请原谅我的不礼貌，但我想这种方式会给您留下更深刻的印象。”

这次参观的确给我留下了深刻的印象。可是，美国的学校为什么要这么重视对孩子交往能力的培养呢？经过反复的研究，我才知道这与他们的教育理念有很大关

系。这种教育理念是,如果想让一个孩子将来在社会上取得成功,学习丰富的知识仅仅是条件之一,而孩子的交往能力也是一个重要的方面。在这样一个分工日益精细的社会里,无论个人的能力有多强,也不可能通过单打独斗取得成功。每个人都必须学会与别人相处、合作,实现共同发展。所以,美国的父母,从小就很注意教孩子与别人沟通、友好相处,与别人合作与共赢。这样,当孩子长大以后,他就自然拥有了在社会中取得发展的能力。

而我们的孩子在做什么呢?每天不断地学习、学习、再学习。虽然他们学到了很多知识,有了很强的专业能力,但是,封闭的生活环境和单调的学习生活常常使他们表现得偏执、狭隘、以自我为中心,不愿意也不会与别人合作。等他们长大后,到了社会上,都很难和别人融合到一起。

所以,我就动了写这本书的念头。在这本书里,为了能够使父母们更好地理解教会孩子正确交往的意义和方法,我引用了大量的咨询案例,希望通过这种方式,能够与所有的父母一起,使孩子尽早拥有他们本该具备的基本的人际交往能力,为他们将来成为一个会交往、受欢迎的人打好基础。

在这本书成书的过程中,得到了许多家长、老师和青少年心理研究人员的帮助,他们提供了许多真实的案例,使我们可以在这里分享他们的教育经验。在这里,谨向他们致以深深的谢意!

前言 1

一 孩子害怕和别人玩，还总闹矛盾，该怎么办？

1

- 1 学会交往，学会成长 1
- 2 学会交往，得到快乐 5
- 3 学会交往，增长见识 7
- 4 学会交往，突破自己 9
- 5 让孩子知道与别人在一起是有益的 12
- 6 自然大方、活泼开朗，更受欢迎 14
- 7 让孩子明白和别人一起努力才能成功 17
- 8 改变孩子从现在开始！ 18

二 孩子害怕去学校怎么办？

21

- 1 孩子为什么不愿意去学校？ 21
- 2 学会与别人相处，融入学校 24
- 3 尽快认识学校里的老师和同学 27
- 4 多参加集体活动，让别人了解自己 29
- 5 在老师和同学面前表达自己 32
- 6 与老师和同学发生矛盾时怎么办 35
- 7 妈妈，我被别人拒绝了！ 38
- 8 怎样才能够让别人喜欢我呢？ 41
- 9 孩子取得进步时要鼓励他们 43
- 10 消除孩子的担心，让他们尽快融入学校！



三 孩子不会和别人沟通交流怎么办?

50

- 1 大胆表达自己的见解 _____ 50
- 2 给孩子“说话”的机会 _____ 53
- 3 多与老师沟通,让老师了解自己 _____ 55
- 4 遇到不会的问题应该向老师和同学请教 _____ 57
- 5 在平时就应该与孩子一起积极讨论 _____ 59
- 6 孩子上课不发言怎么办? _____ 61
- 7 上课积极发言,展示自己 _____ 63
- 8 让孩子在学习中交到新朋友 _____ 65

四 孩子不爱和别人一起玩怎么办?

68

- 1 多和别人一起玩,才能更开心 _____ 68
- 2 与别人在一起有陌生感怎么办? _____ 71
- 3 告诉孩子玩游戏时要注意哪些要点 _____ 74
- 4 孩子不理解游戏规则时要提醒他们 _____ 76
- 5 在玩耍时受到“不公平对待”怎么办? _____ 78
- 6 在玩耍时受到挫折怎么办? _____ 81
- 7 培养兴趣和爱好,让孩子更开朗大方 _____ 83
- 8 玩得好,才能学得更好 _____ 85



五 该从哪里入手改变孩子?

88

- 1 假牙的故事——学会从别人的角度考虑问题 _____ 88

- 2 真的没有比她更优秀的人吗? ——学会欣赏同伴 _____ 90
- 3 中日两国小朋友的差异——学会分享 _____ 93
- 4 “闷罐子”的转变——学会表达自己 _____ 96
- 5 少年博士生为什么退学? ——做个善于和别人沟通的孩子 _____ 101
- 6 父母要做孩子讲礼貌的榜样 _____ 104
- 7 李开复选什么样的人? ——有团队合作精神 _____ 107
- 8 少年犯的痛思——守纪律 _____ 110
- 9 见义勇为与量力而行 _____ 112
- 10 从一次交通事故中得到的启示——教孩子学会拒绝 _____ 115
- 11 三个和尚也可以有水吃——学会协商 _____ 118
- 12 海葵与小丑鱼的合作——学会双赢 _____ 121

六 怎样帮助孩子和别人交往

123

- 1 孟母三迁——孩子应该交哪些类型的朋友? _____ 123
- 2 母亲错怪了孩子怎么办? _____ 126
- 3 皮亚杰的反思——孩子之间有冲突,父母该出手吗? _____ 130
- 4 “送大衣”的故事——给孩子一定的选择朋友的权利 _____ 133
- 5 令人惋惜的网瘾少年——孩子交友不慎怎么办? _____ 136
- 6 安南的成长历程——适当地让孩子参加集体活动 _____ 138
- 7 “假积极?”的小班长——孩子承担班级工作是好还是坏? _____ 141



七 孩子在交往过程中遇到困难怎么办?

145

- 1 有自闭症的女孩——不敢与别人交往怎么办? 145
- 2 叛逆的男孩——不会与别人交往怎么办? 148
- 3 阿德勒的成长历程——有退缩行为怎么办? 151
- 4 卡那波利的反思——自我中心意识过强怎么办?
153
- 5 一对父母的反思——孩子攻击性强怎么办? 156
- 6 凯丝·达莉是怎样成功的——害羞怎么办? 158
- 7 孑然独处的女大学生——自卑怎么办? 161

八 让我们与孩子一起改变

164

- 1 家庭,孩子人际交往的第一课堂 164
- 2 父母,做孩子最好的榜样 167
- 3 是导师,也是朋友——建立正确的亲子关系
170
- 4 孩子不擅交往的原因在您 174
- 5 学会与孩子商量也是一种能力 176
- 6 尊重孩子,培养他们的独立性 178
- 7 学会与孩子沟通 181
- 8 让我们与孩子一起改变 183





孩子害怕和别人玩，还总闹矛盾，该怎么办？

1 学会交往，学会成长

孩子在成长，自然要和别人相处，学会和别人一起生活，但是如果孩子缺乏和别人相处的能力，就有可能被排斥在外，如果我们没有意识到这一点，孩子的成长就可能受到阻碍。

曾经遇到过一位妈妈，她的孩子性格特别古怪，经常会因为一点小事和别人吵架，老师调解不了，只好找家长，弄得她心情也很坏。不过，她总觉得，这毕竟只是孩子的小事情，没什么大不了的，所以就没怎么放在心上。

有一天，老师又打来电话了，说是孩子又和别人吵架了，起因是这样的：

孩子有一块橡皮，是妈妈到外地的时候特意给她买的，上面有一个很好看的卡通图案，画的是蓝色的天空和一只可爱的鸽子，样子特别可爱，妈妈很喜欢，买回来以后，孩子也很喜欢。在学校画画的时候，孩子把橡皮拿出来。有的小朋友就说：“毛毛，你的橡皮真好看，我也很喜欢。”

毛毛当然很高兴，于是愉快地说：“那当然，这是我妈妈特意从外地给我买回来的。”

那个小朋友就接着问：“上面的图案是什么呢？一定是一只白鸽子吧。”

毛毛说：“这不是鸽子，这是喜鹊。”

那个小朋友说：“这明明就是一只鸽子嘛！”

毛毛则固执地说：“就不是，这不是鸽子。”



结果，就是因为这一点小事，两个人吵起来了，还打起架来，两个孩子都哭了。老师弄清楚原因之后，又看了橡皮上的图案，认为那位小朋友说的是对的。可是面对老师的“裁决”，毛毛还是不服气，觉得老师不偏向自己。

没办法，老师只好把情况和妈妈说了，希望妈妈能够帮着协商解决。而且，因为这件事，班里别的小朋友都不敢和毛毛来往了，

因为都知道她性格不好,不能说她的不是。这样一来,孩子在学校就感到很孤立,对妈妈说:“我不想去上学了,他们都不理我。”这让妈妈也很困惑。

孩子在成长中,在和小伙伴的相处中也会遇到很多问题,比如:

与别的小朋友吵架了;

别的小朋友不和自己一起玩;

与小伙伴们相处的时候,自己受到了委屈;

别的小朋友不欢迎自己;

不知道怎样和老师相处和交流;

不知道怎样融入集体;

觉得被孤立,不知道怎么办……

离开了父母,在学校这个小小的“社会”里,孩子需要学会和别人一起生活,不会和别人相处,自然会影响到孩子在学校的学习和生活,乃至影响到他们将来的成长。

有一位大学老师,给我讲过这样一个故事。

她班里有一名学生,有着傲人的天赋,高中毕业的时候,以当地高考状元的身份考入一所著名的理工大学。在大学里,他刻苦学习,每天主要的任务就是在宿舍、教室之间往来,学习成绩优异,又以保送生的身份读了研究生。在读研究生之后,指导老师看到他基础知识扎实,又踏实肯干,就让他参与自己的一些研究项目。为了完成这些项目,他需要经常走出校门,到外面的实验室去做实验。

有一天,指导老师突然接到一个电话,电话是这个男孩所在的单位打来的,电话里,有人对他说:“你们为什么要派××(就是那个男孩)来呢?”



指导老师感到很惊讶,说:“因为他是我们这里成绩最好的学生啊!”

电话里的那个人也很惊讶:“是吗?可是我们一点都看不出来,只觉得这个人很孤僻,很难相处。”

原来,这个男孩虽然有着出众的专业知识,但因为从小就钻在书堆里一心苦读,连基本的与别人交往接触的常识都没有。一到新的岗位,大家等着他能够把自己的知识贡献出来,一起把事情做好,可是这个男孩,性格很孤僻,不擅于合作,每天一到单位,就自己忙碌起来,也不和别人说话。大家在一旁看着,不知道他在干什么,想问他,看到他很专心的样子,又不知道该问些什么。一连几天过去了,大家都不知道这个高材生在搞什么名堂,只好给他的指导老师打电话。

作为父母,看到这种情况,我们会得到什么启发呢?

孩子离开我们,到学校里去,但不等于就完全脱离我们了。面对新的生活环境,面对生活中的“矛盾”,如果我们不能够帮助他们解决,他们就会感到害怕,不愿意再和别人相处,有的还会和别人吵架,甚至将自己封闭起来。

孩子不愿意和别人交往,不会和别人交往,久而久之,性格就可能变得孤僻,爱发脾气,不会和别人相处。这样,他们长大了以后,也可能把这种行为方式带到生活中,总和别人闹矛盾,如此一来,他们就很难取得成功。

所以,我们应该注意从小培养孩子的交往能力,告诉他们怎样和别人一起生活,一起学习,这样,孩子将在许多方面受益:

他将成为一个自信、乐观的人;

他将成为一个心胸宽广、宽容大度、心灵健康的人;

他将懂得如何关心别人,也懂得如何得到别人的爱,将拥有许多的朋友;

他将具备很强的与别人合作的能力,知道怎样与别人合作,直到取得成功。

所以,我们要从现在开始注意培养孩子的交往能力,帮助他们完善性格,

为他们将来的发展打下良好的基础。

2 学会交往,得到快乐

善于交往的孩子会更快乐。

这是因为,孩子在和别的小朋友交往的过程中,学到知识,得到乐趣,这会有助于他们的身心成长。

一位家长来信对我说:为了孩子的成长,我们付出了很多,凡是孩子需要的,我们都尽力满足他,吃的、穿的、用的……只要是能够做到的,都给孩子了。可是孩子看上去好像还是很不开心,周日带他去游乐园,坐过山车,玩的时候他很高兴,但过了之后,又恢复了一副郁郁寡欢的样子。在家里少言寡语,在学校里与世无争,各种活动对他来说参加不参加都无所谓……我们知道,快乐的性格对孩子的成长很重要,可不知道为什么自己的孩子总是这样郁郁寡欢,为什么会这样呢?

为什么孩子看上去那么不快乐?

原来,由于父母平时工作太忙,只能把孩子留给爷爷奶奶照看着,爷爷奶奶虽然疼爱孩子,但是,毕竟祖孙之间的年龄差别太大,他们与孩子的交流还是有问题的。平时爷爷奶奶说的话,孩子不太感兴趣,又没有合适的小伙伴在一起玩,渐渐地,孩子就不那么爱说话了。时间长了,孩子一回到家里,就坐在那里自己玩玩具,和谁都不爱说话。

就这样,孩子性格也变得沉闷了。

善于交往的孩子可以得到更多的感情交流,变得更快乐。

在学校,在幼儿园,孩子与朋友们在一起,虽然有时也会吵架,但更多的时候是相互交流,彼此了解对方。

心理学家发现,善于交往的孩子容易把心里的情绪排解出去,容易形成快乐健康的性格。如果孩子总是被拒绝于集体之外,他们就会产生孤独感,感情



会受到压抑。长久下去，他们会感到寂寞、空虚和无聊，始终处于孤独、封闭和退缩的状态，长此以往，这会对孩子的身心发展产生不利的影

美国前国务卿基辛格博士，是世界上著名的政治家、社会活动家，曾先后担任美国国家安全助理和美国国务卿。1971年7月，基辛格主导了著名的“乒乓外交”，作为尼克松总统的特使访华，为中美外交恢复关系作出了历史性的贡献。

退休之后，基辛格并没有闲着，他广泛游走于拉美、非洲、亚洲的各个角落，用他自己的话说，“我要用我的交往能力，在世界各国人民之间传递友爱和快乐”，由于他对世界和平事业的突出贡献，他于1973年被授予诺贝尔和平奖，又于1977年被授予美国总统自由勋章。

基辛格是一位优秀的政治家和社会活动家，他始终认为，通过自己积极的穿梭交往，可以为许多人带来快乐，而自己也从中得到了莫大的喜悦。在他的回忆录里，他把自己的这一能力归功于他的母亲。

小时候的基辛格，并不是一个很擅于与别人相处的人，相反，他总是喜欢一个人拿自己的锡偶玩具士兵做排兵打仗的游戏。母亲见到了，觉得他太过孤独了，就指着窗外那些正在一起玩的小伙伴，问他：

“孩子，你为什么总是一个人玩呢？”

小基辛格想了想，指着地上的锡偶玩具说：“他们确实玩得很好，可是，我觉得一个人玩很有意思啊！”

母亲想了想，没有再说什么了，出了房间，小基辛格又低头一个人玩去了。

过了一会儿，母亲带了五六个孩子回来，他们每个人都拿着自己心爱的玩具，有汽车，有马车，还有大炮，有舰船……几个孩子在地上把这些玩具摆开，分成两派，玩起作战游戏。

小基辛格看到了，觉得很有意思，母亲就对那些孩子说：“为什

么不让小基辛格一起参加呢？”

伙伴们毫不犹豫地说：“来吧，欢迎加入！”

于是小基辛格拿着自己的锡偶士兵也兴致勃勃加入到了伙伴们的行列。

就这样，小基辛格体会到了与别人相处的快乐，再也不愿意把自己封闭起来了。

.....

后来，小基辛格长大了，先是成为国际关系专家，后又成为美国的国务卿，还得到了诺贝尔和平奖。他始终都认为，童年的这次经历对他的改变非常大。正是这次经历使他体验到了与别人相处的快乐，长大以后，他也愿意通过自己积极的努力把更多的快乐带给别人！

所以，孩子就是这样的，交往是他们的天性，在和别的小孩子打交道、玩耍的过程中，他们学到了知识，得到了快乐，这会帮助他们变得更积极、乐观。

所以我们不要忽视孩子的交往能力，应该鼓励他们到小朋友当中去，学会和别人相处，让他们在交往中成长！

3 学会交往，增长见识

交往可以增长孩子的见识，让他们的知识更丰富。

有一次，我正在家里给阳台上的花浇水施肥。我买了一些花肥，准备把它们埋在花的根部，有了养分，花就可以长得更好。萌萌本来是在一旁写作业的，看到我忙来忙去，很好奇，也过来看，看到我正在往花盆里洒肥料，他问：“这是什么？”

我告诉他：“这是肥料，有了它，花就可以长得更壮，开得也更漂亮。”





“花肥？”听了我的话，他若有所思的样子。突然他转身跑到厨房，把早上喝剩下的牛奶拿来了，要我洒在花盆里。

看到他的举动，我很惊讶，问：“你怎么知道牛奶可以当花肥的呢？”

他自豪地对我说：“班里的同学告诉我的。”

原来，班里有手工课，有培育种子直到开花的内容，在课堂上，他发现有的同学从家里拿来喝剩下的牛奶放在花盆里当作肥料，他尝试了一下，发现确实有用。

就这样，在与别人相互交流的过程中他学到了新的知识。



交往可以让孩子增加见识。

孩子们在一起玩耍，相互学习，在这个过程中，他们会发现别人身上有很多自己没有的优点，别人也可能知道很多自己不知道的东西。

很多父母担心孩子和别人在一起玩的时候会被欺负，因此不愿意让他们和别人在一起，其实，孩子的很多知识都是在一起玩耍的时候同学学到的。

著名的教育学家华生发现自己的孩子在生活中很不细心，做事总是丢三落四的，虽然提了很多次要求，孩子也没有改变，他很头痛。比如，他发现孩子在写单词的时候经常会把简单的单词拼错，不是多了一个字母就是少一个，再就是把不同的单词混淆，他