

ZHEYANGGENHAIZISHUOHUA
HAIZIUBUHUIDICHU

孙晓◎著



这样 跟孩子说话， 孩子 最不会抵触

孩子不是要故意跟你对着干，
是你说话的方式不对！
不用命令的口吻跟孩子说话，
是打开孩子心扉的第一步。

亲子沟通系列又一重磅作品，
有情景有指导的N个沟通技巧，
让亲子沟通更顺畅，
带动式沟通和引导式对话，
让孩子跟父母更贴心

ZHEYANGGENHAIZISHUOHUA
HAIZIUBUHUIDICHU

孙晓◎著

这样
跟孩子说话，

孩子
最不会抵触

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

这样跟孩子说话,孩子最不会抵触 / 孙晓著. —北京:北京理工大学出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5640-9461-4

I. ①这… II. ①孙… III. ①家庭教育—语言艺术 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第260997号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街5号

邮政编码 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

82562903 (教材售后服务热线)

68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京泽宇印刷有限公司

开 本 / 710毫米×1000毫米 1/16

印 张 / 15.5

字 数 / 199千字

版 次 / 2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

定 价 / 29.80元

责任编辑/王俊洁

文案编辑/袁 臻

责任校对/周瑞红

责任印制/马振武

图书出现印装质量问题,请拨打售后服务热线,本社负责调换



目录 contents

第一章 教和养并不是对立的，拒绝发生“管束越多，距离越远”的情况

为什么父母管得越来越严，孩子却越来越任性

——“给孩子松松绑吧”代替“我就要管到底” 001

努力想做个称职的父母，却得不到孩子的认同

——“孩子你想要什么”代替“我给你安排的都是最有用的” 002

孩子为什么不接受父母的建议

——“照你自己的想法做吧”代替“你必须听我的” 005

为什么父母的经验老是激怒孩子

——“你再想想，这样是不是更好”代替“我都是为了你好” 007

孩子太极端，父母怎么管

——“先冷静下来”代替“你竟敢这样” 008

为什么父母和孩子话不投机

——“你说的有道理，咱们可以试试”代替“你为什么老顶嘴” 010

什么都给孩子最好的，他们为什么不感恩

——“孩子，我们需要你的爱”代替“一切都听我们的” 012

给孩子过高的期望反而会压住孩子的翅膀

——“已经很好了”代替“怎么还是不行呢” 014

孩子犯了错，让他自己承担后果

——“你自己想办法弥补”代替“这次就这样，下次不能这样做了” 015



第二章 赢得孩子尊敬的教子方法，让教养变得简单

不摆架子，和孩子聊聊天

——“你可以去做些……”代替“不准……，不准……” 018

在外人面前给孩子留面子

——“我儿子……做得特别棒”代替“你太没出息了” 020

孩子进步了，父母的奖励很重要

——“咱们商量一下奖励你点什么”代替“这都是你应该做的，还提什么要求” 021

耐心地听孩子讲讲自己的事情

——“能讲给我听听吗”代替“小孩能有什么大事” 023

平等沟通在亲子沟通中至关重要

——“你真是长大了”代替“闭嘴，别说了” 026

用有效的指导帮助孩子

——“我相信你能处理好”代替“你犯错了还这态度，太不像话了” 027

用孩子能够接受的方式批评孩子

——“今天你……做得很好”代替“你有谱没有” 029

用强势来压制孩子的效果并不好

——“我想听听你的看法”代替“怎么连这点事都做不好” 031

第三章 用对方法，教出开朗、自信、大方的好孩子

让孩子永远展现积极向上的一面

——“谢谢你帮我”代替“别在这里添乱” 033



培养孩子的自信心

——“抬起头来，你怎么知道自己不行的”取代“你不行” 035

让孩子选择诚实，放弃谎言

——“是不是你想说……”代替“你这是撒谎” 038

自制会让孩子成长的步伐更稳健

——“你自己承担后果”代替“别去做，做完会……” 041

正直的孩子会赢得更多的信赖

——“这么做对吗”代替“下次改正” 043

让孩子明白勤奋比聪明更重要

——“踏踏实实打好基础”代替“你想想有没有省力的方法” 045

让孩子关心理解父母

——“你看爸妈是不是很辛苦”代替“你只要学好了我们做什么都行” 048

不可缺失的善良教育

——“你能做些什么帮助别人”代替“不要多管闲事” 050

重视孩子影响力的培养，让孩子成为领头羊

——“让自己去影响别人”代替“学习以外的事情都不能参与” 053

给孩子独立做事的机会

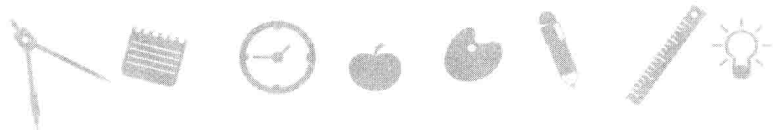
——“你自己来”代替“我来做” 055

帮助孩子控制好情绪

——“孩子，安静下来”代替“你闹够了没有” 059

孩子的细心需要父母的教导

——“仔细检查一下，消灭掉不该犯的错误”代替“你怎么总是这么粗心” 062



培养有责任心的孩子

——“做什么都要负责”代替“你还小，大了再承担”

064

第四章 让孩子更好地与人交往

让孩子勇敢地走出去交朋友

——“咱们一起去……家玩”代替“你在家自己玩吧”

069

让孩子宽容地待人待事

——“这次你原谅他吧，告诉他下次别再这样了”代替“以后别搭理他”

071

和朋友相处不能太小气

——“多考虑自己有没有做错”代替“以后少搭理他们”

074

对别人有爱心和同情心

——“去帮助需要帮助的人”代替“你什么都做不了”

076

学会接受和付出，主动表达自己的关爱

——“谢谢你的帮助”代替“你做的都是应该的”

080

让孩子学会对父母、对生活感恩

——“爱是互相的，要享有别人的爱、也要付出爱”代替“你就想着你自己”

083

让孩子遇事要能站在对方的角度考虑问题

——“你要是他，会做什么”代替“别理他，少来往”

086

让孩子乐于和别人分享

——“分享能收获更多”代替“看好自己的东西”

089



帮助孩子养成待人接物的好习惯

- “多对别人表示感谢”代替“孩子还小，长大就好了” 092

教会孩子一些基本的礼仪

- “做什么都要讲规矩”代替“看你像个什么样子” 094

第五章 对孩子学习的培养，好的教养方法很重要

让孩子学东西的时候能够坐得住

- “学的时候好好学，玩的时候好好玩”代替“就玩专心，快去学习” 097

孩子不爱学习，创造条件让孩子学习

- “你能帮帮我吗”代替“没得商量，快去学习” 099

喜欢阅读，让孩子用阅读充实自己

- “咱们一起读读书”代替“你就会读一些没用的” 101

让孩子拥有自由学习的时间和机会

- “孩子，你来安排学习时间”代替“成绩不好就要多学习” 103

孩子考试成绩下来了，多分析少指责

- “也许坏事也能变好事，咱们先看看这些题为什么做错了”
代替“这么低的分也好意思拿回来？” 105

孩子的能力比分数更重要

- “我们看看还欠缺什么知识点”代替“自己反省为什么分这么低” 107

自己解决玩和学习的矛盾

- “我相信你能学习好，也能玩好”代替“真不懂事，就知道玩” 109



早睡早起，也要学会利用闲暇时间

——“早点休息，好好安排时间”代替“快点快点，别偷懒” 113

把学到的东西用在日常生活中

——“原来知识这么有用”代替“一边去！别添乱” 115

在玩耍中培养孩子对学习的热情

——“试试能不能玩出名堂”代替“玩，玩，每天就知道玩” 118

注重培养孩子的自学能力

——用“学习要讲究科学的方法”代替“我来帮你学” 120

第六章 正确的教养孩子让孩子拥有学习的动力

怎样让孩子保持旺盛的求知欲和强烈的好奇心

——“这是怎么回事，咱们一起学习”代替“你自己去查查” 123

让孩子养成独立思考的习惯

——“你自己想想怎么做”代替“爸妈帮你” 127

激发孩子的探索精神

——“孩子，去做吧”代替“别搞砸了” 130

热爱学习，积极主动

——“学习是自己的事情”代替“好好学习，给爸妈争气” 132

自己找到学习的乐趣所在

——“学习是件很有意思的事情”代替“学习本身就很枯燥” 135

鼓励孩子参加竞赛

——“用比赛考查自己的能力”代替“一定要赢不能输” 138

有了计划要执行

- “今日事今日毕”代替“没完成计划再说” 140

制定切实可行的目标

- “目标定好了就要执行”代替“这个目标太难了” 142

有创造性地解决问题

- “想想还有没有别的办法”代替“办不到就算了” 145

选择了方向就要坚持下去

- “多一分坚持，多一分收获”代替“坚持不下来就算了，下次再来” 147

虚心向他人学习

- “多学学别人的优点”代替“做好自己就行了” 151

遵守规则，不要做不该做的事

- “这个事情绝对不许做，一次都不行”代替“这次做了，下次就不能做了” 154

第七章 孩子也要认识钱，早教育早受益

告诉孩子，钱到底是怎么回事

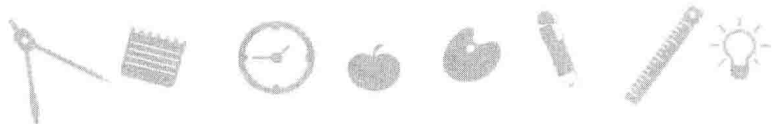
- “钱是用来交换的”代替“钱是家里就有的” 158

告诉你的孩子钱是从哪里来的

- “钱是付出得来的报酬”代替“钱是从银行来的” 161

给孩子创造机会挣钱

- “你可以做……来赚钱”代替“你别老想赚钱” 163



送给孩子一个储蓄罐，让他学会攒钱

——“看什么时候能攒到……”代替“你怎么老乱花钱” 166

告诉孩子生活要精打细算

——“买东西要做好计划”代替“想要什么买什么” 169

培养孩子的节流意识

——“省一元钱等于赚一元钱”代替“你怎么就知道花钱” 171

让孩子体验“贫穷”的生活

——“去过过苦日子”代替“真舍不得” 174

让孩子享受攒钱的喜悦

——“这是你这辛辛苦苦攒下来的钱，由你自己支配”代替
“想要什么？说出来” 176

帮助孩子养成记账的习惯，弄清楚钱去了哪里

——“看看钱去了哪里”代替“钱怎么又花完了” 178

培养孩子的消费观

——“这个更适合你”代替“这个太贵了，看那边便宜的” 181

培养孩子的投资意识

——“钱能生钱”代替“你太小，别问” 182

帮助孩子戒掉贪念

——“这是你应得的”代替“这些都是你的” 185

让孩子坦然接受贫富差距

——“我们一起努力改变现状”代替“我们尽力满足你” 187

第八章 孩子有了问题，及时教育

听不进去意见和批评

——“别人批评你是希望你进步”代替“批评你就是你不对” 191

总是讲脏话，制止以后讲得更多了

——“说脏话能证明什么呢？告诉我好吗”代替“再说脏话
看我怎么收拾你” 193

总是觉得自己不行

——“你自己能行”代替“你不行，你做不好” 195

不高兴了就发脾气

——“你看上去很失望”代替“你想怎么样” 197

不关心网络以外的任何东西

——“去看电影好不好”代替“除了上网你还知道什么” 199

经常与人发生矛盾

——“原谅别人无心犯的错误”代替“别老跟别人闹矛盾” 200

遭遇挫折以后很颓废

——“你一定能自己站起来”代替“摔疼没有？我帮你起来” 202

太在意胜负

——“输赢只是个结果”代替“输了就是不行” 204

只能赢，输不起

——“输了不丢人，看看为什么输”代替“笨，又输了” 206

和家长顶嘴

——“怎么回事，能跟我讲讲吗”代替“又犯错，搞什么” 208



心理承受力太差

——“这有什么”代替“没事儿，有爸妈呢” 210

第九章 警惕这些家长在家庭教育中常犯的错误

随便许诺，许诺以后不能满足孩子

——“考试成绩好了证明你的努力没白费”代替“你只要考好了，你想要的都会买给你” 213

不给孩子留面子

——“咱们回去再说”代替“当着大家的面，你给我讲清楚” 217

跟孩子较劲，不允许孩子说话

——“我们也有错”代替“你错了就是错了，还顶嘴” 218

不注意言传身教

——“我们做你的榜样”代替“你别跟我们学” 220

父母太严厉，对孩子没有一点鼓励

——“不要泄气，再努力一下就能成功”代替“你就会找麻烦” 222

恐吓孩子，破坏孩子的安全感

——“我什么时候都爱你”代替“我不要你了” 223

父母总是太强势

——“你能帮帮我吗”代替“你总是什么都做不好” 225

用金钱和孩子谈条件

——“你做到了咱们可以出去玩”代替“你完成了给你多少钱” 228

偷看孩子的日记

——“我不是故意的，以后不会再这样”代替“我有权知道你的一切” 230

第一章

教和养并不是对立的，拒绝发生“管束越多，距离越远”的情况

为什么父母管得越来越严，孩子却越来越任性

——“给孩子松松绑吧”代替“我就要管到底”



家教小故事：

一个原本优秀的孩子上初中以后变得问题不断，按照他妈妈的说法就是，老给她惹麻烦。为了让儿子变得乖一些，这个妈妈制定了很多规矩，可是，儿子还是难管得不行。现在，他老是逃课去听自己喜欢的音乐会，或者去游戏厅打游戏。每天到了放学的时间也不回家，父母问一句，儿子就有一百句等着。妈妈越来越生气，放下一句狠话：“我就要管到底。”可是母子俩的关系越来越糟糕，妈妈很闹心：到底该怎么办呢？

“为何不试着给孩子松松绑呢？我们要尊重孩子的个性，给他适当的引导，最好不要事无巨细地插手他的生活。”做了几十年教师的邻居向男孩的妈妈提议说。然后他们又谈了好多具体的做法。妈妈终于明白了，孩子就像一副弓箭，妈妈拉得越紧，孩子跑得越远。



好爸妈支招：

我们的孩子就像一张张白纸，父母的经验比孩子多得多，他们总是希望把自己的经验传授给孩子，从而让他们少摔跟头、少走弯路。如果孩子能够按照父母的要求做，就会少走很多弯路，也能轻松很多。可是，孩子能事事都问父母怎么做吗？

我们见过太多的父母和孩子之间因为管教太严导致亲子关系恶化的例子；也见过太多由此引发的悲剧：孩子跟父母拧着干，在该好好学习的年纪放弃学习，在该好好学本领的年纪消沉下去。他们这样做，只能让自己的人生不圆满。孩子小、不懂事，这就需要家长正确地帮助孩子。

当孩子离我们越来越远、越来越不服管教的时候，是不是就是家长该主动放手的时候呢？告诉自己：“给孩子松松绑吧。”让自己不要再过多地干涉孩子，也许，孩子就能体会到父母的良苦用心，回到父母身边来。

尽管父母觉得孩子是自己的，但是“我就要管到底”的想法也是不可取的，不能因为一时的痛快就过多干涉孩子的生活，不能让孩子离我们越来越远。当父母真正理解了这一点的时候，一定会拥有良好的亲子关系。

努力想做个称职的父母，却得不到孩子的认同

——“孩子你想要什么”代替“我给你安排的都是最有用的”



家教小故事：

琪琪上了中学以后，老是觉得自己的学习跟不上同学们。她想让爸爸妈妈在晚上辅导自己的学习，爸爸妈妈觉得琪琪的想法很好，但是他们两个人都很忙，不能保证每天都有时间辅导琪琪的学习。因此爸爸妈妈给琪琪请了一位家庭教师来帮助她。可是琪琪一点都不喜欢这位家庭教师。这位家庭



教师总是在教他自己认为重要的东西，而不重视琪琪提出的、她没掌握的知识。一个月下来，琪琪越来越不快乐了。

她把自己的烦恼讲给爸爸妈妈听，但是爸爸妈妈一点都不理解琪琪的苦恼。爸爸说：“琪琪，我上小学的时候根本就没别人辅导过我的学习，我的学习成绩依然很好。为了帮助你提高成绩，我们为你请了家教，你就应该跟着老师好好学习。你只要把老师讲的重点知识都学会了，一定会有不错的成绩。”

因为爸爸并没有体会到琪琪的心情，所以琪琪对上课更加反感了。她每天放学都不想回家，因为她不想面对只顾自己讲重点、一点不理睬琪琪没学会的家庭教师。她对学习也越来越没热情了。



好爸妈支招：

学习要尊重孩子的意见。琪琪的爸爸没有体会到孩子能否接受，直接生硬地给孩子安排好了一切，一段时期下来，效果并不理想。

每个家长都为教育孩子付出了大量的精力，相信每个做父母的人都能体会其中的辛苦程度。父母总是想把最好的留给孩子，让孩子少走些弯路，总是试着去做最称职的父母。但是，父母的这份苦心，孩子又能了解多少呢？

孩子对父母的苦心不认同，源于父母和孩子对于称职父母的认知不同。

称职的父母都是能克制自己的、有耐心的，他们非常善解人意，而且宽容孩子，当然，不是一时的宽容，而是一贯的宽容。

称职的父母不管孩子有没有犯错，都始终如一地爱着他们的孩子，用爱包容孩子的过失。

称职的父母随时做好准备帮助他们的孩子。他们对待孩子一点都不自私。比如他们会为了多陪孩子而推迟公务活动；哪怕再累，当孩子有问题时他们都会认真解答。



称职的父母对要做的事情总是进行深思熟虑，他们会寻找科学的育儿方法，然后按照这些方法做。他们总是想把教育的负面效应降到最低。

称职的父母会尊重孩子的个性和意见。

上述这些，常常让很多做父母的人汗颜，因为我们总是不经意间就搞砸了一些事情，对孩子造成了伤害。尽管这不是出于我们的本意。如果家长总是能够做得称职，那么，就不会有孩子的叛逆期了。所以，不用自责自己哪些方面做得不好，父母们要做的，就是在下一次伤害孩子或者伤害父母和孩子之间关系的时候，好好想一想。

记住，父母的苦心，孩子未必都能读懂，有的时候，父母的苦心会给孩子造成伤害。

每个做父母的人都为教育孩子付出了大量的时间和精力。可是，当我们的孩子违背父母的意愿，做了父母无法接受的事，或者当孩子指责我们的良苦用心都是错误的时候，我们都会很心痛。也许在下次父母和孩子之间发生争执时，我们会再也忍不住了，我们可能会发火、咆哮，甚至有时可能会恨不得把孩子赶走。

其实，孩子也有这样的想法。所有我们接触过的人都有这样的时刻。父母也是人，我们并不是无所不能、无所不知的。我们的性格和人生态度无不刻着我们过往经历的烙印。不管多么努力，我们也跳不出自己设置的框框。因此，我们必须允许自己坦然地做一个普通的母亲、一个普通的父亲，做一个努力完善自我却非十全十美的人。在教育孩子的过程中，我们必须认识到这一点。

孩子做错了事情，并不意味着我们就应该对此负责。哪怕我们一直给孩子做出一个光辉的、诚实的榜样，并且我们总是孜孜不倦地对他进行这方面的教育，但是孩子也可能做出让我们不能接受的事情。比如他们会对考试的结果撒谎，或者对自己的错误进行掩盖。这样的事很多父母都可能会遇到。遇到这些事情我们应该怎么处理呢？我们应该和孩子进行一次严肃的谈话，