

父母亲子教育经典

蹲下身来，在孩子的高度去了解他们

这样^和 孩子沟通 最有效



Zheyang he Haizi
Goutong Zui Youxiao



与孩子一起共同跨入美好的明天

父母如果与孩子不能进行积极的沟通，
会影响两代人的生活

中国纺织出版社

父母亲子教育经典

这样^和 孩子沟通 最有效

与孩子一起共同跨入美好的明天

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

这样和孩子沟通最有效/欣悦编著. —2版.

—北京:中国纺织出版社,2011.2

ISBN 978-7-5064-6939-5

I. ①这… II. ①欣… III. ①儿童教育:家庭教育

IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第206975号

责任编辑:王学军 加工编辑:郑 澄

责任印制:刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京世纪雨田印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年2月第2版第6次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:18

字数:250千字 定价:29.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换



Preface

孩子细小时,由于比较幼稚、简单,对父母的依赖性较强,许多事情都要对父母讲;父母对孩子也倾注了较多的关心和爱护,所以这时相互间的沟通一般问题不大。

随着孩子逐渐长大,知识面拓宽,开始学会自己观察、思考后,对一些问题有了自己的看法,有时觉得有些事情没有必要跟父母说,这样父母对孩子就会缺乏了解,相互间的沟通就显得十分必要了。

父母与孩子如果不能沟通,实际上会完全丧失教育权力。

例如在校园暴力中受侮的学生反而自杀的事件,人们感到奇怪,为什么这些孩子受到欺负不敢向父母述说,非要选择自杀这条路呢?其实就是因为亲子间平日缺少沟通,孩子们误认为如果告诉父母,父母不会相信,自己反而会挨打。可见,亲子间如果不能沟通,孩子远离父母,实际上等于父母完全丧失教育权力。

父母如果与孩子不能进行有效的沟通,肯定会降低教育效果。现在不少家庭所谓的家庭教育也只是在表面进行。表现如:

- 父母对孩子的需要不了解,只是父母一厢情愿地向孩子唠叨;
- 父母主观地判定孩子的问题,然后进行教育;
- 父母对孩子的接受水平不了解,想用成人熟悉的有分量的概念去打动、启发孩子。

父母如果与孩子不能进行积极的沟通,会影响两代人的共同进步。当今的时代是晚辈文化时代,也就是说现在长辈所掌握的文化逐渐不能适应时代的要求,只有那些和时代同时成长的一代,能批判性地继承长辈文化并迅速掌握最新知识不断创新的年轻人,他们所掌握的文化才代表了时代的特征。这样,两代人



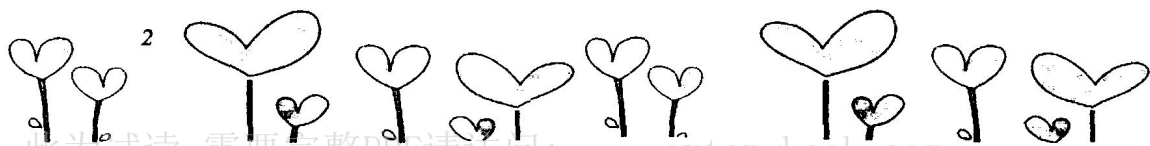
的互相学习,积极健康的沟通,才能带来两代人的共同进步。这里重要的是父母要习惯于主动向孩子学习。

传统教育孩子的方式,由于过分严厉,或是父母以供养者的态度对待孩子,都容易导致孩子的反感,这种单向的教育态度,一度成为教育研究者的攻击目标。

过于自由放任的教育政策也会导致像二十世纪六七十年代西方出现的种种青少年的问题。曾一度成为传统教育支持者反攻的论据。

其实,每种教育方法都有它的优点和缺点,养育孩子的态度,并非有千篇一律的规条,无论采用哪一种教育方式,最重要的是因材施教,采用你与孩子都适合的教育方式进行沟通。

编者



CONTENTS 目录

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO

第一章

问题来了

- 1 / 一位母亲的忏悔
- 3 / 报道一:抑郁的孩子越来越多
- 3 / 报道二:过早凋谢的花蕾
- 3 / 报道三:触目惊心的弑亲案
- 4 / 震惊之余
- 4 / 原因在哪里

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO

第二章

陷阱:沟通在哪里出了问题

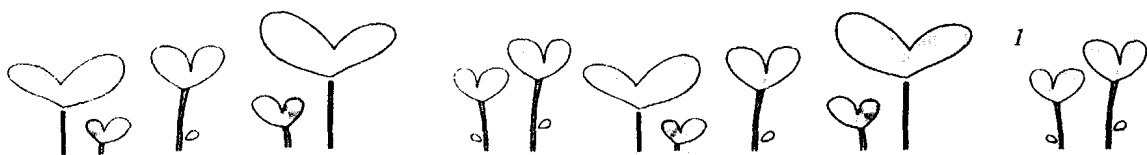
- 7 / 理想化的沟通模式
- 8 / 父母自以为是
- 9 / 孩子以自我为中心
- 10 / 传媒与科技的影响
- 12 / 家庭结构的改变

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO

第三章

父母的角色

- 13 / 孩子的一面镜子
- 14 / 言传身教不可偏废
- 15 / 注意自己的一举一动
- 16 / 明白自己的职责
- 17 / 角色,需要调整
- 18 / 威信的误区
- 19 / 一位家长谈感受



第四章

孩子需要高素质的父母

- 21 / 素质是一种影响力
- 22 / 思想品德素质
- 23 / 文化素质
- 23 / 心理素质
- 25 / 掌握一点心理学知识
- 26 / 一位科学家的母亲

第五章

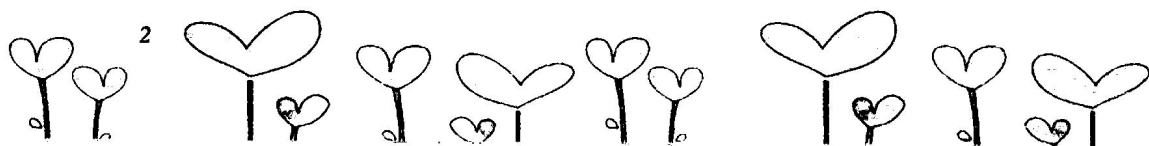
静下心来倾听

- 29 / 为什么要倾听
- 30 / 把握倾听的时机
- 30 / 用心
- 31 / 关注
- 33 / 不要三心二意
- 34 / 要有耐心
- 35 / 反应性倾听
- 36 / 读懂孩子的身体语言
- 37 / 别急,孩子说谎有原因

第六章

民主、平等、尊重

- 39 / 树立科学的孩子观
- 40 / 先做父母,再做朋友
- 41 / 好父母敢认错
- 43 / “希望你们以此为戒”
- 44 / 改改说话的“口气”
- 45 / 学会尊重
- 48 / 把握尊重的“度”





第七章

有一个良好的沟通环境

- 51 / “孩子在生活中所学到的”
- 52 / 聪明的孩子需要好环境
- 52 / 孩子的“摇篮”
- 53 / 家庭氛围对沟通的影响
- 54 / 创造有利于学习的沟通环境
- 56 / 注意沟通环境的一致性
- 57 / “宽松”的环境有利于沟通
- 58 / 学校和家庭之间的沟通很重要

目

录

M U L U

第八章

升华“爱”的境界

- 59 / 把爱放在第一位
- 61 / 对孩子的爱是无私的
- 62 / 爱的三个方面
- 64 / 真爱的原则
- 64 / 寓爱于“严”
- 66 / 教子以义方
- 67 / 爱其子必为其计深远
- 68 / 给予孩子理性的爱
- 69 / 让孩子明白你对他的爱
- 71 / 不要让爱失衡
- 73 / 教会孩子爱父母

第九章

艺术性地教育、感化孩子

- 75 / 教育孩子的原则
- 76 / 利用情景教育孩子



- 78 / 找到“说教”的切入点
- 79 / 循循善诱
- 80 / 尊重孩子的天性
- 82 / 父母该做的
- 84 / 因性格施教
- 85 / 尊重孩子的心理规律
- 86 / 淡化外来的理由
- 87 / 重视身心和谐
- 88 / 让孩子感受到赞赏与期待
- 88 / “空白”是一种内涵

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第十章

几种教育孩子的经典理念和做法

- 91 / 易子而教
- 92 / 用故事警示弱点
- 93 / 荻草为笔,大地作纸
- 94 / 以节俭为本
- 96 / 遇物则海
- 96 / 良好的家庭环境与开明的父母
- 98 / 从精神层面去塑造孩子

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第十一章

善待孩子的青春期

- 101 / 青春期孩子的特点
- 102 / 孤独感
- 103 / 自我封闭
- 104 / 脾气暴躁
- 105 / 与父母“作对”
- 105 / 正确认识孩子的青春期





- 141 / 任性是一个缺点
- 142 / 任性的根源何在
- 143 / 威廉·科克的观点
- 144 / 对症下药
- 144 / 正确地运用权威
- 145 / 要对孩子晓之以理
- 146 / “冷”处理
- 146 / 提前预防
- 146 / 适当地允许
- 147 / “胳膊扭不过大腿”
- 148 / 让孩子体验群体生活

- 149 / 健康心理的特征
- 150 / 孩子的心容易“感冒”
- 153 / 对孩子心理发展的辅导
- 155 / 帮助孩子正确评价自己
- 157 / 帮助孩子调整心理状态
- 159 / 缓解孩子的心理压力
- 160 / 当心 IAD 症
- 161 / 帮助孩子淡化负面心理
- 162 / 当孩子遇到挫折时
- 163 / 让孩子知道什么才是“不幸”
- 164 / 潘多拉的盒子
- 167 / 对待逆反心理的原则
- 168 / 孩子的心理不容虐待
- 170 / 当孩子的心理有问题时





- 171 / 教孩子学会自我松弛
- 172 / 不要压抑男孩的“刚”性
- 173 / 对心理缺陷的运动治疗
- 174 / 中医心理疗法

目

录

目

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第十六章

告诉孩子：快乐自己决定

- 177 / 快乐不需要理由
- 178 / 养成快乐的好习惯
- 179 / 让孩子知道“笑”的好

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第十七章

关爱孩子的内心

- 181 / 每个孩子都有秘密
- 182 / 对待孩子秘密的态度
- 183 / 不要窥视
- 183 / 孩子是可以了解的
- 184 / 知道孩子的心里在想什么
- 186 / 该干预的时候不要犹豫

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第十八章

解开孩子情绪的“结”

- 187 / 情绪变化是正常现象
- 188 / 防止情绪“转嫁”
- 189 / 不要让孩子患“红眼病”
- 191 / 孩子害羞怎么办
- 191 / 孩子顶撞怎么办
- 193 / 适当地加以引导
- 195 / 让孩子宣泄
- 197 / 让孩子自我控制愤怒

- 198 / 花草可以改变孩子的情绪
- 199 / 不要被孩子的虚假情绪迷惑

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第十九章

批评、惩罚孩子的艺术

- 201 / 以正面引导为主
- 201 / “悄悄”地进行
- 202 / 掌握好时机
- 203 / 要相互配合
- 203 / 犯错就要“挨罚”
- 204 / 惩罚不是“打”
- 205 / 惩罚的形式多种多样
- 206 / 弄清情况
- 206 / 要宽容真诚
- 206 / 辅以说理
- 208 / 和孩子商量
- 208 / 惩罚应该适度

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第二十章

代沟怎样“填”

- 209 / 代沟现象种种
- 211 / 对孩子们的调查
- 215 / 代沟是怎样形成的
- 216 / 代沟,父母必须正确面对
- 218 / 怎样对待代沟现象

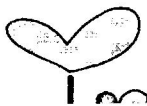
ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第二十一章

融洽亲子关系

- 221 / “母亲的教育是生命的教育”
- 222 / “亲密度”的重要性





- 250 / 让孩子佩服你
- 251 / 取得孩子的“认同”
- 252 / 激发孩子说话的兴趣

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第二十四章

跟孩子说话的讲究

- 253 / 说话是一门艺术
- 253 / 掌握好说话的时机
- 254 / 父母的自我状况很重要
- 254 / 做孩子的好参谋
- 255 / 赏识孩子
- 256 / 纠正孩子的语言
- 256 / 话不在多
- 257 / 等孩子把话说完
- 257 / 允许孩子申辩
- 259 / 非语言交流的运用

ZHEYANG HE HAIZI
GOUTONG ZUIYOUXIAO



第二十五章

父母的忌语

- 261 / 孩子初来人间
- 261 / 你的孩子快乐吗
- 263 / 父母要忌说哪些话
- 270 / 不要总是唠叨
- 271 / 不要说孩子的坏话
- 272 / 不要笑孩子游戏
- 272 / 父母不该说的话
- 273 / 孩子不想听的话



觉得对不起张国荣。还说10年后到香港找张国荣的墓碑,去看他。孩子的笔记本上也写满了张国荣的名字。”

“孩子最近学习下降,我没察觉到。孩子一直学习挺好,学习下降,肯定有原因,我就是一瞬间没抓住孩子的思想。情窦初开的小女孩心里到底怎么想的,什么心理状态我不知道。”

“崇拜偶像到底是怎么回事,心理到底是什么状态,我都不明白。这门课我是太陌生了,我上学时候社会都是千篇一律,没这些东西。当初我喜欢邓丽君的歌,但也没像孩子陷这么深,对张国荣的血型、星座、爱好一口气都能说出来。张国荣一喜一悲都牵动她的心。”

“我平时跟孩子也沟通,孩子在家也讲老师、学校、同学怎么回事,我就跟她说,社会很复杂,将来会遇到越来越多的问题,到学校最终目的是把知识学到手,同学之间出现小摩擦很正常,要学会善待别人,她也听得进去。现在孩子不太愿和人深交,学习好的同学之间相互嫉妒,互相不说实话,没有真心朋友。”

“学生早恋现在比较普遍,我告诉她男女之间感情问题很复杂,将来上大学或是大学毕业再谈也不晚。孩子还跟我表示说将来要独身。其实孩子的真实思想还是没有跟我沟通。”

“我这孩子从小到大没让我操过一点心,同事朋友都羡慕我。上小学多次当过校三好学生,初中一年级期末考试是全年级第一名。我从小就培养她的演讲能力,还花钱让她上校外英语班,她英语口语特别好,英语演讲获得学校第一名。10岁时学电子琴,看着谱能弹曲子。孩子心地特别善良,特别懂事。今年都一米七了,特别秀气、文静,走在街上,人家说我们像姐妹俩。”

“眼看还有四年孩子就上大学了。我文化程度有限,她爸爸又下岗。正当我为孩子的成长感到高兴、骄傲得不行的时候,孩子突然离我们而去。我付出了这么多年心血,到最后还是失败了。”

“为这一个孩子,父母付出多少!家里条件有限,但只要她愿意,我们在学习方面都满足她,英语复读机、计算器都挑好的买。她喜欢游泳,我们带她到旅顺。我们能做的都做了。”

“我就是一刹那没抓住孩子的思想,结果就发生了这样的悲剧!现在看,还是没跟孩子沟通好,始终没有走进孩子的心灵深处,孩子最心里的话并没跟我讲。”

