



父母应该

WORDS PARENTS MUST COMMUNICATE WITH CHILDREN

对孩子说的

100句话

激励孩子的100金句，开拓孩子黄金人生
爱与赏识是孩子成长的催化剂。

孩子正是在不断地喝彩声中
体验到成功的喜悦！



中国商业出版社

父母应该



WORDS PARENTS MUST COMMUNICATE WITH CHILDREN

对孩子说的

100句话

杨学强 钟森森/编著



中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

父母应该对孩子说的 100 句话/杨学强,钟森森编著.
—北京:中国商业出版社,2005.12

ISBN 7-5044-5523-7

I . 父… II . ①杨… ②钟… III . 家庭教育
IV . G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 146276 号

责任编辑 刘毕林

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺 1 号)

新华书店总店北京发行所经销

中国人民解放军第四二零工厂印刷

2006 年 2 月第 1 版 2006 年 2 月第 1 次印刷

787 × 1092 毫米 16 开 15 印张 201 千字

定价:26.80 元

* * * * *

(如有印装质量问题可更换)

版权所有 翻印必究

前 言

当今社会，伴随着社会、经济发展而来的人才竞争，以及社会群体人生观、教育观、家庭观等观念的转变，使青少年承受着更多更重的心理负荷，若不能及时地疏导与调节，就容易导致严重的心理障碍，对其个人的成长与发展以及社会、家庭带来不良的后果。

“家庭是人生的第一所学校，父母是孩子的第一位老师。”孩子的思想、言行、气质等独有的人格品质都是在家庭教育中逐渐形成和完善的。家庭教育进行得好，不仅能使孩子朝良好方向发展，而且终生受益。而如何鼓励和批评孩子，与孩子的交流之道更是家庭教育中的关键环节。因此，作为孩子的第一启蒙老师和引路人的家长，应该做到哪些方面呢？本书将会给你许多有效、科学的建议。

父母的话语是世界上最美好最自然的媒介，声音是最自然最贴人心的教育媒介，在众多的声音中，父母的话语又是最具教育功能的“天籁”。

父母与孩子正确地交流、沟通是整个家庭教育的重要组成部分，在人

父母应该对孩子说的 100 句话

的身心发展过程中所起的重要作用是学校教育和社会教育所不能替代的。父母和孩子说的话对青少年的心理影响很大，根据某项对青少年的心理状况调查分析，发现一些孩子的心理问题的克服、矫治，必须依赖于家庭教育，特别是与父母的良好沟通，方可取得较好的效果。但广大家长目前深感缺乏这方面的知识、材料。因此，我们特别编写了这本《父母应该和孩子说的 100 句话》，论述家庭教育的基本原则与具体方法，为家长提供具有实践性和可操作性的教育建议，以期能提高家庭教育的水平与质量，使青少年得以健康成长。



目 录

第一章 当孩子犯错时应该说的话

“每个人都需要他人的帮助，不要只考虑自己的感受”	2
“按照自己的想法去做”	4
“说谎的人会失去别人的信任”	6
“把自信找回来”	8
“骂人是最可耻的行为”	10
“私拿家里的钱是很坏的行为”	12
“人的时间有限，游戏可以玩，但不能沉迷其中”	15
“想要发表意见时，请等别人把话说完”	17
“想要发脾气时可以先喝杯水”	19
“旷课是对自己的不负责任”	21
“你应该成为大家都喜欢的人”	23
“做任何事情都要考虑别人的感受”	25
“用爱化解矛盾和冲突”	27
“诚实比分数更重要”	29
“无论怎样动手打人都是错误的”	32

第二章 询问孩子时应该说的话

“一个人的成长和他所交的朋友有很大的关系”	36
“朋友交往要信任坦诚”	39

“只有合适的,才是美丽的”	41
“千万不要被身上的小障碍打败”	44
“一定要把钱花在有价值的地方上”	46
“人的生命只有一次,而且不只属于你一个人”	48
“人要有主见,不盲从”	50

第三章 表扬、鼓励孩子时应该说的话

“将理想坚持到底吧”	54
“有比别人强的信心,就是胜过别人最大的资本”	56
“对未知事物感到好奇是最好的品质”	59
“自信地秀出你自己,相信你是最棒的”	61
“凡事都要勇敢地尝试”	63
“自己的事情要独立完成”	65
“一种方法不奏效时就换一种试试”	68
“寻找失败的原因而不是为之苦恼”	70
“只要努力,再大的失败都可以改写”	72
“父母了解你,才能帮助你”	74
“只要你肯努力,没有谁会轻视你”	76
“成功时找出自己的差距,有助于日后的进步”	78
“以一颗平常心对待考试”	80
“有效率才有机会”	82
“就朝着自己的梦想努力吧”	84
“你真棒!你能行!”	86
“相信自己,不要随便给自己扣“笨孩子”的帽子”	89
“我很欣赏你在这方面的才能”	92

第四章 当发现孩子有不良习惯时,应该说的话

“要锻炼自己独立性”	96
“让我听听你的想法”	98

“每个人身上都有值得你学习的地方”	101
“劳动让人更快乐”	103
“宽容能收获更多的幸福”	106
“要学会说‘谢谢’”	109
“不要因为小困难而丧失学习的热情”	112
“养成良好的时间观念是一个人做事成功的基本前提”	114
“善于观察才善于发现”	116
“我相信你能照顾好自己”	118
“耐心是金”	121
“学会积累幽默感”	123
“不要让消极的情绪控制你”	126
“所有困难都怕勇敢的人”	128
“你也拥有很多让别人羡慕的地方”	130
“凡事都要有个计划,学习也是一样”	132
“偏食会对健康带来不良影响”	135
“尊师是一个人必须具备的优良品德”	137
“做任何事情都要一心一意”	139
“欲速则不达,要学会冷静行事”	141
“越珍贵的东西越要懂得与人分享”	143
“炫耀是没有内涵的表现”	144
“嫉妒会使人变得心胸狭窄”	146

第五章 日常生活中应该说的话

“每个人都是独一无二的”	150
“试着自己解决这个问题”	151
“我们一起来讨论这个问题”	153
“养成良好的阅读习惯会让你受用终生”	156
“仁爱是人类最光辉灿烂的人性”	158
“自己的事情自己作决定”	161
“如果你爱你妈妈的话,你就应该 帮助妈妈做一些小事情”	163

“明天再请教老师一下”	165
“要以尊重别人的态度去表达自己的意见”	167
“孩子你的进步很大，我为你感到高兴”	169
“你可能是误会别人了，不妨换个角度想想”	171
“你很棒的，为何不试着让大家多了解你一点呢”	174
“我只能陪你一小会儿”	176
“倾诉是最好的缓解心理压力的办法”	178
“像个男子汉那样思考和行动”	180
“要学会更合理的分配时间”	182
“把心中的感受都说出来就可缓解紧张”	184
“父母对你们的爱都是一样的”	187
“让我们一起打招呼”	189
“即使不耐烦也要保持礼仪”	190
“你要学会保护自己！”	192
“敢于提问的人才是勇敢者”	195
“孩子，抬起你的头”	197
“迎着每一天的朝阳，乐观向上”	199
“分数并不是最重要的，重要的是你真正努力了”	202
“想哭就哭吧”	204
“帮助人是为了给人快乐，不是为了获得金钱”	206
“每个人最终都要面对死亡”	208
“自觉约束自己的行为，这是对自己负责的表现”	210
“既然是你做错了事，那你就得承担责任”	213
“任性的行为是不受欢迎的”	215
“玩乐也要有个度”	217
“凡事都要讲求效率，学习也是一样的”	219
“男生可以做好的事情，女生能做得更好”	221
“告诉自己，我能做到”	224
“要学会融入到集体中去”	227
“一生中总免不了各种挫折，关键在于正确地认识它”	229



NO.1

第一章

当孩子犯错时应该说的话



第一句话

“每个人都需要他人的帮助， 不要只考虑自己的感受”

不知怎么，陈晓波越来越以自我为中心了。在学校里和同学一起打篮球的时候，晓波从来都是自己一个人带球，然后自己一个人上篮，不会想着和队友配合。如果别人稍微有一两个球忘记传给他的话，他就会发牢骚：“怎么不把球给我？你们怎么能这样？”同学们都觉得晓波太自以为是了，渐渐地疏远了他。

在家里，要是一家人正在看电视的话，晓波绝对是把遥控器紧紧地握在自己的手里，而且找的节目都是他自己喜欢看的，他心里才不会考虑到爸爸妈妈是否也乐意和他看一样的节目呢。晓波觉得：反正只要我自己觉得快乐、开心就OK了，我才不会管他人咧！

这天，妈妈和晓波商量一件事。妈妈问道：“隔壁小可要过些天要参加英语口语比赛，你可以把你的MP3借给她用几天吗？”

晓波大声地拒绝道：“什么？凭什么把我的东西借给别人，那是我的。她参加比赛与我何干？”

妈妈听罢，也故意夸张地回应道：“与你何干？那么，我以后也像你对别人一样对你，你觉得如何？”

晓波没有说话，脸“唰”地一下红了。

妈妈意味深长地说道：“孩子，每个人都需要需要他人的帮助，不要只考虑自己的感受，若是只以自我为中心，那么，你会无意中失去很多很多

的，好好想想妈妈的话吧。”

晓波惭愧地低下了头……

有些孩子自我中心意识很强，常常不会为他人着想，也不会考虑他人的感受。那么，当你的孩子出现这样的情况时，父母应该如何正确的教育呢？

首先，父母应该直接指出孩子的错处，反问他：“那么，我以后也像你对别人一样对你。”让孩子自己思考问题所在。父母要鼓励孩子多与外界交往，在交往中学习宽容、忍让。通过“换位法”引导孩子站在别人的角度去考虑问题，改变只顾自己，无视他人的坏习惯，克服狭隘、自私的思想。让孩子有与他人分享物品的机会，有团结互助的习惯，懂得互惠互利，多为孩子提供结交朋友和接触社会的机会，提高与外界的交往能力，这是避免和改变以自我为中心的行之有效的办法。

当然，这个毛病并非一朝一夕就能改掉的。所以，父母平时还要做到不娇惯溺爱孩子。在为孩子提供必要的物质条件的同时，还要培养他们艰苦朴素的生活作风，增强劳动观念，克服懒惰、依赖情绪。因为，优越的物质生活不仅容易使人消极、颓废，不思进取，而且容易使人变得贪婪、无休止地追求个人利益，所以培养勤劳朴实的性格是克服自我中心的关键所在。

此外，还要对孩子进行必要的“挫折教育”，使孩子在挫折中锻炼意志，提高自制能力，克服固执、任性和娇气，学会理智地看待客观事物。

专家建议：

- 父母在和孩子沟通的时候，要跟孩子谈道理，要直指孩子做错的

地方，谨记“以身作则”这个育儿要则。

● 现在的孩子多半由于缺乏生活磨炼，社会经验不足，加上凡事都喜欢依靠自己的力量去完成，所以，常常是“不撞南墙不回头”。因此，人为制造一些困难和障碍，有利于他们在挫折中提高认知水平和社会适应能力。

第二句话

“按照自己的想法去做”

毛毛刚上初中，因为没有适应初中生活的学习方式，毛毛变得有点厌学了，回到家也不像过去那样立刻回自己的房间里写作业，而是一屁股坐在沙发上，打开电视看了起来。他心里面想的是，反正有一大堆的作业，先看看动画片好了，然后再去完成作业吧，要不然，做完作业后，动画片的片尾可能都看不着了。

毛毛的妈妈也注意到了孩子的变化，她经过很多次观察，打算找个恰当的时机和孩子沟通一下。

这天，毛毛回到家里，把书包一搁，就立即迫不及待地打开电视，搜索自己喜欢的动画片。妈妈等毛毛看完动画片后，便走了过来，笑眯眯地对他说：“动画片好看吗？”

毛毛回答：“特别好看。”

妈妈接着说：“不过，你现在好像变得不太喜欢做作业了，能告诉妈妈原因吗？”

毛毛挠挠头，说道：“那是因为，作业太多了，我想把动画片看完后，再去写作业的，我会认真完成作业的。”

妈妈微笑地抚摸着孩子的头，说道：“现在妈妈了解原因了，你就按照自己的想法去做吧，不过，在看过动画片后，一定要更加专心地写作业哦！”

毛毛感激地回答道：“是的，谢谢妈妈，理解万岁！”

生活中，我们经常看到孩子不愿写作业，不会自觉写作业或是在写作业的时候发呆等等情况，父母可能立刻有这样的想法：为什么孩子这么不自觉，为什么他这么不专心，为什么没写作业就去看电视了？难道要等我去骂他才会去写作业吗？

事实上，孩子与父母的想法是不一样的。孩子之所以不愿意写作业可能有很多原因。例如，孩子做作业不专心可能是因为生病了，身体有些地方不舒服；当他突然变得不喜欢写作业了，也许是学习上遇到了困难，所以变得害怕学习了。父母们应该在仔细观察和孩子详细沟通原因后，再作结论，下定义。

父母应该培养孩子的独立意识，让孩子从小按照自己的观点和主张做事，不要事事依靠父母或其他人，当别人和自己的想法不一样时，要让孩子学会与人沟通，进行观念和主张上的调和，最终达成统一。

针对孩子不想做作业的事实，父母应该体谅孩子。不单是小孩，成人有时候也会有什么都不想干的时候。让孩子感到父母明白自己的感受，并不是只会责骂自己，自己原来并不是不能向父母敞开心扉，完全可以和父母交流自己的思想。这么一来，孩子才会愿意对父母打开心窗交谈。

此外，不当要对孩子表示体谅，还要进一步探询孩子不喜欢做作业的原因，这样才能对症下药，找出解决问题的方法来。

家建议：

- 让孩子自己安排自己的学习时间，不要强迫孩子，这样不但有助

于孩子养成自觉学习的好习惯，还有助于孩子独立精神的培养。

- 给孩子一些温柔、鼓励的眼神，让他们感受到你的关心。

第三句话

“说谎的人会失去别人的信任”

这天，数学段考的成绩下来了。李小余看着满是红叉的试卷，唉声叹气起来。他心里很清楚，这次考试本不应该考得这么糟糕的，可就是因为自己的粗心大意，匆匆忙忙答完题，没有认真检查一遍，所以很多题就这样白白地丢分了。

回家的路上，李小余一直在想着如何向爸爸妈妈解释这件事情，唉，要是他们看到这张试卷，非臭骂自己一顿不可。“要是这张试卷不见就好了，对了，就告诉他们试卷不见了。”这个念头瞬间浮现在李小余的脑海中。

回到家，爸爸第一时间询问了数学段考的事情：“怎么样，段考试卷发下来了吗？让我看看这次老师出的数学题型吧。”

李小余故意装着在翻书包的模样，可是就是没把试卷翻出来。当然了，他早已把试卷藏得好好的了。他故作焦急状，说道：“天呀，试卷怎么不见了？难道我弄丢了吗？”

虽说李小余的“表演”看起来很成功，但是还是逃不过老爸的“火眼金睛”的，于是，爸爸说道：“试卷真的找不到了吗？其实，不管这次考试成绩如何，都不是最重要的，我主要想了解一下你到底在哪些地方丢了分，再根据这些情况对你进行相应的指导。希望你能了解我说的话。”

听罢爸爸的话，李小余的脸渐渐红了起来，他低声地说道：“实际上，

试卷没丢。我只是把它收起来了。对不起，爸爸，我说谎了。”

爸爸严肃地说道：“孩子，你要知道，说谎的人会失去别人的信任，我希望你做个诚实的人。告诉爸爸，你能做到吗？”

李小余感激地望着爸爸，坚定地点了点头。

孩子说谎实在是一个严重的问题。而且一旦说谎成为孩子的习惯，那就很能戒除了。所以，面对孩子说谎的问题，父母们一定要抱着认真的态度去处理。

教育说谎话的孩子，一定要注意批评的技巧，切不可一味地批评、打骂孩子。

当发现孩子说谎时，父母要弄清楚孩子说谎话的原因，一般情况下孩子说谎是模仿成人行为的结果。父母在日常生活中由于应付某些特殊情况而不得不讲假话时，孩子不加分析、判断就会全盘模仿。

此外还有可能是因为逃避责任，免遭打骂和惩罚。孩子有时是在环境的压迫下才说谎的，而且只有当发现说谎可以逃避责任，免遭打骂和惩罚，才真正有意识说起谎来。

有时候对于孩子的无意说谎，家长不必过于追究，因为随着孩子认识能力的提高，这种现象会慢慢消失。而对于有意说谎的孩子，则要严肃对待。有意说谎通常带有明显的欺骗目的。当他们知道一旦讲出事实真相将要受到惩罚时，就可能用谎言来掩盖事实。或者，当孩子意识到不隐瞒事实将得不到社会承认或家长表扬时，也可能采用说谎的手法。

针对这一点，家长可以对孩子说：“说谎的人会失去别人的信任。”增强孩子的自律意识，自觉地改变说谎的坏习惯。

家建议：

对于爱说谎的孩子应该怎样教育呢？

● 不要用成人的道德标准来责难孩子。小孩子说谎的动机往往不是为了损人利己，伤害他人，而是一种自我表现，自我想像，不可轻易用道德、良心之类的语言指责孩子。父母要言之有信。许多父母为了诱导孩子完成一件任务，便信口开河许下诺言，却不信守诺言，这样容易使孩子产生抵触情绪。

● 家长要在家庭中形成宽容的氛围。不要过于苛求和责难孩子，更不能用体罚来对待孩子的过错，不要让孩子形成恐惧感，是防止孩子说谎的重要条件。对于孩子的有意说谎，要进行认真的调查和分析，用事实真相来点穿谎言，让孩子懂得说谎是要受批评的，从一开始就堵住孩子说谎的企图。此外，要着重从正面教育孩子从小做老实人，讲老实话，办老实事，让他们懂得不说谎的人才能心里平静，精神愉快。

第四句话

“把自信找回来”

涓涓是个腼腆的孩子，平时面对陌生人都不敢大声说话，所以，每当上英语课的时候，涓涓总是一个人低着头默默地看着课本，根本不敢跟着老师大声地朗读单词或是句子。可是，要想把英语学好，就必须把读放在第一位，所以，涓涓的英语成绩很差也是必然的了。

妈妈问过涓涓为什么不太喜欢英语这门功课，涓涓的回答是“没有信心学好，觉得英语太难了。”

这天，涓涓的英语又一次考了个不及格，她很伤心，一个人在屋子里面自言自语：“唉，怎么才能把英语学好呀，我到底能把英语学好吗？”