

# 孩子的社交

徐井才◎著

THE SOCIAL LIFE

不做低情商的“跟屁虫”，争做高情商的“孩子王”

让孩子深受他人欢迎的启蒙书

OF CHILDREN

新华出版社

## 徐井才

男，1976年出生于河北省廊坊市永清县，全国工商联书业商会副理事长，中国教育装备行业协会常务理事、北京市红十字基金会理事、“大国之声公益基金”发起人，永清县人大代表，京联集团董事长。曾策划编辑：《中外名人传记》《名校名师导读》《我爱科学书系》《学习小博士百问百答丛书》《从小学国学书系》《盘点名胜典故》《学生最感兴趣的科普书》《国学经典读本》《森林报》等。

# 孩子的 社交



徐井才◎著

新华出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

孩子的社交 / 徐井才著. -- 北京 : 新华出版社, 2021.7

ISBN 978-7-5166-5920-5

I. ①孩… II. ①徐… III. ①心理交往—儿童教育—家庭教育 IV. ①G782

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2021) 第 114944 号

## 孩子的社交

作 者: 徐井才

---

责任编辑: 杨 静 丁 勇

封面设计: 李尘工作室

---

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路 8 号 邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhuaupub.com>

经 销: 新华书店、新华出版社天猫旗舰店、京东旗舰店及各大网店

购书热线: 010-63077122

中国新闻书店购书热线: 010-63072012

---

照 排: 博文设计制作室

印 刷: 永清县晔盛亚胶印有限公司

---

成品尺寸: 145mm × 210mm

开 本: 32 开

印 张: 7

字 数: 150 千字

版 次: 2021 年 7 月第一版

印 次: 2021 年 7 月第一次印刷

---

书 号: ISBN 978-7-5166-5920-5

定 价: 39.80 元

---

版权所有, 侵权必究。如有质量问题, 请联系调换: 13683640646

# 前 言

## 社会性是我们的第一属性

孩子终将要走出家庭，走向社会。家长不可能庇护他们一辈子，更不可能扶持着他们走过每一段路程。所以，培养孩子的社交能力，增强他们对社会的认识，是每一个家长都需要做的事情。

在当今的大多数家庭中，孩子缺少年龄相近的兄弟姐妹作为进行社交训练的伙伴，所以他们很难在家庭中获得足够的社交经验，这就导致许多孩子的社交能力非常差，社交心理的发展与年龄很不匹配，这对于孩子日后的成长，是非常



不利的。为了弥补家庭社交的不足，家长应该更多地为孩子创造社交环境，并且通过科学有效的方式，对孩子进行初步的“社交训练”。

通过鼓励和引导孩子进行社交实践，孩子能够收获以下几个方面的回报：

第一，团队意识。

当今社会早已经不是单打独斗的蛮荒时代，只有通过合作共赢，才能获得最大的成功。而合作共赢并不仅仅是一种选择，它更是一种性格、一种印在脑海中的行为模式。一个习惯了独来独往的人，不可能在短时间内拥有团队意识；而一个从小就树立起了团队意识的人，他们早就学会了如何以最低的成本融入集体、创造价值。所以，培养孩子的团队意识，需要从小做起。

第二，满足感。

社会性是人的第一属性，大多数人只有与他人产生了足够多的正向联系之后，内心才会获得真正的安宁。孤独会摧毁一个人的幸福感和存在感，对人的身心发展产生不利影响。所以，为了孩子能够健康成长，我们应该教会他们去茫茫人海中，寻找可靠的朋友和伴侣。

第三，上进心。

社交给孩子提供了一个以人为镜的机会。在社交中，

他们会发现他人身上的闪光点，他们会找到值得自己去追赶和超越的目标。他们不再是一个独自前行、走哪算哪的孤独行者，而是一个在人生路上不断超越、不断进取的奋进者。

社交能给孩子的，实在太多太多，而远离社交可能造成的伤害，也是显而易见的。作为家长，当然有必要让孩子去融入社会、融入集体，但是我们也不能简单粗暴地把孩子一把“推出家门”，让他们在毫无准备的情况下去面对陌生的环境和陌生的人。本书旨在帮助家长科学、有效地进行儿童社交训练，指导儿童进行社交实践，本书试图通过大量的儿童心理学分析和社交案例展示，向家长传递正确的儿童社交观念和方法，希望通过本书的出版，能为家长提供一些提升儿童社交水平的经验和理念，并为孩子更好地接触社会、融入集体创造有利条件。

# 目 录

## 第一章 在家“熊孩子” 出门“怂孩子”，怎么办

- 01/ 家里家外，孩子为何表现大不相同 ..... 3
- 02/ 情绪管理：先帮助孩子认识自己，再带他结识他人 10
- 03/ 帮助孩子读懂社交规则 ..... 16
- 04/ 孩子的“社交气质”是如何炼成的 ..... 22
- 05/ 不可不知的“社交商” ..... 28

## 第二章 孩子需要掌握的五种社交“保护色”

- 01/ 橙色：以“拒绝”保护个人意志 ..... 37

02/ 绿色：以“分享”保护集体精神 ..... 42

03/ 红色：妥善应对“冲突”，保护理性思维 ..... 49

04/ 灰色：正确对待“分离”，保护脆弱心灵 ..... 55

05/ 黄色：学会“道歉”，保护反思能力 ..... 60

### 第三章 一个心理学事实 ——玩伴、同学比父母更能塑造人

01/ 性格 = 50% 基因 + 20% 教育 + 30% 同伴 ..... 69

02/ 帮助孩子打开局面的“社交技巧” ..... 74

03/ 帮孩子选朋友圈，别帮孩子选朋友 ..... 79

04/ 尊重他的朋友，就是尊重他的选择 ..... 84

05/ 如何消除孩子对玩伴的攻击性 ..... 90

### 第四章 沟通训练：带孩子领会“倾听的力量”

01/ 孩子不“听话”，根源在家长 ..... 101

02/ 孩子善沟通，才有“共情力” ..... 106

03/ 儿童好口才，社交好沟通 ..... 110

04/ 当孩子懂得“适度”表达，便成熟了 ..... 117

05/ 表情也是一种语言，孩子必须能“听懂” ..... 123

## 第五章 儿童领导力训练

### ——既然总要有人当第一，为什么不可以是“我”

01/ 领导力——一种自幼融入骨血的“社交习惯” .. 129

02/ 培养领导力的“新模式” ..... 134

03/ 领导力与挫折教育 ..... 140

04/ 和孩子一起领悟竞争的真谛 ..... 144

05/ 领导力，走出自卑迎接自信 ..... 148

## 第六章 校园社交是一门“隐形课程”

01/ 孩子不想去学校，多半是社交问题 ..... 155

02/ 引导孩子正确看待新同桌 ..... 160

03/ 小学生社交的五个基本特点 ..... 164

04/ 言传身教——帮孩子正确处理师生关系 ..... 169

05/ 帮助孩子应对“孤立危机” ..... 174

06/ “小打小闹”还是“校园霸凌”，  
    家长一定要分清..... 180



## 第七章 开启游戏时间，进入“社交演习”阵地

- 01/ 游戏是孩子们天然的“社交触发器” ..... 189
- 02/ 协作游戏，帮助孩子树立合作意识 ..... 194
- 03/ 对抗游戏，让孩子成为人群中的优秀竞争者 .... 199
- 04/ 代价游戏，教孩子领悟“义务和责任” ..... 203
- 05/ 有自闭倾向儿童的社交游戏训练 ..... 209



# 第一章 在家“熊孩子” 出门“怂孩子”，怎么办

孩子在家在外两种性格，是让许多家长都头疼的事情。“分裂”的社交性格，如果不能有机地统一在一起，孩子将会面临更多的社交难题。家长应该怎么办？或许可以从本章内容中找到答案。



## 01/ 家里家外， 孩子为何表现大不相同

有些家长抱怨，自己的孩子在家里威武得很，说一不二，但是到了外面，却显得非常胆小，甚至看起来有些懦弱，家长们很担心：孩子这不成了“窝里横”了吗？

这种性格的孩子，其实在生活中是很常见的。造成这一性格的原因是多方面的，但其中最为重要的一个，是家长没有给孩子树立规则意识。

在家里，家长一味地妥协和退步，无形中摧毁了儿童规则意识，心理学家认为：在家庭中，家长对孩子一味妥协，最终“教会”了一项技能——发脾气。因为孩子发现，只要自己坚持发脾气，家长最终一定会妥协，自己一定能够达成目的。

事实上，在家长和孩子的接触中，孩子一直在无意识、隐蔽地探寻家长的底线。而过度溺爱孩子的家长，其实是没有底线的，这就给孩子造成了一个观念：“只要我想要的东西，爸爸妈妈就会给我。如果他们不给，我就哭



就闹，最后他们还是会给我。”

孩子一旦意识到了这一点，那么发脾气、哭闹，就会成为他们的一种手段。不管大事小情，他们都会拿出这个手段来“要挟”家长。久而久之，孩子就形成了在家蛮横的性格特点。

正是因为孩子在家没有规则意识，骄横过度，享受惯了众星捧月、有求必应的“待遇”，所以当他们到了家庭以外的环境中之后，就立刻会感觉到“这儿和家里不一样，没有人会无条件地满足我的需求”，因此孩子会变得非常没有安全感，最终导致他显得比较懦弱。

日本著名企业家稻盛和夫，曾经就是一个在家非常蛮横、出门很胆小的孩子。他在自传里说：“我在家里的时候，是一个爱哭郎，还特别爱撒娇。但是一旦走出家门，就会觉得非常不适应。我上学的第一天，必须要时时刻刻看到妈妈就在不远的地方才能安心上课，只要我发现妈妈离开了，就马上产生了无比孤独、恐惧的感觉，想要第一时间回家去。后来我知道，这一切的性格，都源于我在家里被保护得太好了。”

通过稻盛和夫的描述，我们可以知道，那些在家蛮横、出门很怂的孩子，其实他们的内心是孤独的，对社交

活动是充满恐惧的。

如果孩子在家就能得到关于规则方面的教育，能够明白这世界上没有人会无限制骄纵自己的道理，那么当孩子出门之后，他就已经做好了“遵守规则、面对社交挫折”的准备，他自然就不再感到孤独和恐惧，会表现得更加从容自信。为了让孩子早点明白这个道理，家长可以从以下几个方面着手：

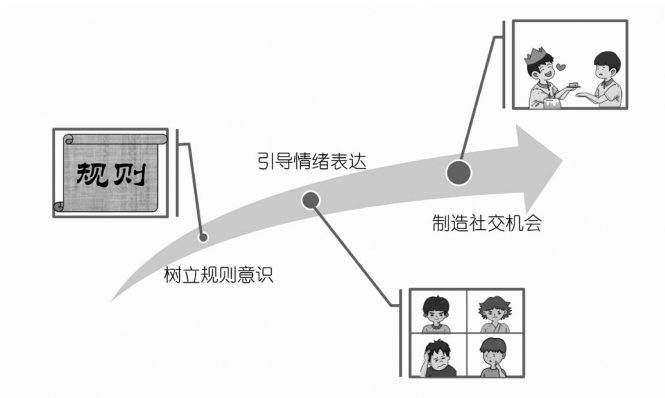


图1-1 “规则教育”

首先，在家里要树立规则。

规则之所以是规则，就是因为它不具备妥协性；凡是  
可以商量的、可以让步的，都不能称之为规则。例如，家

长规定孩子每天只能看一个小时的手机，周末的时候可以看三个小时。既然有了规矩，就要尽量严格地执行下去。结果呢，有些家长虽然定好了规矩，但是有一天家里来了朋友，他不希望孩子打扰自己和朋友聊天，于是扔给孩子一个手机，让他想看多久就看多久。

规则被家长打破了，结果就是，孩子也不会把你的规则当回事儿了，他们会主动要求延长看手机的时间，如果家长不同意，他们内心就充满了不忿——凭什么你说能看就看，你说不能看就不能看？因此他会哭闹、会抵抗，最终家长只好满足他的要求。这类事件发生的多了，家庭中的规则就失去了“权威”，孩子的规则意识自然就土崩瓦解了。

所以，树立规则意识的第一个要点是，家长要成为规则的执行者、维护者；第二，不能因为一些客观因素，就轻易打破规则。

当孩子具备了规则意识之后，他就会知道家长的界限在哪，在家里他不会“窝里横”。出了外面，他也能够轻松地融入规则中去，成为一个善于在“规则中跳舞”的社交小能手。

其次，家长要为孩子创造社交机会。