

## <<父母与孩子的沟通圣经>>

### 图书基本信息

书名：<<父母与孩子的沟通圣经>>

13位ISBN编号：9787504463241

10位ISBN编号：7504463248

出版时间：2009-3

出版时间：中国商业出版社

作者：张慧萍 编著

页数：223

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<父母与孩子的沟通圣经>>

### 前言

当一个小生命降临到身边，当一双纯洁的眼睛始终充满好奇和天真，当第一声爸爸妈妈在耳边想起，当会坐会爬会走等一系列小奇迹发生在眼前，哪一个父母不为此激动为此欢呼呢。

父母们总是将孩子当作自己的一切，宝宝是心中最柔软最温馨的圣地。

“孩子在父母面前永远是长不大的”，父母们如是说。

但孩子始终是一个独立的个体，曾经拥有不代表着永远的依赖，孩子听话乖巧的幻想与孩子逐渐成熟的现实会逐渐出现碰撞。

碰撞的结果是父母跟孩子之间的冲突总是不断。

这是父母的烦恼，更是孩子成长的烦恼。

父母是孩子的第一个人生导师，对孩子一生的发展十分重要。

因此解决碰撞和冲突是重中之重，冲突需要父母与孩子之间通过沟通解决。

如何和孩子沟通，如何赢得孩子的喜欢和信任，既是一门学问，也是一门艺术，是每个父母都需要了解和学习的。

## <<父母与孩子的沟通圣经>>

### 内容概要

本书是父母走进孩子内心世界的钥匙，它指引父母去切身体会孩子内心的真正感受。本书通过一系列实用有效的沟通技巧，帮助父母与孩子建立起一个能够快乐交流的平台，使孩子非常愿意与父母配合。掌握了与孩子沟通的技巧，就能开启孩子的心灵世界，与孩子达成美妙的情感交流，让孩子在杰出父母的引导下身心健康地成长。

## &lt;&lt;父母与孩子的沟通圣经&gt;&gt;

## 书籍目录

一、弯下腰和孩子交流 给予孩子足够的尊重和信任 做孩子最好的玩伴 读懂孩子的心 蹲下来看儿童的世界 不要掩饰你的爱 要对孩子的爱好感兴趣 与孩子做朋友 和孩子一起用幻想实现愿望 “蹲下来”与孩子说话 做孩子最愿意接近的父母二、该不该说与如何说 永远都不要低估你的话对孩子一生的影响 不要否定孩子的未来 及时称赞孩子做对的事情 别让“比较”伤了孩子的自尊心 对待孩子永远是温和的阳光 爱不应作为交换的条件 学会向孩子道歉 说教产生距离和怨恨 尽管98%是表扬与鼓励,但要给批评留2%的位置 要想批评有效,就要掌握方法和掌握原则 权威需要简短:少说更有效 针对孩子的感受作出反应,而不是针对其行为 以肯定和赏识替代否定和贬低 用温和的建议滋润孩子的心田 唠叨也要有技巧 不要对孩子大声嚷叫和训斥三、一停二看三倾听 多挤出时间陪孩子 给孩子表达的时间和空间 用沟通走入孩子的内心世界 对感受要宽容,对行为要严格 不要把孩子看作麻烦的制造者 从倾听中认识孩子的朋友 听孩子说完他的理由 耐心对待孩子的问题 允许孩子争辩 让孩子说出感觉有助于理解 全神贯注地倾听 善于听孩子话外之音四、身教胜于言传 用行为告诉孩子该怎么做 对孩子要信守承诺 遭遇挫折更能使孩子清醒 酸甜苦辣都是营养 最好的教育不是耳提面命 适时拥抱你的孩子 以爱育爱 把美德化为习惯 让孩子在掌声中长大 淡化教育痕迹,做到不教而教 不要以“权威”的身份出现在孩子的面前 微笑比言语真诚得多五、监护者的职责 没有不称职的孩子,只有不称职的父母 为人父母需要“执照” 要让孩子知道,责任是不可推卸的 不要让孩子背上你梦想的包袱 父母要有良好的自制力 如果孩子没有秘密,那么孩子永远不能长大 要想改变孩子,先要改变自己 父母要对自己的言行负责 要宽容不要纵容 警惕“暗示生短” 孩子需要属于自己的生活空间 给孩子创造良好的成长环境 维系良好的家庭气氛六、冲突是为了成长 允许孩子直接对父母表达自己的情绪和不满 心平气和,变对抗为对话 愤怒时做一下深呼吸 纪律是替代惩罚的有效手段 孩子最讨厌父母强势的安排 对于无目的的船来说,所有风向都是逆风 出了问题要回应,而不是反应 允许孩子以更多元的方式发泄 在教训孩子之前预先修正自己的行为 明确表达强烈不同意的立场 惩罚孩子会剥夺他从内心对错误行为的反省过程七、孩子会成为你期待的那样的人 不将过高期望强加在孩子身上 让孩子自己作决定 让孩子成为他自己 分数不代表一切 成功与出身无关 成长比成绩重要 “成功更是成功之母” 良好的学习习惯比高分更重要 给孩子独立的机会 打开孩子身上的枷锁 放手让孩子完成我们认为可能不能完成的任务 尊重孩子的努力 让孩子体验错误行为的自然后果 输得起的孩子才是最成功的孩子 寻找机会让孩子看到一个全新的自己

## &lt;&lt;父母与孩子的沟通圣经&gt;&gt;

## 章节摘录

一、弯下腰和孩子交流 给予孩子足够的尊重和信任 追求他人的尊重与信任是一种积极的心态，是每个正常人的普遍心理，也是一个人奋发进取、积极向上、实现自我价值的内驱力。尊重与信任的心理机制，对孩子良好心理品质的形成具有积极的激励作用。

在父母教育孩子的过程中，双方通过语言与情感进行。

父母与孩子的相互尊重与信任是成功家教的重要因素。

有教育专家在家庭调查中发现，孩子对父母特别尊重与信任，他们往往把父母看成是自己学习上的启蒙老师，德行上的榜样，生活上的参谋，感情上的挚友。

他们也非常希望能得到父母的尊重与信任，像朋友一样与父母平等的交流。

在他们看来，只有父母的尊重与信任，才是最真实、最可靠的。

父母的尊重与信任意味着关爱、重视与鼓励，这是真正触动他们心灵的动力。

从教育效果上来看，尊重与信任是一种富有鼓舞作用的教育方式。

父母的尊重与信任，可以促使孩子感到他们与父母处在平等的地位上，从而对父母更加的尊重、敬爱，更加地亲近、服从，内心的话也乐于向父母倾诉。

这既增进了父母对孩子内心世界的了解，又使父母教育子女更能有的放矢，获得更好的效果。

相反，假如父母对孩子持不尊重或不信任的态度，就无法了解孩子的愿望与要求，孩子的自尊心与自信心必然会因此而受到伤害，他们对父母的信赖也势必减弱。

妈妈把晓彤视为掌上明珠。

从来不让她自己干任何事情，甚至离家只有几步之遥的地方都不让她独自一个人去。

妈妈的担心很多：怕女儿遇到什么突发事件不会处理、或遇到坏人。

女儿曾多次想挣脱妈妈的手，独自一个人去做点事情，但都被妈妈给拒绝了。

之所以如此，是晓彤的妈妈对孩子处理这些事情的能力缺少尊重与信任，实际上是对女儿自身缺少一种尊重与信任。

一天，晓彤想一个人去书店看书，妈妈没有答应，女儿很严肃地对她说，“妈妈，请你给我一次机会，尊重我的选择，我一定可以做到的。

”面对女儿的祈求，妈妈决定给孩子以尊重与信任。

很快，女儿高高兴兴地从书店回来了，脸上挂着一种很自豪的表情。

从此以后，女儿能自己处理的问题，妈妈都放手让她尝试着去做，有时还把一些重要的事交给孩子办，完成的都还不错。

同时，孩子也感觉到了妈妈对她的尊重与信任，也显得懂事多了，还常和她说好多的知心话，把妈妈视为自己的好朋友。

从该案例我们可以看出，实际上，孩子从懂事开始，便有了自己的思想，与大人一样，渴望被理解、被尊重以及被信任。

但是，有的父母往往都忽略了这一点。

教育的奥秘在于坚信孩子“行”。

每个孩子心灵深处最强烈的需求与大人一样，就是渴望受到尊重与信任。

父母要自始至终给予孩子前进的信心与力量。

哪怕是一次不经意的表扬，一个小小的鼓励，都会让孩子激动很长时间，甚至还有意想不到的效果。

在教育史上，有一个著名的“暗含期待效应”实验。

其原理就是尊重与信任，这种效应被广泛运用于当今的家庭教育中，要求父母要从对孩子的尊重与信任出发，培养孩子们的积极性，让孩子在他人的尊重与信任中不断地进步。

对孩子尊重与信任，能够激发孩子内心的动力，让孩子体会到被尊重与认可的快乐。

他们会在父母充满信任和友好的目光与言语中，一步一个脚印地走向成功，实现他们心中的理想。

怎样才能做到尊重与信任孩子呢？

与孩子一起面对挫折。

孩子缺乏经验与阅历，有时失败了，或有些失误，这是很正常的现象。

## &lt;&lt;父母与孩子的沟通圣经&gt;&gt;

当孩子遇到挫折与失败时，父母应多进行安慰与鼓励，帮助他们找出原因，使他们的自信心得到充分的保护。

切忌对孩子说“你懂什么”之类的话。

很多父母经常挂在嘴边的一句话，却是伤害孩子自尊心、自信心的“恶语”。每当孩子听到它，就会泛起难言的苦涩：父母都不信任我，我还有什么前途呢？甚至会因此而自暴自弃，一蹶不振。

有位哲人说：“自信心是每个人事业成功的支点，一个人若没有自信心，就不可能有所作为。有了自信心，就能把阻力化为动力，战胜各种困难，敢于夺取胜利。

”对孩子要宽严相济，要做孩子的朋友，既对孩子严格要求，善于从日常生活中发现问题，随时给孩子引导和指引；又把孩子作为平等的伙伴，与孩子一起学习一起玩，尊重孩子的想法；还要给孩子确实到位的帮助，让孩子心里踏实，心理安全，健康长大。

正确对待孩子的缺点，当孩子存在错误的时候，不要用偏激的言辞去斥责，而要循循善诱，晓之以理，与孩子一起分析事情的来龙去脉，指出孩子犯错误的原因及造成的危害，设法，帮孩子改正错误。

做孩子最好的玩伴 我们都知道爱玩是孩子天性，所以很多父母并不太过分限制孩子去玩。但是能放下手中的报纸和家务活，蹲下身来和孩子一起玩的父母却不多。大多数父母都认为，玩是孩子的事情，和自己没有关系。

而且和孩子玩，也是件不可理解的事情。

很多孩子都喜爱并需要父母做他们的游戏伙伴，和他们一起游戏和交往。父母和孩子一同游戏，一方面能满足孩子情感上的需要，另一方面在和孩子交往的过程中，也能够促进孩子的心理发展。

特别是当今社会中，父母经常奔波于外面赚钱，很少有时间与孩子共处，假如能借玩耍的机会与孩子相处，这对于促进亲子间的感情，是大有好处的。

更重要的是，玩耍是孩子接受新事物、学习新知识的最好方式。

笛卡尔是现代实验科学方法论的创始人，他的思想对于整个世界的影响都很大，直到今天，人们都还能感觉到这位哲学家的思想光泽。

笛卡尔一生取得的显著成就，与童年时父亲对他的特殊教育分不开的。与其他的父亲一样，笛卡尔的父亲也望子成龙，但他更愿意与儿子一起玩耍。

笛卡尔小时候很喜欢玩一种搭房子的游戏。

笛卡尔的父亲认为，在搭房子的过程中，孩子必须手脑并用，使肌肉得到了锻炼，手眼得到了训练，孩子的动手能力大大增强，就会手巧心灵，潜力得到充分的发挥。

而且由于在着手之前，孩子的脑子里面，就应该先有个形象，所以在这种游戏中同样锻炼了孩子的形象思维能力。

因此，每当笛卡尔玩起搭房子的游戏时，父亲都会给他很多的帮助。他时常引导笛卡尔，对搭建的对象充分地加以想像，告诉他想像得越具体越好。

有时他会利用现有的模型、图画去加深笛卡尔头脑中的形象。

父亲不但积极地为笛卡尔的“工作”创造条件，还给他讲一些有关结构建筑的基本知识与基本方法，告诉他将木块铺平，怎样去延伸它们。

怎样才能达到合理的受力效果等等……在游戏中，笛卡尔逐渐对前后、左右、上下、中间、旁边等空间有了认识，逐渐形成了高矮、长短、厚薄、轻重、大小等观念。

在这种过程中，他也学会了有计划、有步骤地进行设计，既有了成就感，也增添了无穷的乐趣。

孩子们的好玩、无拘无束、友善的天性给平淡和严肃的世界带来了能量和光。与其想方设法让声音安静下来，让活力消停下来，还不如以赞许的目光来欣赏这纯洁无瑕的童趣。

一位知名幼教专家曾说过：“玩就是学习，学习就是玩。

”的确，对孩子来说，玩是最快乐的事，而且，孩子每天都是一边玩一边学，在玩中学习。

如果把游戏当成孩子学习的一种方式，孩子在玩的过程中就能锻炼肢体、发展动作、促进记忆、开发智力、培养情绪、认识世界。

## <<父母与孩子的沟通圣经>>

真正科学的家教，是将知识融入孩子的游戏之中，把着眼点放在认识事物、传授和巩固知识上。让孩子通过这些游戏，逐步加深对事物的认识、了解，并且巩固学习到的知识。

怎样与孩子一起玩呢？

父母应以专注的神态很投入地与孩子一起玩。

当你真正投入时，孩子才会真正地开心。

应付的态度会使孩子感到扫兴，甚至引起一些不愉快。

父母可以与孩子比赛，在比赛过程中父母应了解孩子的心理。

对于自信心不足的孩子，父母在比赛时应“落后”一点，以增强孩子的自信心，提高孩子的成功感；对于太要强、好胜心太强的孩子，父母应胜他一筹，要在游戏过程中锻炼孩子对失败、挫折的心理承受力。

父母应以朋友的身份、平等的态度与孩子一起玩。

有时孩子对玩的技巧尚未掌握，父母应耐心与孩子继续玩下去，假如不耐烦地说“你真笨”、“教不会”，孩子马上就会不高兴，或许以后再也不与父母玩这个游戏了。

利用影像设备将父子同乐、母子同乐的镜头摄下来。

留作以后欣赏、回忆，培养亲子感情。

读懂孩子的心 父母要读懂孩子的心，不容易。

但不管怎样，父母都不应该用打骂的方法去进入孩子的心，只有这样做，才能真正成为孩子成长道路上的导师。

.....

## <<父母与孩子的沟通圣经>>

### 编辑推荐

交流决定方向，沟通成就未来。

如何和孩子沟通，如何赢得孩子的喜欢和信任，既是一门学问。

也是一门艺术，是每个父母都需要了解和学习的。

想做孩子最愿意接近的父母，要弯下腰来和孩子交流，给孩子表达的时间和空间。

并给予足够的尊重和信任。

最好的教育不是耳提面命，而是帮助孩子在成长的路上走好走稳。

永远要记住：没有不称职的孩子，只有不称职的父母。

<<父母与孩子的沟通圣经>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>