

《与孩子有效沟通的100个好方法》

图书基本信息

书名：《与孩子有效沟通的100个好方法》

13位ISBN编号：9787508264318

10位ISBN编号：7508264312

出版时间：2010-8

出版社：金盾出版社

作者：张振鹏

页数：269

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《与孩子有效沟通的100个好方法》

前言

从孕育之初到呱呱坠地；从牙牙学语到进入学校……孩子一天天长大。他每一步的成长都倾注了父母辛劳的汗水，都有父母浓浓的爱在其中。爱孩子，要尊重地爱，也要宽容地爱，要避免对孩子的伤害。恰到好处地处理亲子关系，和孩子进行良好的沟通是个大学问。比如，面对犯了错误的孩子，是讲究方法、循循善诱，还是口出恶言、粗暴简单地解决问题？父母采取何种态度，决定了孩子的人生走向，是走向快乐和幸福还是走向偏执与毁灭？一句善解人意的话，可以温暖孩子的心，让他走向积极的人生；一句不负责任的辱骂，则可能使孩子走向不归路。对孩子说什么话，与孩子做怎样的沟通，是家庭教育中的关键环节。面对孩子，很多父母还不会“说话”，或不知道该说什么话，或以家长自居，经常斥责孩子，对孩子大呼小叫，等等，这表明父母还不能与孩子有效沟通。据有关机构统计，目前有90%的家庭存在父母与孩子沟通的问题，而这些问题又衍生出了许多社会问题，甚至导致一些孩子由于父母疏于管教而失足，父母也由于和孩子无法交流、而造成了终生的遗憾。所以，父母要尽到自己的职责，尽量多抽些时间与孩子聊聊天、说说话，并以人生智慧来指引孩子。有人说，世界上最成功的家庭教育，就是父母在与孩子的沟通中不知不觉地完成的。亲子沟通是每位父母必须掌握的一门艺术，运用得好就会大大促进孩子的成长，甚至会决定孩子的命运；运用得不好，就会给孩子的成长带来负面影响，甚至会让父母终生遗憾。可见，亲子沟通有效与否决定着家庭教育的成败。只有沟通，父母与孩子才会彼此理解；只有沟通，亲子关系才会和谐、融洽。有效的沟通，就是架在父母与孩子间的一座心灵之桥，通过这座桥，父母与孩子彼此了解，相互尊重。但很多父母经常说孩子不听话，不喜欢上学，与同学闹矛盾，与父母顶嘴，等等，可却没有从根本上意识到，这些情形的发生与亲子间缺乏真诚顺畅的沟通有关。试想，作为父母，如果连孩子的心理需求是什么、心里在想什么都不清楚，又怎么去引导，帮助和教育孩子呢？之所以很多父母与孩子的沟通是失败的、无效的，就是因为他们运用的方式是消极的，比如，他们习惯用命令、呵斥、指责、责骂的方式沟通。其实，语言也会伤人，父母尖刻的奚落、讽刺和挖苦带给孩子的伤害甚至会大于体罚的伤害。长此以往，孩子就会封闭心灵，拒绝与父母沟通，就会漠视甚至仇视父母。作为父母，一定要充分考虑到与孩子思想观念的差异，多站在孩子的角度上考虑问题，去发现这个时代的孩子的变化，适应这种变化。只有这样，才能给孩子充分的尊重和理解，让孩子在亲情的温暖下健康成长。为了让广大父母更好地与孩子有效沟通，我们特别编写了这本《与孩子有效沟通的100个好方法》，全书分八章：走进孩子的内心世界、学会真正尊重孩子、正确树立自己的威信、平等交流有利于沟通、掌握一点沟通艺术、善于鼓励孩子、营造良好的沟通氛围、运用非语言沟通法，共100个好方法，这些方法将会有效促进亲子间的沟通。每个方法均以“名家之言”作点睛之笔，接着用“经典事例”作导引，并对事例进行解析和“智慧点拨”，让父母能更进一步认识方法的重要性。同时，每个方法后面都有一个“参考建议”板块，用通俗的语言为父母提供落实的具体建议，这些建议非常直观、切实可行、极具操作性，会让父母的教育素质得到提高，培养起孩子来也会得心应手。在每个方法的最后，还有“金玉良言”，能让父母感受到每个方法所蕴涵的不朽智慧。《与孩子有效沟通的100个好方法》立足国内家庭教育的实际情况，紧紧围绕实现亲子间有效沟通的问题展开，引用了大量可供借鉴的生活中的真实事例，从亲子间如何营造沟通氛围、如何平等交流等不同角度作了详细、系统的阐述。书中提供的沟通方法足以让广大父母领悟到与孩子有效沟通的智慧，掌握有效沟通的技巧，让亲子沟通变得得心应手，从而及时帮助孩子解决出现的诸多问题，让孩子感受到父母对他的关爱，进而让他获得进取成长的力量，茁壮快乐地成长。《与孩子有效沟通的100个好方法》是与为人父母者的真诚分享，简单直观、实用性强，力求对亲子沟通有实际指导价值，是专为寻觅亲子沟通良方的广大父母们打造的一部难得的实用宝典。本书语言朴实，娓娓道来，亲和力强。相信每位父母都能从中得到启发，从而实现与孩子的有效沟通。衷心希望每位阅读本书的父母都能把握亲子沟通的每种方法，把孩子培养成有用之材！本书的策划与编写得到了很多老师的帮助与支持，他们是：周扬、张淑涵、翟晓敏、齐梦珠、周雅君、雅真真、梅梅等，在此向他们表示衷心感谢。

《与孩子有效沟通的100个好方法》

内容概要

《与孩子有效沟通的100个好方法》立足国内家庭教育的现状，紧紧围绕怎样实现亲子间有效沟通的问题，从亲子间如何营造沟通氛围，如何平等交流，如何提高沟通艺术等方面作了详细、系统的阐述，提出了解决问题的若干具体方法。这些方法简明直观，切实可行，极具操作性。本收是一部专为寻觅亲子沟通良方的广大父母们准备的实用宝典。

《与孩子有效沟通的100个好方法》

书籍目录

第一章 走进孩子的内心世界 1.正确面对亲子间的代沟 2.了解沟通的障碍在哪里 3.知道孩子的心理需求 4.找回自己失去的那颗童心 5.让孩子自由地表达想法 6.引导孩子说出心里话 7.要有主动倾听孩子意见的意识 8.善于听出孩子的“潜台词” 9.倾听时要耐心、不打断 10.再忙也要经常倾听孩子的意见 11.正确对待“叛逆”的孩子 12.多抽点时间陪陪孩子

第二章 学会真正尊重孩子 13.维护孩子的人格尊严 14.尊重孩子的朋友 15.尊重孩子的个人兴趣 16.尊重孩子的追求和理想 17.尊重孩子的隐私和秘密 18.尊重孩子的意愿和想法 19.尊重孩子的各种权利 20.征求并尊重孩子的意见 21.给孩子自主选择的机会 22.不要给孩子贴上“笨”标签 23.不拿孩子与别的孩子比 24.满足孩子的合理要求 25.不在别人面前批评孩子 26.不说讽刺孩子的话 27.不说对孩子要求过高的话 28.不说让孩子自卑的话 29.不说抱怨孩子的话 30.不说威胁孩子的话

第三章 正确树立自己的威信 31.对孩子的承诺要兑现 32.认真对待孩子提出的问题 33.有时需要向孩子学习 34.要学会对孩子说“不” 35.允许孩子指正父母的错误 36.不当着孩子的面说别人不好 37.不用“权威”的口吻指责孩子 38.在孩子面前父母不互相“拆台” 39.不要问“爸爸好还是妈妈好” 40.不要做“专制型”父母 41.不要做“无能型”父母 42.对孩子顶嘴、申辩要宽容 43.理解孩子的错误并引导孩子改正 44.善待失败、不争气的孩子 45.不要训斥、辱骂孩子

第四章 平等交流有利于沟通 46.要平等地与孩子交流 47.一定要放下家长的架子 48.试着蹲下来与孩子说话 49.凡事尽量与孩子商量 50.向孩子敞开你的心扉 51.不把自己的意志强加给孩子 52.把握好与孩子谈话的方式 53.经常与孩子倾心交谈 54.改改对孩子说话的语气 55.不刻意对孩子隐瞒什么 56.大人说话孩子可以插嘴

第五章 掌握一点沟通艺术 57.站在孩子的角度考虑问题 58.对孩子说出你对他的爱 59.学会借事或情景与孩子交流 60.用点拨法教孩子反省自己 61.表扬孩子的努力与勤奋 62.对孩子要循循善诱 63.用赞美去点击孩子的缺点 64.对孩子讲道理要动之以情 65.引导孩子自己作出决定 66.说话少否定，多肯定 67.控制情绪，不对孩子吼叫 68.别对孩子唠叨个没完 69.不把坏情绪强加给孩子 70.别对孩子太挑剔 71.不说溺爱孩子的话 72.通过写信与孩子沟通

第六章 要善于鼓励孩子 73.让孩子知道你相信他 74.学会赏识你的孩子 75.善于发现孩子的优点 76.告诉孩子，你真棒 77.鼓励做错事的孩子 78.懂得安慰自己的孩子 79.鼓励孩子再接再厉 80.给孩子的内心以希望 81.鼓励孩子再次尝试 82.鼓励孩子时要真诚

第七章 营造良好的沟通氛围 83.善于创造宽松的环境 84.建立和谐的家庭关系 85.创建“学习型”家庭 86.在吃晚饭时与孩子沟通 87.在散步时与孩子沟通 88.经常搞家庭聚会活动 89.适时地给孩子讲小故事 90.激发孩子说话的兴趣 91.要做有幽默感的父母 92.带着孩子去旅游

第八章 运用非语言沟通法 93.经常给孩子善意的微笑 94.有时沉默也是一种沟通 95.让拥抱把温暖带给孩子 96.适时拍一拍孩子的肩膀 97.让眼神和孩子交流 98.抚摸带给孩子无声的爱 99.与孩子一起做游戏 100.让握手拉近与孩子的距离

3.知道孩子的心理需求人的内心里有一种根深蒂固的需要——总想自己成为发现者、研究者、探寻者。在儿童的精神世界中，这种需求特别强烈。——(苏联)苏霍姆林斯基经典事例温蓉上小学5年级了，她是个十分喜欢读书的孩子，每天晚上临睡前都喜欢再看一会儿书。但是，妈妈却经常阻止温蓉这样做，她认为孩子这样会伤害到眼睛，也影响睡眠。这天晚上，温蓉依旧要看书，但妈妈却要关灯。温蓉说：“妈妈，就给我15分钟，我就只看15分钟。”但妈妈却说：“不行！快睡觉！”结果，因为不让看书而闹情绪的温蓉，直到半夜都没有睡着。后来，妈妈了解到孩子真的是喜欢看书，于是她选择尊重孩子的意愿。最终妈妈答应了温蓉，允许她每天睡前看15分钟的书。而令妈妈感到欣慰的是，温蓉果然很遵守自己的诺言，15分钟一到，就乖乖地关灯睡觉了。智慧点拨也许孩子的想法并不像父母想的那么复杂，而孩子的一些行为也不一定如父母所想会有什么伤害。像故事中温蓉这样的情况，想必生活中也有不少类似的例子，其实这都是父母不了解孩子的心理需求所导致的。其实，每个人都有一种想要向别人证明自己能力的渴望。而在孩子的身上，这种渴望往往更为强烈。他需要父母对自己的行为、思想表现出理解和赞同，他需要父母能够肯定自己的重要性和价值。而当这些心理需求因为种种阻碍而不能得到满足的时候，他的挫折感就会产生。这种挫折感对于孩子的未来成长，可能会起到很大的阻碍作用？所以，父母要足够重视孩子的心理需求。而父母一旦了解了孩子的心理需求，就要用心去思考，要用理智的态度去面对，并用恰当的方式来满足它。参考建议孩子的成长过程中，除了物质要求以外，最重要的就是心理需求。一个孩子只有心理需求得到满足，他才会形成一个良好的性格，而这种良好的性格，也会对他未来在社会上的发展起到推动的作用。

- 1.让孩子感受到关怀与爱护父母的爱对于孩子是十分重要的，只有让孩子感受到来自父母的关怀与爱护，孩子才能敞开心扉。而若是孩子的这种对爱的渴望得不到满足的时候，有可能会使他产生冷漠的性格，甚至会有逆反的心理出现。因此，让孩子感受到关怀与爱护，是父母能够了解孩子心理需求的一条捷径。只有在爱的包围下，孩子才能安心地向父母吐露心声，父母也才能了解到孩子更多的心理需求。但是，父母也要注意的，给予孩子关怀与爱护要适度，过多的关爱就变成了溺爱，这样也会对孩子的成长不利。
- 2.适当地让孩子独立成长孩子随着年龄的增长，会有自己的想法与观点产生。他会想要凭借自己的力量而独立成长，他也许并不需要父母的过度保护，或者父母的过多干涉。他需要自己面对一些事情，需要自己能独立处理遇到的问题，尽管有许多时候会碰得头破血流，但他也宁愿去再次尝试。所以，父母要适当地放开手，让孩子能独立成长。父母要让孩子能自己探索世界，不要代替孩子动手，更不要代替孩子作出决定。孩子的独立需求正是他成长的需要，父母要给予孩子足够的独立成长的空间。
- 3.对孩子的良好行为给予认同有时候，孩子的一些小小的成就，是需要父母给予鼓励和赞赏的。因此，父母对于孩子的美好行为，要及时地表达出认同的态度，同时也要及时地对孩子施以赞扬和鼓励，让孩子产生成就感。而孩子在得到父母的认同之后，他的心理就会得到满足，他才会快乐，他才会乐于与父母分享他的所有事情。因此，父母要重视孩子对成就的需求，以免孩子因为无法体会成就感而悲观、失落或沮丧，时间长了，孩子就会产生消极心理，进而影响到他的成长。
- 4.给孩子信任与尊重，让他有安全感人如果没有安全感，就无法信任别人。而对他人的不信任，就会无法和人建立起恰当的关系，可能使人造成疑心病，形成刚愎，自用的性格。拥有这样性格的人，甚至也有可：能影响到社会化的进程。而在安全的环境下，人才会放松精神。尤其是孩子，只有在安全的环境下，他才能卸下心理防线，才能表达出他的心理需要。父母需要给予孩子信任与尊重，要让他感受到来自于家庭的温暖与安全感。只有拥有安全感的孩子，才会放开手脚去探索未知，他才能有机会学到新事物。而安全感的存在，使得孩子的情绪与智能的发展不会受到不良因素的影响，他的心理需求也能得到满足。金玉良言孩子的世界都是简单而纯净的，他的所有行为无非都是想要满足自己某种单纯的需要。而父母若是对孩子的这些行为举动缺乏细致的观察，那就有可能导致孩子产生一些不良的心理与行为。所以，父母要知：道孩子的心理需求，要让孩子能在理解包容的环境中健康成长。P7-9

《与孩子有效沟通的100个好方法》

编辑推荐

《与孩子有效沟通的100个好方法》中提供的沟通方法足以让广大父母领悟到与孩子有效沟通的智慧，掌握有效沟通的技巧，让亲子沟通变得得心应手，从而及时帮助孩子解决出现的诸多问题，让孩子感受到父母对他的关爱，进而让他获得进取成长的力量，茁壮快乐地成长。该书是与为人父母者的真诚分享，简单直观、实用性强，力求对亲子沟通有实际指导价值，是专为寻觅亲子沟通良方的广大父母们打造的一部难得的实用宝典。

《与孩子有效沟通的100个好方法》

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:www.tushu000.com