

<<让男孩听进去，让女孩说出来>>

图书基本信息

书名：<<让男孩听进去，让女孩说出来>>

13位ISBN编号：9787508633947

10位ISBN编号：7508633946

出版时间：2012-7

出版时间：中信出版社

作者：菅原裕子

页数：242

字数：102000

译者：郑世凤

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>

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

### 前言

做孩子的心灵教练 我是人才开发顾问，具体工作就是帮助企业、团体提高员工的能力，创造更好的工作环境。

工作中，我有时会为了帮助某团体解决某个问题，在会议室聊上几个小时；有时会为了开发员工的具体能力为他们培训；也有时会为了有效地进行指导而亲赴某个工作现场。

在做这些工作的过程中，我深刻感受到开发人的内在潜能的重要性。

通常我们把能胜任某个工作的人称为“人才”，另眼相看；把不能胜任的称为“笨蛋”，加以区别。

那么“人才”和“笨蛋”的差别是否原本就存在呢？

答案是否定的。

差别只是因为“人才”的能力得到了开发，而“笨蛋”的潜能没有被唤醒而已。

比如，我有一个项目叫做“逻辑提案”。

所谓“逻辑提案”，就是提倡在别人面前合乎逻辑地讲话。

在现在的工作环境中，能够在大众面前发言或者一对一地讲话时，把话讲得头头是道，已经成为最重要的能力之一。

培训中，经常会有这样的事情：有的人在第一天的培训时讲得乱七八糟不知所云，完全不能给人留下任何印象。

而通过两天的强化训练以后，他讲话开始深入人心，像换了个人一样。

这就是他天赋的才能得到了发挥的结果。

诸如此类，我们只要具备相应的环境或合适的条件，就能充分发挥自身天赋的才能。

我把这种开发人的潜能的过程称为“指导”，而将提供条件、帮助开发才能的人称做“教练”。

最初提议把这种理念应用到育儿当中是在1995年前后。

当时，我以“心灵沟通”作为项目名称开设了研究会，同时也在全国家长会（PTA）之类的演讲会上宣传我的教育理念，以期开展培训活动，帮助家长成为儿童的“心灵教练”。

如今，小册子《心灵沟通》已经成为近万人的育儿和生活的好帮手。

“心灵沟通”注重开发孩子的“生存能力”，生存能力得以开发的孩子，目光炯炯有神，生活态度积极向上。

另外，“心灵沟通”同时也注重开发父母这个“心灵教练”的能力。

父母学习如何做好教练，将会充实父母自己的人生。

培养孩子的生存能力和父母作为教练成长的过程是相辅相成的。

因为父母成长了，孩子的生存能力就会提高。

通过“心灵沟通”项目，我认识了很多父母，倾听了他们育儿中的烦恼，学习了他们成功的育儿经验，和他们一起思索，共同成长至今。

在这里，我把其中的精华整理成册，和大家共享。

正是各位父母的亲身经历和深切体会，促成了本书的出版。

而最重要的是孩子们的心声，孩子们欣然接纳我们为其父母，比任何人都信赖我们、爱我们。

正是他们的心声使这本书得以问世。

为了回报孩子们对我们的爱和信赖，也为了让我们自己能有一颗更加宽厚的心来包容孩子的一切，让我们前进，前进，再前进。

——菅原裕子

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

### 内容概要

《让男孩听进去，让女孩说出来》是日本人气教育专家菅原裕子的代表作，长期位列日本亚马逊网站亲子畅销书排行榜第1名。

菅原裕子直指独生子时代“小皇帝”、“直升机父母”等教养误区，提倡教育的目的是让孩子具备坚强的独立能力和生存能力，并提出66个提案给父母切实有效的指导。

同时，父母自身的成长也是同样重要的。做父母首先要明确自己的职责，避免短视和急躁，学会与孩子心灵上的沟通，才能培养出个性独立、能力强的孩子。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

### 作者简介

菅原裕子在亲子教育方面有独特的理解，针对“少子化时代”父母的教养难题，提供给家长多种教养方法，被日本父母奉为教子严规。

1995年以来，她为家长们启动协助孩子提高生存能力的爱心工程“心灵教练”项目，热心参与日本各地的学校、全国家长会等演讲，备受家长追捧。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

### 书籍目录

前言 做孩子的心灵教练 IX

第1章 父母的职责何在？

孩子的人生应该交给孩子自己。

父母只要帮他们创造良好的环境，让他们学着以自己的力量生存，蕴藏在孩子身上的智慧种子就会萌芽、成长。

1 教育的最终目标是让孩子自立

2 作为父母，可以按自己的意志培养孩子吗？

3 育儿应着眼未来，而不是现在

4 孩子还是婴儿时，父母是完全的“保护者”

5 随着孩子的成长，父母也从保护者变成了“后援团”

6 父母的“帮助”会毁掉孩子？

7 父母送给孩子最好的礼物就是“支援”

8 “帮助”是父母的自我满足，却掠夺了孩子自己做的权利

9 父母是支援孩子、激发其潜能的教练

10 做一份适合自己的父母成绩考核表

11 教育没有“太迟”这一说

12 了解孩子的气质类型，再来好好教育

第2章 给孩子最可贵的3种能力

让我们教给孩子人生中最最重要的3件事吧，那就是“爱”、“责任”和“助人为乐”。

爱

13 只有爱才能让人感到自信

14 跟孩子说“都是为你好”，并不能传达你对他的爱

15 得不到父母之爱的孩子，既不会爱自己，也不会爱别人

16 怎样向孩子表达爱

17 从今天开始，别再用禁止和命令的话语

18 “宠爱”和“溺爱”是不同的责任

19 叫孩子起床该是谁的工作？

20 孩子会从因果关系中学到很多

21 学会承担责任，孩子才不会成为受害者”

22 没有学会责任的孩子会害怕变化

23 教给孩子爱的母性，教给孩子责任的父性

24 从早上不叫孩子起床做起吧助人为乐

25 给孩子“想做”的主动性

26 用表扬来支配、教育孩子是很危险的

27 父母是在批评孩子，还是在意气用事，随意发火？

28 帮孩子建立助人为乐的善意

29 怎样才能使孩子懂得“助人为乐”

30 产生共鸣时，孩子会主动去做

第3章 让孩子幸福的“家教”

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

所谓“家教”，既不是单纯地让孩子听父母的话，也不是把孩子培养成父母想要的“乖孩子”，而是要教导孩子如何能和他人一起幸福地生活。

- 31 “家教”可不是指批评孩子
- 32 父母就从控制怒火开始做起吧
- 33 怎样生活，首先父母要明示一个“框架”
- 34 让孩子养成便于生活的好习惯
- 35 生活的框架也可以用“规则”来表现
- 36 父母如何努力能让框架和规则起作用
- 37 父母自己遵循框架生活十分重要
- 38 不要过分溺爱孩子
- 39 越说他不行，他就越不行
- 40 能强化孩子言行的魔法语言
- 41 鼓励后，需要耐心地等待

### 第4章 让心与心相连的聆听方式和表达方式

孩子想说的时候，只要父母不打岔，他们就会很自然地开口。  
父母想说的时候，只要变换下方式，孩子就会积极接受。

- 42 听孩子说，是“支援”孩子的第一步
- 43 我们本来就听不进去别人的话
- 44 检测下你的“充耳不闻”
- 45 胁迫、责备、说教，你的台词是哪种？
  
- 46 聆听技巧1：沉默
- 47 聆听技巧2：重复孩子的话，打开孩子的心扉
- 48 聆听技巧3：这样听，才能帮孩子解决问题
- 49 聆听技巧4：用共情来体谅孩子的心情
- 50 如实接受孩子的感情和感觉
- 51 聆听技巧5：全身心地聆听孩子的话
- 52 孩子觉得没什么，父母却认为有问题，怎么办？

- 53 责备孩子的“你如何如何”
- 54 表达父母情感的“我如何如何”
- 55 孩子的语言能力如何全看父母的

### 第5章 父母幸福的话，孩子会更好

孩子幸福的第一步，就是父母自身过得幸福。  
而且，父母自身的幸福，要由父母自己去创造。

从孩子那里独立

- 56 你喜欢你自己吗？
  
- 57 不要把孩子当做自我实现的道具
- 58 孩子并不要求父母完美
- 59 一定不要责备自己
- 60 致上班的各位父母—不要把工作当成育儿不利的借口
- 61 父亲和孩子的“心灵沟通”
- 62 父母有困难时，也要敞开心扉，寻求支援从父母那里独立

<<让男孩听进去，让女孩说出来>>

63 父母无法改变，要变就变自己

64 现在，跟父母真诚地聊聊你的心情

65 和父母保持一定的距离，平等相处

66 父母也能战胜他们内心的困扰，相信父母的强大吧

后记 “裂缝水桶”的故事

译后记 擦亮父母的眼睛

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

### 章节摘录

#### 第1章 父母的职责何在？

孩子的人生应该交给孩子自己。

父母只要帮他们创造良好的环境，让他们学着以自己的力量生存，蕴藏在孩子身上的智慧种子就会萌芽、成长。

1教育的最终目标是让孩子自立 围绕孩子教育出现的社会问题在逐年增加。

凶杀犯罪的低龄化、自闭、厌学、欺凌弱小、家庭暴力、虐待孩子…… 这样的问题一旦出现，总会有人说“现在的孩子太没教养了”，“他们都没有是非观念了”等等。

孩子们到底怎么了？

亲手虐待自己孩子的年轻父母到底怎么了？

这一切问题和事件的发生，归根结底是因为孩子们没有自立。

正是一群不能自立的孩子，和一群未能自立就为人父母的年轻的爸爸妈妈们，引发了诸多问题。而这些问题未必就只是他们个人的问题，同时也是使他们无法自立的社会和他们父母的问题。

在社会急剧变化的今天，我们这些大人有时候都会感觉难以适从。

孩子们在令人眼花缭乱的变化中，又要经受多少纷乱复杂的刺激和诱惑？

和我们的孩提时代相比，现在的孩子长得很快，看上去颇有大人样儿。

但实际上，他们的内心世界却跟外表很不相称，尚未成熟。

不等内心自立，他们就被抛到了完全陌生的信息旋涡中了。

人的成长过程中，刺激是必要的。

可是如果刺激不当或者过度，结果会怎样？

不但无助于人的成长，反而会使身心受到危害。

遗憾的是，来自外界的刺激是我们难以掌控的。

不过在父母力所能及的范围内进行客观限制应该可以吧？

比如不给孩子看太刺激的电视节目和杂志等。

但这样的限制也只能是在孩子小的时候有效。

等孩子长到一定年龄，父母便无法完全控制其行为。

何况，人际关系等社会心理方面的刺激更是我们无法掌控的。

我们唯一能做的是培养孩子经受刺激的能力。

当过度的或不当的刺激袭来时，孩子如果具备抵制等免疫力，就会自觉将问题控制在最低限度内。

这种能力，正是我们所说的“生存能力”，具备这种能力的孩子，就是“自立的孩子”。

在青少年问题频发的今天，我们这些做父母的，似乎在培养孩子的生存能力方面做得并不成功。

岂止如此，我们甚至是在妨碍孩子们生存能力的自我成长。

高举着爱与责任的大旗，我们正在过度干涉孩子们的生活，正在铲除孩子身上本该成长的力量。

社会越来越复杂，越来越要求高度的信息处理能力和问题处理能力。

要求之高，跟我们成长之初已不能同日而语了。

而我们却没有给孩子们学习这些能力的机会。

2作为父母，可以按自己的意志培养孩子吗？

那还是女儿上幼儿园时候的事。

一次我们在附近的公园玩儿，偶然遇到了我十几年前在工作上认识的一个朋友。

她带着和我女儿一样大的儿子。

当年我们认识的时候还都是单身，也没有什么过密的交往，而现在有了育儿这个共同话题，很快就聊到一块儿了。

“来我家玩玩吧。”

“于是我们就接受她的邀请，去她家做客了。”



## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

“咱们玩什么？”

“我女儿问那个男孩子，男孩儿似乎不知所措，只是微笑着，没什么反应。”

“真是个文静的孩子”，我想。

女儿饶有兴致地看着男孩儿的玩具，开始拿着玩起来，并邀请男孩儿一起玩儿。

起居室旁边的和式房间里堆满了玩具，满得都无处落脚。

“原来男孩子都是这样的啊”，我正想着，他的母亲端来了茶果。

昔人旧事花絮纷飞，两个大人聊得不亦乐乎。

其间，她见缝插针，抽空就招呼她的儿子。

“啊，那个不行啊”“用这个”“停！”

不是说了让你喝茶吗”“坐好了”“不要洒了”“安静点儿”“快点过来坐”&hellip;&hellip; 命令之多，让我瞠目结舌。

简直是一刻不停地在给她儿子下命令。

另一个让我惊讶的是她儿子的反应。

不管妈妈说什么，那孩子都是莞尔一笑，好像什么也没听到，身体却在按照妈妈的指示行动。

这之后我和她就育儿方面也进行了交流。

看到我让女儿随便玩，自己只是看着孩子玩，她感叹道：“你只是在看啊。”

“她感觉父母必须让孩子行为规范举止标准，并深信这才是‘家教’。”

所以，她24小时都在对着孩子讲话，进行指导。

“你看到了吧，其实孩子们都知道自己想做什么、该做什么的。”

“我说。”

“可是&hellip;&hellip;”她有太多的“可是”&mdash;可是给人家添麻烦了怎么办，可是和其他孩子玩不好怎么办，可是孩子教养不够怎么办&hellip;&hellip;所以她在尽父母的“职责”，一一进行指示。

而且，她在努力地让儿子达到自己心目中的理想的行为举止。

3育儿应着眼未来，而不是现在 凡是为人父母的，都会有这样那样的担心：孩子是否安全啦，乖不乖啦&hellip;&hellip;不安的父母时常为一种必须要做好家教的责任而焦虑。

特别是关于教养方面，一旦有什么问题，就会有人把做父母的当成攻击的靶子，说“最近的孩子太没有教养了”。

因此，父母们都想努力把自己的孩子培养成知书达理的好孩子，或者是培养成能为大众接受、父母不必跟着被人说三道四的那种孩子。

但是，他们却没有注意到：自己的做法，有时是在剥夺孩子生活中的快乐。

我们这些父母，经常容易把焦点放在“现在”上。

现在，孩子安全吗？

现在，孩子是在按照父母的想法行动吗？

现在，孩子周围发生的事情是父母想要的吗？

现在，孩子是自己理想中的孩子吗？

焦点置于“现在”上，父母便对孩子“不合理”的行为进行说教、阻止。如此，父母才能得到“现在”的意顺心安和秩序井然。

然而，从孩子的一生来看，过度重视眼前一时的安心和秩序，就等于把孩子的自主性和自主做事产生的快乐扼杀在襁褓中了。

育儿过程中，我们父母着眼的应该是孩子的将来。

比起孩子现在如何，更应该重视的是孩子成人之后如何。

我们有必要停住脚步，考虑一下现在和将来。

在父母现在做法的延长线上，是否能看到孩子真正的幸福。

比如，四五岁的孩子，正是爬下父母膝盖、拔脚踏入社会的时候。

这时，孩子就要从如何保护自我、如何不伤害他人开始，学习怎样和别人好好玩、怎样控制自己的感情和行为才能和别人相处得融洽等社会性技能了。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

这种技能正是“生存能力”。

掌握这些技能的唯一方法就是去经历。

孩子们正是在各种各样的经历中锻炼，来掌握这些社会性技能，提高自我生存能力，从而实现自立的。

然而，如果这个时候，父母一直紧跟着孩子，随时随地指挥他们现在该怎么办的话，结果会怎样？

本该孩子自己思考自己去做的事情，父母都代劳了，结果就是孩子们完全丧失了自己去经历的机会。

或许，很多孩子即使没有掌握这些社会性技能，也会出类拔萃；但有一点我敢肯定，那就是通过掌握这些技能而得到的充实感和喜悦，他们是无缘体会的。

其中，有些气质特殊的孩子，恐怕还会因为父母这样那样的过度干涉而深受伤害，无法学到他们本该学到的一些做人很重要的东西。

父母培养孩子的终极目标，是希望他们将来能够幸福生活；能够不依赖他人，以自己的力量独立生活、开拓人生。

4孩子还是婴儿时，父母是完全的“保护者”； 婴儿出生后约3个月内处于完全依赖状态。

这段时期如果得不到完全保护，自然就无法生存下去。

保护者（主要是母亲）在本阶段要对脆弱无助的孩子细心呵护。

婴儿自身无法照顾自己，父母要满足孩子所有的生理性需求。

这一阶段的保护可以说是基于孩子的“完全不行”状态而言的。

因为小婴儿自己喝不了奶，自己换不了尿布，自己挪不了步，所以需要父母照顾他的一切。

这段时间父母的无私关爱，会对日后孩子的人格形成很大影响。

经常被抱在怀里，经常获得交流，经常得到尊重的婴儿，长大后情绪稳定。

所以，这时的照顾绝不能疏忽。

同时，通过这时和孩子充分的肌肤接触，父母也会加深对孩子的爱意和好好育儿的决心。

孩子的长势是惊人的。

从啥也不会到学会翻身、会坐、会爬、会自己活动，到开始抓着东西往嘴里送，开始说话。

“能行的”事情日益增多。

随着孩子们会做的事情不断增加，父母的保护也开始转变为“支配”。

会做的事情变多，也就意味着危险增多。

于是父母为了保护心爱的孩子远离危险，就要给孩子作很多规定，支配孩子的行动。

为了不让孩子触及危险，父母有时会连珠炮似的喊：“别动！”

“不行！”

“这样的指示、命令、禁止语日渐增多。

出门时，为了限制孩子忽然乱跑，便拉着孩子的手，或者把孩子放在儿童车里。

为了保护孩子的安全，这倒也是理所应当的。

这种保护和支配，对今后孩子自主性和独立性的养成，起着重要作用。

但是，如果父母的保护和支配变成习惯，一直这样对待孩子，就会阻碍孩子的自然发展。

不管孩子长到多大，我们父母似乎总是容易把孩子当成“还不行的小宝贝”。

5随着孩子的成长，父母也从保护者变成了“后援团”； 孩子的成长势如破竹，很快就不再需要保护和支配了。

但是，他们的父母却没有注意到这一点，依旧继续从前的做法，对孩子进行保护和支配。

这些也是父母望子成龙的自然表现。

父母们“想保护自己可爱的孩子”、“想好好教育，培养成一个好孩子”、

“想做个好父母”之类的想法无可厚非。

可实际上，过多的保护和支配剥夺了孩子的自由，扼杀了孩子自身欲待蓬勃生长的嫩芽。

父母不承认孩子“能行”，总是觉得应该继续保护，其实正是如此才阻碍了孩子自立能力的形成。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

受到“保护”的善意压抑，孩子会在伤痛中慢慢长大。原因是只要父母充当其“完全保护者”，孩子为了得到父母的爱，就只能以“不行的孩子”自居。

父母的这种爱原本是为了保护“柔弱无力”的孩子，但因为并没有随着孩子的成长而变通，反而导致把孩子培养得“不行”的后果。

孩子日益成长，父母也应该跟着成长，不断变换相应的教育方案，这至关重要。那么，父母应该怎样成长呢？

为了培养孩子的生存能力，随着孩子的成长，父母自身应该从“保护者”成长为“父母”。

“保护者”是对“完全不行”的孩子进行完全保护，而父母则有着不同的职责。父母的职责是对“能行”的孩子进行援助。

如果是“不行的孩子”，父母有必要伸手代劳；但若是“能行的孩子”，父母则仅仅看护着他做就可以了。

在“你不行”的潜台词中长大的孩子，和在“能行”的氛围中长大的孩子，他们的人生是大相径庭的。

“援助”这个词在词典中是“SUPPORT”（支援）和“HELP”（帮助）两个意思。

但实际上，这两个词却有着天壤之别。

“帮助”是代替“不行”的人，去为他做点什么。

保护者所做的工作就是帮助。

而“支援”就是首先承认他“能行”，并在其身边守护，为他能做得更好而在必要时伸手相助。

这个“支援”，才是父母该做的工作。

进入小学后，孩子离开父母的时间越来越多。

父母不可能一直守护在他们身旁。

但是，如果此时孩子自身具备了“能行”的基本素质，他社会生活的第一步就会迈得信心十足。

以小学入学时期为目标，合理减少保护和支配的比重，增加孩子独立完成“能行”的事情的机会，这就是我们“心灵沟通”项目给各位的建议。

6父母的“帮助”会毁掉孩子？

“如果有人挨饿，你是钓鱼给他吃呢，还是教给他钓鱼的方法？”

这是援助他人时，对援助者姿态的一个比喻性提问。

一个正在挨饿的人，如果置之不理，他就会饿死。

钓鱼给他吃就是一种“帮助”，正像照顾刚出生的婴儿一样。

刚出生的婴儿，依靠自己完全无法生存，正是一个需要帮助的典型。

当然，给饥饿的人钓鱼吃，确实是一种亲切又可敬的行为。

但是，虽说如此，如果一直给他钓鱼吃，又会怎样呢？

饥饿的人会无法独立解决自己的饥饿问题，一直依赖帮助自己的人生存。

不仅如此，等他们长大了，就会对依然必须依赖他人生存的自己心生厌恶。

一直受父母“帮助”的孩子也是同理。

就这样，来自父母的深厚的爱，反而把孩子培养成了软弱无力的个体。

父母通常会对孩子提供何种“帮助”呢？

- 1.对孩子该做的事情逐一进行指挥和命令（和孩子在一起的时候，基本都是父母在说）
  - 2.揣测孩子的需求，无条件给予一切物质需要（孩子不用要，什么东西都可以自动到手）
  - 3.教育孩子怎样感受（不去用心感受孩子的心痛和烦恼，而是进行说教）
  - 4.认为孩子就是父母的延续，希望孩子能成为自己所追求的那样（不去倾听孩子的想法，听了也不给予尊重）
  - 5.孩子的问题父母事事包办（本该孩子做的事情父母取而代之，全部代劳）
- 孩子幼小的时候，

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

所有行动都是在父母的控制下，所以这些“帮助”没有作为问题表现出来。但是随着年龄的增长，孩子开始更多地接触社会。

一直在父母的指挥下行动的孩子，一旦没有了父母的指挥，就不知道自己该何去何从。

另外，父母体察入微、想要的东西自己不用要便会得到的孩子，将来就不会正确表达自己的希求。父母没有充分听取自己意见的孩子，长大后就无法恰当地表达自己的感情。父母全权处理了所有问题的孩子，自己就没有勇气面对问题。

在父母的“帮助”中长大的孩子，本该自己经历的各种事情都被父母抢先完成了。因此，他们自身就缺乏在实践中学到的技能，缺少处理问题的经验。

对于解决实际问题经验不足的孩子来说，这个社会实在难混。对于不会处理问题的孩子来说，这些问题，让他们避之唯恐不及。

7父母送给孩子最好的礼物就是“支援”；那么，授之以渔，结果又会怎样？作为援助者，钓鱼给饥饿的人吃是相对简单的；而传授给他钓鱼的技术，看着他不会到会却是一项需要耐性的工作。

教给他如何去钓鱼，并等着他学会钓鱼，终有一天，他就会自立，不再需要援助者。认为孩子“不行”，去“帮助”、指挥孩子的人生时，父母就有了长时间“必须”要做的工作——“照顾孩子”。但是，如果去努力“支援”孩子，让他“能行”，让孩子学着自已尝试做越来越多的事情的话，终有一天，孩子就不再需要父母，父母就会失业。

能够“支援”孩子自立的父母，自己本身也是自立的，不会担心孩子有一天不再需要自己。他们不去支配孩子的人生，并赖以生存，而是活出自己本色的人生。

这里，我们有必要搞清楚“自立”的意思。所谓“自立”，就是不依靠他人、以自己个人力量能够生存的意思，也是指当自己个人无能为力时，能够坦诚向他人求助的能力。

事实上，被我们认为一无所知降临于世的婴儿身上，已经蕴涵了自己生存下去所需要的所有智慧的萌芽。

只要不受到父母阻碍，这些萌芽就会枝繁叶茂、茁壮成长。所以，所有的孩子其实天生都是小小冒险家。刚过一岁半的孩子，对任何事情都跃跃欲试。拿好拿不好勺子都想自己拿，饭都想自己吃，杯子要自己端，茶都要自己往嘴里送。你若伸手想帮他，他反而很不高兴：人家想自己做嘛。但凡四肢健全的宝贝儿，都是干劲十足的小家伙。

表现可能因人而异、千差万别。但孩子的好奇心和尝试欲，正是大自然赋予我们学习自立生存所必需的力量。

各位想必栽培过植物吧。小学时，我曾经写过牵牛花的观察日记。从播种、发芽、生长、开花，到采种为第二年的栽培作准备，我一直都在观察。种子撒到土里，放到日照比较好的地方，只要稍稍洒一点水，牵牛花就会一派生机。原来牵牛花所必需的所有能量，原本就蕴藏在它的种子里啊。我们所需要的工作，只是给它创造一个合适的环境而已。

孩子也是一样的。孩子会慢慢发现自己所具备的智慧和力量。只要父母帮他们创造良好的环境，让他们学着以自己的力量生存，蕴藏在孩子身上的智慧种子就会萌芽、成长。

“支援”并不是逐一下达指示，要求他们“做这个”“做那个”，而是指父母不要妨碍孩子，让他们学会自己学习、自己发现。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

孩子的人生应该交给孩子自己。

40能强化孩子言行的魔法语言 我想很多父母都有这样的体验，不该做的事、不希望做的事，说几遍也没有效果。

如上节所述，越说他不行，就越强化了他的“不行”。

那么，父母怎样做，孩子才能做父母希望他们做的事情呢？

一种是第2章所说的，让孩子自己去体会自己言行所带来的必然结果。

这点父母可以选择很自然地将其融入到日常生活中。

另外还有一种可以很快出成果的做法。

我首先来举几个成功的例子。

浴垫事件 那还是女儿上小学低年级时候的事。

在我们家有个不成文的规定，就是自己洗完澡后，要为下一个洗澡的人铺好浴垫。

女儿也长成“大姑娘”了，我对她也提出了同样的要求，可这孩子就是不铺。

有一天，我生气了，就责备她。

谁知她毫不示弱，回嘴顶撞说：“人家做得好的时候妈妈从来不说，做得不好的时候就说人家。”

“越发生气的我接着也回敬了她一句：“瞎说什么呢！”

“那天就那么不欢而散了。”

第二天，女儿洗完澡后是我洗。

一进浴室就发现浴垫已经端端正正地铺好了。

机会来了！

我把女儿喊进来，看着她的眼睛说：“浴垫铺得很好嘛！”

谢谢女儿，妈妈很高兴。

“自那天起，女儿十年如一日，至今也没有一次忘记过铺浴垫。”

健太小朋友的衬衣 健太的妈妈总是很在意他的衬衣，希望他能将衬衣整齐地掖进裤子里。

但是健太君对此毫不在意。

一玩得尽兴，衬衣就乘机从裤子里钻出来。

他的妈妈就整天跟着喊：“健太，衬衣，把衬衣好好掖进裤子里。”

“可是，怎么说健太君都不听。”

在我的演讲中听到我和女儿的故事后，健太君的妈妈便跃跃欲试：“是这样的啊。”

“首先，她停止了唠叨健太衬衣的事。”

然后一心一意地等待着，等待着儿子的衬衣被收入裤子的那一天。

那一天终于到来了。

健太妈妈去托儿所接他那天，发现健太君衬衣整齐地扎在裤子里，站在那里等妈妈。

机会来了！

妈妈对儿子说：“健太，你太棒了！”

这样把衬衣整齐扎进裤子里的健太真棒！

妈妈真高兴！

“那以后，健太的衬衣一直端端正正地掖在裤子里。”

“健太妈妈很开心地给我发邮件说。”

妈妈在哪里，哪里就是“家”；从学校回来晚的时候，女儿时常会打电话回来要我去接。

开车穿过田间小道，10分钟左右就能到女儿学校。

校园里已经灯火尽熄，女儿站在校门口等我。

“谢谢妈妈”，一钻进车里，她就开始讲她这一天的喜闻乐见。

有一次，我又去学校接女儿，这次她钻进车的第一句话是：“我回来啦！”

“这话惹得我莫名地感动起来，原来对孩子来说，父母在哪里，哪里就是他们的家啊。”

孩子要回去的场所不是家，而是父母所在的地方。

所以，即便父母是在车上，他们也会说“我回来了”。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

“刚才你说‘我回来了’啊。

对你来说，妈妈在哪里，哪里就是家啊。

不知怎的妈妈听了很高兴呢。

“我这么一说，女儿也点头应道：‘真是呢！’

“此后，每次女儿上车时，必说‘我回来了’。

而我也每次都能感觉到一种快乐：做这个孩子的母亲真好啊。

浴室的头发 在女儿之后进浴室，发现地上有掉落的头发。

女儿是近视眼，没注意到掉落的头发就出了浴室。

有一天，掉落的头发特别多，我就把女儿喊进来，指给她看：‘这么多头发呢？’

“女儿一看说：‘啊，果然！’

“接着就为后面洗澡的人把头发收拾干净了。

这时我就说：‘妈妈觉得此时此刻的你真是好极了！’

说你你也不生气，坦诚接受并改正别人指出的错误。

妈妈真高兴。

“从那以后，女儿变得更加注意头发问题了。

淘气哥哥大变身 有位母亲一直为她淘气的长子烦恼。

4岁的长子对妈妈整日忙着照顾刚出生的妹妹颇为不满。

最近母亲注意到这孩子经常欺负他1岁的小妹妹。

戳一戳啦，拽一拽啦。

“不要这样！”

“不管母亲是严厉批评，还是好言相劝，他就是不听。

有一次他把母亲气得火冒三丈，把他好一顿批评。

这位母亲已经无计可施，跑来找我商量对策。

我听说母子三人总是一同入浴。

一般先是小哥哥出浴更衣，之后妈妈就把妹妹从浴缸里抱出去。

从这里开始到妈妈出浴的一两分钟，就是小哥哥大展身手的时候了。

因为给妹妹擦干身体是哥哥的工作。

这一天，小哥哥从浴缸里爬出来时，他妈妈说话了：‘你妹妹已经开始扶着站了，很危险。

不过有你帮妈妈看着，妈妈很放心，你真是帮妈妈大忙了。

“说完， she就把妹妹从浴缸里托出来，稍后妈妈也站了起来。

只见小哥哥一边帮着妹妹擦干身体，一边努力支撑着扶墙而站的妹妹。

这位妈妈收拾利索了自己之后，立即将小哥哥抱在腿上，看着他的眼睛说：‘谢谢你总是帮着妈妈照顾妹妹，你真是太棒了！’

妈妈真高兴。

“3天后，她给我发来了‘大获全胜’的邮件。

“长子情绪十分稳定，对妹妹也很关照。

“41鼓励后，需要耐心地等待 上节所谈到的例子都是通过一番感谢或者共鸣的话，强化了孩子理想的言行。

你知道这里发生了什么吗？

这就是父母对孩子有明确的期待，当这种理想的情况出现时，父母给予孩子积极的肯定，从而强化了孩子好的言行。

目前为止，很多父母都尝试过这个办法。

这种强化法的特长如下： 不需要太费脑筋 容易出结果 进展不顺也不会留下任何后遗症

在父母和孩子都感觉幸福的氛围中，成功做好了家教 就是这样了。

建议各位家长积极尝试一下。

下面我说一下具体做法。

1.父母期待孩子有什么样的言行应该具体化 有一点，这种言行必须能给孩子带来幸福。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

如果只是对父母来说方便，或者是在按照父母的意志支配孩子，强化是不会顺利进展的。那就变成一种以表扬来支配孩子的行为了。

这里我们想做的是，把能使孩子受益的、好的言行详细具体地告诉给孩子。

2.耐心等待孩子那样说、那样做的时刻到来 注意观察等待，那一刻会来的。

为了不漏掉那个瞬间，让我们把1中的具体言行定准了。

3.在那个现场，看着孩子的眼睛，向他传达肯定的信息 孩子言行中的哪一点让你高兴了，把这点具体地告诉孩子。

关键是要让孩子感觉到那是你发自内心的感受。

或许你会觉得付诸实施时会因为羞于张口，而表达不好。

可我们还是趁着孩子小的时候，克服我们的害羞情结吧。

等孩子大了，就更难办到了。

不羞不怯，把心中的欢喜和感谢以“我如何如何”的句式来如实传达给孩子。

“谢谢你孩子，我很高兴。

”让孩子清楚地知道父母感谢什么、高兴什么，这是很重要的。

让我们柔声告诉孩子，给他们的心园播撒上喜悦之种。

印象越深刻，成为习惯的可能性就越高。

因为，有一粒种子，会在孩子的心中抽芽猛长。

46聆听技巧1：沉默 父母总是喜欢说。

正如在“充耳不闻检测”中显示的那样，一听到孩子说“不弹钢琴了，再也不去了”时，有几个父母能暂且沉默，先喘口气呢？

以前，我在一个电视节目中看到了一个有趣的情景。

两组嘉宾就生活方式在进行讨论。

一组是高中生模样的孩子，一组是年长的艺人。

一位上了年纪的艺人催问道：“你们对那种事情，作何感想？”

一个年轻人说：“这个嘛，我嘛，那个……”刚开始还没说几句，年长者就迫不及待地插播自己的高见了：“我说你们这个年纪的年轻人啊……”一会儿，年长者又问了：“那又怎样呢？”

年轻人又欲回答：“是啊，所以嘛……”谁知，年长者又发话了：“不过，倒也是，也是合乎情理的。”

那位年长的艺人，看似在催促对方说话，而最终好像只是对神侃自己的想法感兴趣。而且在最后讨论结束时，人家还总结道：“真高兴今天能一起沟通这么多啊。”

其实根本没有沟通，而是年长艺人自己抒发了一通感想而已。

为什么我们这些父母（大人）总是这么想说呢？

为什么就不能闭上嘴巴好好倾听孩子的话呢？

这是因为我们总是自以为是，以为自己比孩子们懂得更多，所以必须要把这些经验教给不了解它的孩子。

诚然，我们父母是比孩子们年长很多，但是真的能说对自己的生存方式很了解吗？

毕竟，对于孩子今后的人生你会知道多少呢？

也不可能比孩子自己更清楚吧。

孩子有孩子自己的答案。

父母的工作就是要和孩子一起考虑那个答案对孩子来说，是否是最佳答案，而且要支援孩子提高答案的质量，而不是将自己的想法强加给孩子。

对孩子的人生指指点点是大错特错的。

支援孩子找到适合自己的生活方式，才是父母的工作。

因此，首先，父母要认识到本该是孩子说话时，自己总是不由自主地打断孩子的话，抢着说话的这个坏习惯。

其次，要重新设置那个坏习惯的开关，有意识地去关上那个自动开关。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

具体请注意以下几点：  
1.停止对孩子指示、命令、训斥。  
2.有问题问孩子时，要一直等着孩子回答。  
3.不由得想说什么时，孩子若开口说话，就把自己忍不住想说的话先咽下去。  
沉默能给予我们思考的时间。

它能使我们不受“意愿性充耳不闻”左右，让我们有余力去聆听孩子的心声。

重要的是：父母沉默下来，孩子就有了说话的机会。

孩子想说的时候，只要父母不打岔，他们就会很自然地开口。

47聆听技巧2：重复孩子的话，打开孩子的心扉 当孩子说“不弹钢琴了，再也不去了”时，父母首先要保持沉默。

沉默期间，内心要默念：“我很想理解孩子。”

前面已说过：对于以“意愿性充耳不闻”的方式去听孩子说话的父母，无论他们说什么，孩子几乎都会显示否定性反应。

那是因为父母有自己的想法：“要想办法让孩子继续。”

这种情况下，父母最应该做的，不是要想办法让他继续做，而是要去了解让孩子说出此话的原因，去理解孩子何出此言。

为此，要沉默，要在心里默念“真想理解孩子”，然后重复孩子的话。

子：“不弹钢琴了，再也不去了。”

母（沉默两三秒）：“不弹钢琴了？”

再也不去了？”

温和地重复一遍。

实际上，在做“充耳不闻检测”中，那些父母意识到自己的“充耳不闻”后，开始试着做“为了理解孩子，重复孩子的话”。

令人惊奇的是，“充耳不闻”时孩子的反抗和感觉父母不能认真倾听自己说话的那种心理都烟消云散了。

相反，孩子心中油然而生出另一种感情：“放心了”，“父母能认真倾听自己的苦恼啊”，“开始扪心自问：‘自己是真的不想练琴了吗？’”

通过父母“为了理解自己而重复自己的话”，孩子们感觉到“父母能认真倾听自己的苦恼”。

当有人愿意听自己心里话的时候，人就会敞开心扉。

孩子会感觉父母十分亲近，开始和他们谈心。

父母是想知道孩子为什么那么说才开口的，他们想知道的是真实情况。

可是，“充耳不闻”让他们不由得反问：“原因呢？”

为什么？”

“怎么了？”

发生了什么事？”

这么一来，孩子也会自动选择容易让父母接纳的理由（借口）。

而借口和孩子的心声或许是完全不同的。

今后，当孩子说出让你不由得想反问“为什么”那样的事儿时，请务必先沉默下来，为了理解孩子，重复孩子的话，这样孩子就会向你吐露心声。

子：“妈妈，我不想去学校了。”

母（沉默）：“不想去学校了啊。”

（沉默）子：“是啊，因为……”子：“爸爸，我不想去补习班了。”

父（沉默）：“……”子：“我吧……”首先，这种开场白就创造了彼此可以谈心的平台，第一扇门已经被打开了。

这种聆听技巧叫做“反射”，是指把孩子的话原封不动地反射回去。



## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

但是，只靠这个技巧谈话未免有些单调，难以达到积极帮着孩子解决问题的目的。那么，让我们进行下一步吧。

48聆听技巧3：这样听，才能帮孩子解决问题 当发生特别令人厌烦的事情时，人们通常都会十分夸张地发牢骚。

如果心平气和地对待的话，其实不算什么大事儿。

可这时的我们却偏偏爱说什么“不做了！”

“再也不要见面了！”

“之类的话。

孩子也是一样。

“不弹钢琴了，再也不去了”，这话或许只是孩子头脑发热、一时生气才说的气话。

下面我给大家介绍聆听技巧的下一步，让我们陪着孩子将情绪稳定下来，冷静地思考，和他们一起去考虑解决方案。

能“支援”孩子解决问题的聆听方法 子：“不弹钢琴了，再也不去了。”

“父母（沉默）：“不弹钢琴了？”

再也不去了？”

“（沉默）子：“嗯。”

因为美香说我弹得不好。

“父母：“这样啊，所以你心里难过啊。”

“（方法1）子：“太过分了！”

所以，我不想弹了！”

“父母：“真不甘心啊！”

怎么办才好呢？”

妈妈和你一起想想办法吧。”

“（方法2）子：“想办法？”

我已经厌烦了！”

“父母：“钢琴也不喜欢了吗？”

“子：“&hellip;&hellip;不是的，不是讨厌钢琴。”

“父母：“那么，你想怎么做呢？”

“（方法3）子：“要是美香不说坏话刁难我，上课也蛮有趣的，我想继续练琴呢。”

“父母：“这样啊。”

那怎么做才能使练琴继续下去呢？”

“（方法4）子：“嗯，去别的钢琴教室。”

“父母：“也是啊，这样也行啊。”

其他办法怎么样呢？”

“子：“美香去别的教室也可以。”

“父母：“对啊，她要能那么做我们可就好办了。”

其他办法呢？”

“子：“其他办法？”

不在乎美香说什么就好了！”

那个女孩很多人都不喜欢她，心眼儿很不好。”

“（孩子稍稍有了点精神。）

父母：“啊，这样子啊！”

还有没有其他能用的办法？”

为了能继续你心爱的钢琴课。”

“子：“我想不出来了。”

“父母：“嗯，你想出了不少好主意，采用哪个好呢？”

“（方法5）子：“嗯&hellip;&hellip;我决定不把美香的话放在心上。”

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

“父母：‘这样啊。

你不在意她的话，美香会怎么做呢？”

“（方法6）子：‘说不定会一直跟着说我。

“父母：‘如果真是那样的话，你怎么办？”

“子：‘装聋作哑不理她不就得了。

“父母：‘好啊。

能做到吗？”

“子：‘嗯，试试看。

“父母：‘你这样做，美香会怎样呢？”

“子：‘到最后肯定就不会再说了。

“父母：‘对啊。

那么你准备试试？”

“子：‘嗯。

不把美香当回事了。

“父母：‘那么，我们也为你加油！

咱就试试这么办。

谢谢宝贝告诉我们。

事情进展如何一定要再跟我们说说啊。

“（方法7）子：‘嗯，知道了！”

“我们来总结一下能帮孩子解决问题的聆听方式的顺序。

方法1：父母在进行语言“反射”和感情上理解的同时，应理解孩子的心情，也让孩子认识到自己的心情。

“所以你生气了啊。

“‘你好像挺难过啊。

“方法2：提议一起想办法，确认孩子是否想和自己商量。

“和妈妈一起想想办法怎样？”

“‘怎么办好呢？”

和老爸开个作战策略大会？”

“方法3：确认孩子想怎么做，弄清楚谈话的方向性。

“实际上你想怎么做呢？”

“‘你觉得怎样才是最好的结果呢？”

“方法4：询问解决问题的办法。

这个时候暂且不管可行与否，先一起考虑一下各种方案（即使是一些傻里傻气的话）。

无论孩子提出什么方案，都不要否定。

“让我们想一想能做点什么吧。

“‘那样也行啊。

其他办法怎么样？”

“方法5：让孩子从几个方案当中，选出一个最佳方案。

“这里面最好的办法是哪一个呢？”

“方法6：讨论一下孩子若实施了自己选择的那个方案，可能会出现什么结果。

确认一个对所有人都好的方案。

“你觉得这样做，结果会怎样？”

“方法7：确认孩子想做的心情，给孩子打气，告诉他父母会一直守护着他。

“做做看，情况如何再讲给妈妈听啊。

“49聆听技巧4：用共情来体谅孩子的心情 上一节的对话例子当中，父母说：‘这样啊，所以你心里难过啊。

“正是对孩子的感情进行了共情。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

这也是一种反射技巧。

这里，母亲的观察力就发挥了作用。

孩子嘴上说“不弹钢琴了，再也不去了”，可神情如何呢？

如果母亲能察觉到孩子难以言状的悲伤，也就能够体谅孩子的那种“难过”的心情了。

人并不能时刻注意到自己的心情，即便是我们这些大人，有时候也会忽然感觉到心情烦躁、郁郁不快，陷入无法言语的混沌中。

这时候，如果有谁体察到我们的心情，用合适的语言“反射”给我们，我们也就能够更好地理解自己的感情状态，并因此能够冷静地看待自己的心情和境况。

父母体谅孩子的“悲伤”，孩子也就能去考虑自己是否真的想停止学琴，然后才意识到自己并不是不想学琴了。

我就是用这个办法，攻克了和女儿沟通方面的很多难关。

不想去学校的时候，和朋友闹纠葛的时候，突然说要改变今后的方向的时候，遇到感情问题的时候。

这时，我会对女儿的话进行反射，对她的感情进行共情。

之后，就是按照上述“支援孩子解决问题的聆听方法”的顺序，去倾听女儿的话。

孩子解决自己的问题，并不需要父母的意见。

孩子需要的只是父母的聆听。

孩子有时会向父母征求意见：“爸爸你怎么想？

”“妈妈觉得呢？

”通常这种情况下，父母把自己的意见强加给孩子的可能性就比较高。

但请你不要忘记：孩子自己有解决问题的能力。

这个时候，也正是父母认识到自己作为教练的作用的时候。

你知道“孩子自己可以做到”吗？

你知道“孩子自己想变得更好”吗？

知道之后父母就要“一直等着孩子理想的情况出现，并作好准备提供任何必要的支援”。

正如教练不会代替选手上场比赛一样，父母也不能代替孩子作选择，去解决孩子的问题。

父母能做的，只是作好后备。

50如接受孩子的感情和感觉 上节中提到，所谓感情的理解，就是指父母要感觉到孩子可能感觉到的东西，并以语言的形式将其反射出来。

然而，有时候父母会觉得难以接受孩子的感情。

那正是因为父母自身在感情方面出现了混乱。

你有没有见过这样的情景呢？

孩子摔倒在地，擦伤了脚，不住地哭泣。

做父母的蹲在旁边，不停地否定孩子的疼痛、不安和惊吓：“不痛，不痛，坚强的宝贝不哭。

”看似司空见惯的场景，里面却隐藏着一个大大的错误。

坚强也好、脆弱也罢，痛就是痛，说“不痛”也没有任何说服力。

孩子和朋友闹了矛盾，情绪低落地回到家，你上来一句：“那么点儿小事，干吗这么不开心，打起精神嘛！

”孩子听了会怎样？

连自己的父母都不了解自己，他们会感觉寂寞万分，会变得更加无精打采。

这个时候要求孩子打起精神，实际就是在否定孩子的感受。

即便父母的初衷只是想鼓励他们。

为什么父母会这样做呢？

那是因为父母主观上难以接受孩子消极的感情（悲伤、痛苦、心酸、后悔）和伤痛，他们希望孩子总是幸福的。

为了自己的安心，他们不希望孩子感觉到这些否定性的感情和伤痛。

这可以说是父母接收孩子感情和感觉失败的一种表现吧。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

父母接收孩子感情和感觉的行为，对孩子理解自己的感情和感觉也是非常重要的。

婴幼儿尚不知自己心中产生的感情和感觉叫做“喜”、“怒”；还是“哀”、“乐”，他们只是单纯地感受到了。

比如说，小宝宝一大早就被父母送到了奶奶家，直到傍晚父母才来接。

看到亲爱的爸爸妈妈来了，孩子自然就会手舞足蹈，快乐得想跳。

这时父母就会接收到，并用语言表达出孩子的这种感受：“好高兴啊，好高兴啊。”

孩子于是就学会了：自己此时此刻感觉到的心情原来是“高兴”啊。

再有，眼前忽然窜出一条狗，孩子受到惊吓，十分不安，哭着找妈妈。

飞奔过来的父母抱起孩子，安慰说：“好了好了，宝宝受到惊吓了啊。”

这时孩子知道了自己现在的状态就是“受惊吓”。

父母对孩子的感情和感觉进行反射，既能如实接纳孩子的状态，也非常有助于培养一个孩子丰富的感情。

你要知道孩子并没有那么软弱。

与其让他们装作没有痛苦和悲哀，还不如承认他们的感情和感觉，与他们一起感受，包容他们。

“很难过吧？”

不过你已经很努力了。

父母这么说，孩子就会放松身心，扑进能充分理解自己感受的父母的怀抱。

51聆听技巧5：全身心地聆听孩子的话 语言交流有语言和非语言两个方面。

语言这个方面就是语言的内容，是指说的是什么；非语言方面就是表达方式，是指如何表达。

“我很喜欢你”这句话表达的是语言方面的意思。

但是假设说这话时，眼睛不看着对方，声音低沉的话，喜欢的意思能传达到吗？

只怕对方会觉得你只是嘴上说喜欢，内心并不是那样想的吧。

进行语言交流时，比起嘴上说了什么，重要的是这些话是如何表达的。

非语言方面往往比语言本身对对方的影响力更大。

聆听的时候也是一样，以非语言形式向孩子传达“我在听”这个信息时，孩子就会感觉父母能用心聆听自己的心里话。

我来举几个基本的非语言的交流技巧，它们能够告诉对方“我在认真听”。

目光 父母一忙起来，目光就顾不上追随孩子了，只拿声音去应对孩子的话。

若没有什么重要的事情，孩子也只是随口说说的情况下，倒也未尝不可。

可是，当孩子的表情告诉我们“听我说嘛”的信息时，我们就一定要坐下来，注视着孩子的眼睛，认真聆听孩子的心声。

表情 包含视线在内的表情，对对方的影响最大。

相对而坐，即便父母坐下要听，但表情僵硬的话，也会让孩子感觉“爸爸妈妈是不是不想听啊”。

所以，请你注意要保持表情柔和。

动作、手势 抱臂或者盘腿常被理解为警戒和拒绝的信号。

孩子是解读这种信号的天才。

父母以这样的动作跟孩子讲话，孩子就会感觉自己的话没有被父母接纳。

你不妨做个试验。

当看到孩子从对面走过来时，你张开双臂、笑脸相迎。

孩子就会飞奔到你的怀里。

而下次试验时，你双臂抱胸、恶脸相向。

只怕孩子就会在你面前停下来，疑惑地看着你吧。

声音的表现力 “天气很好啊”，这句话声音清脆地说，别人就能感觉到你在为好天气感到欢喜，但是如果闷声低沉地说，别人就会感觉：“这家伙是不是怕被晒黑了啊。”

音调和语气会大大改变语言的意思。

特别是在反射孩子的语言和感情时，让我们结合语言的意思，用心地反射给孩子吧。

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

“你看上去很高兴嘛”要高高兴兴地说，“你看上去有些悲伤嘛”要充满同情地说。

我们需要根据不同情况，灵活改变自己的说话方式。

只要感情上追随对方，自然就会做到那样。

……

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

### 媒体关注与评论

《让男孩听进去，让女孩说出来》这本书给我敲了个警钟，正如作者所说“育儿不是按照父母的意志来行事”，给孩子的更多应该是让他自我成长的力量，这种力量包括身体的，也包括心理的。

社会竞争这么大，帮孩子遮挡，不如让他自己武装起来，才有更强的生存能力。

——一位两岁男孩的妈妈 用“语言的反射”来聆听孩子，这是我第一次听说，没想到仅仅是重复孩子的话，就让我不再曲解孩子的意思。

书里的一些方法很简单，也很实用。

——10岁女孩的妈妈、教师李慧文

## <<让男孩听进去，让女孩说出来>>

### 编辑推荐

《让男孩听进去，让女孩说出来》系日本最畅销的家庭教育文库本。少子化时代，父母常常和“直升机爸妈”“过度养育”等新名词脱不了干系。而《让男孩听进去，让女孩说出来》就是针对现代父母过度养育的难题而写的。它不仅告诉父母如何能让孩子变得有责任有担当，更提出了66个沟通提案，教父母不用偷看日记，也能做孩子的知心朋友。

<<让男孩听进去，让女孩说出来>>

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>