



## 内容概要

《如何说青少年才会听 怎么听青少年才肯说》是国际著名的亲子沟通专家阿黛尔·法伯和伊莱思·玛兹丽施以她们风靡全球的畅销书。

通过多年的研究、讲演和读者反馈，法伯和玛兹丽施女士摸索出一种创新的沟通方法，使家长和青少年子女之间的对话保持坦诚、公开和相互尊重。

无论涉及的话题是有关交友、学习、日常生活，还是吸毒、抽烟、网瘾、酗酒等恶习，这种方法对抑制冲突、减少挫折、促进所有问题的沟通都非常有效。

《如何说孩子才肯学》《兄弟姐妹如何和睦相处》和《释放家长，释放孩子》帮助了上百万个家庭。现在她们又带给我们一本生动而实用的家庭教育指南，帮助父母处理和子女沟通过程中面对的种种棘手问题。

法伯和玛兹丽施以她们特有的平易近人的写作风格，用《如何说青少年才会听 怎么听青少年才肯说》一书把您带进她们饱受赞誉的工作室，倾听其他父母和青少年子女的对话，领会当今各个家庭所牵挂的问题。

书中包含了简单易行的建议、生活中的真实案例、简单的图示，以及“提醒”页。

对于青少年的父母来说，这是一本不可缺少的书，掌握了书中的技巧，就能开启青少年的心灵世界，与他们达成美妙的交流沟通，让孩子在您的引导下身心健康发展。

## 作者简介

阿黛尔·法伯和伊莱恩·玛兹丽施，国际著名亲子沟通专家，美国畅销亲子教育书系作者。她们在美国各地巡讲，其工作室的课程被世界各地的团体广泛使用。

欲知作者的活动公告和新书，请登录[www.AuthorTracker.com](http://www.AuthorTracker.com)。  
如果你了解阿黛尔·法伯和伊莱恩·玛兹丽施的其他书作、录音带、录像带及工作室课程，请访问[www.fabermazlish.com](http://www.fabermazlish.com)。

黎晴，毕业于中山学法律系经济法专业，赴美获得MBA后任职于道琼斯公司负责金融指数研发，现居美国新泽西州。

胡涛，毕业于北京大学图书馆系情报学专业，后赴美获计算机专业硕士学位，现就职于道琼斯公司，从事指数实时计算程序开发，现居美国新泽西州。

阿黛尔·法伯和伊莱恩·玛兹丽施，国际著名亲子沟通专家，美国畅销亲子教育书系作者。她们在美国各地巡讲，其工作室的课程被世界各地的团体广泛使用。

欲知作者的活动公告和新书，请登录[www.AuthorTracker.com](http://www.AuthorTracker.com)。  
如果你了解阿黛尔·法伯和伊莱恩·玛兹丽施的其他书作、录音带、录像带及工作室课程，请访问[www.fabermazlish.com](http://www.fabermazlish.com)。

书籍目录

本书的诞生作者的话一、指导青少年处理感情问题 与其劝他抛掉感情，不如肯定想法和感情 与其忽视感情，不如用一个字或者声音表明知道了他的感觉 与其给她讲道理和解释，不如给予现实中不能实现的假设 与其放弃你的良好判断，不如在接受感情的同时修正不能接受的行为二、鼓励青少年与我们合作 与其发号施令，不如表述问题 与其责难和攻击孩子，不如表达你的感受 与其责备，不如给予信息 与其威胁和命令，不如给出选择 与其长篇大论地说教，不如一言以蔽之 与其指出错误，不如说明你的价值观和(或)期望 与其生气地斥责，不如采用非常规的办法 与其唠叨，不如写成文字三、替代惩罚的方法 陈述你的感觉 表达你的希望 教孩子如何改正 提供选择 采取行动四、与青少年共同解决面临的难题 步骤一：让孩子讲出他的看法 步骤二：陈述你的见解 步骤三：让孩子和你一起集思广益想办法 步骤四：不加任何评价地写下所有的主意 步骤五：审阅哪些建议应付诸实施五、走进青少年的内心世界 什么是这个年龄最美好的部分 这个年龄的孩子们在忧虑些什么 父母什么样的言行对青少年有所帮助 青少年给父母的忠告 青少年给同龄人的忠告 青少年希望生活有那些改变六、情感、朋友与家庭 与其反驳，令人难堪，不如聆听，并加以点头或是词语附和 与其漠视倾诉，不如用言词附和 与其无视愿望，不如给予不能实现的假想七、说和听的艺术与方法 与其互相攻击或责骂，不如说出你的感受和希望 当表扬孩子时，与其只是评价性的，不如描述你感受到的 当表扬孩子时，与其只是评价性的，不如描述你看到的八、帮助青少年正确认识性与毒品 关于性问题，与其一次正式长谈，不如找机会随时随地引导 抓住机会谈论吸毒、吸烟或酗酒话题，防止青少年沾染恶习下次讨论的话题鸣谢联系我们

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>