

<<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

图书基本信息

书名：<<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

13位ISBN编号：9787121186509

10位ISBN编号：7121186500

出版时间：2013-1

出版时间：电子工业出版社

作者：鲁鹏程 著

页数：207

字数：247000

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>

## <<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

### 前言

这是一个相互交流、沟通、合作的时代，任何一个人都不能靠单打独斗而获得成功。

如果一个人没有强大的人际交往能力的话，孩子就很难在社会立足。

所以，每个人都必须学会与人相处，与人交往，与人合作，从而实现共同发展。

美国人际关系学家戴尔卡耐基曾经说：“一个人事业上的成功，只有15%是由于他的专业技术，另外的85%要依赖人际关系、处世技巧。

”这句话说得很有道理。

因为，每个人生活在这个世界上都需要与人交往。

对于孩子来说，如果他善于与人交往，那他就能从容地与同龄人相处，上学后，也能够与老师等成年人良好地交往。

一个孩子是否善于与人打交道，是否具有良好的人缘，对他的学习和未来人生的发展有着很大的影响。

孩子如果喜欢与人接近，那他进和退就都能得体适当，他就懂得关心别人，从而能交到更多的朋友，进而建立自信，悦纳自己，快乐生活。

其实，孩子会做人比会做事更容易让他出人头地。

但是，如果孩子从小人际关系就不好的话，他就会产生严重的挫败感，甚至他会用偏差与极端的行为来吸引他人的注意力。

这样，他在小的时候就会影响学习，长大后就会影响到工作表现、婚姻家庭……这一系列的问题，都会成为他走向幸福人生的阻碍。

但让很多妈妈伤脑筋的是，有些孩子根本就不会主动与人说话，非常腼腆、害羞。

这样，他就会封闭自己的心门，就很难融入到集体生活中去，在未来，他也很难适应复杂多变的社会。

当然，孩子腼腆害羞的情形是很常见的，也很正常。

本来，孩子的与人交往能力就需要妈妈来好好培养的。

事实上，对于孩子来说，学习与交往，是同等重要的，做妈妈的千万不要再陷入“仅仅以学业为重”的教育误区，要花些气力，让孩子学会人际交往，学会与人相处。

有人说：“人际力是决定孩子未来的竞争力。

”这话并不是随口而说的。

美国斯坦福大学研究指出：一个人赚的钱，12.5%来自知识，87.5%来自于人际关系；另一项研究更指出：被解雇的员工中，有95%是因为人际关系不佳。

而孩子今天的人际关系，就是他进入社会后的人际关系的一个缩影！

由此可见，人际关系就是竞争力的关键。

所以，今天的妈妈，应该提起教育的敏感度，努力培养孩子的人际力。

说了这么多，终归是为了解决一个问题——如果孩子腼腆害羞，我们该怎么办？

这正是《孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？

》这本书所要解决的问题。

本书从“家有怕羞的孩子怎么办、培养孩子的语言沟通能力、教孩子学会交往的礼仪、教孩子懂得倾听他人、教孩子学一些交往的技巧、教给孩子正确的交往行为、纠正孩子不良的交往心理、培养孩子优秀的交往品质”等8个方面，全面阐述了孩子腼腆害羞方方面面的问题。

本书旨在希望帮助妈妈找到更多的方法，与孩子一起面对日趋复杂的人际关系，让孩子掌握人际沟通的技巧。

为了让广大父母更好地理解孩子远离腼腆、害羞，学会与人交往的重要性，我们引用了很多案例加以说明。

同时，我们也在本书中阐述了妈妈如何帮孩子克服交际障碍，如何变得活泼、善交际的方法。

只要妈妈灵活运用这些方法，就会最大程度地改变孩子腼腆害羞的状况，让孩子变得大方、自信起来，从而全面提升人际交往能力。

<<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

最后，衷心希望每一位妈妈都能轻松愉快地教育孩子，做最好的妈妈；希望每一个孩子都不再腼腆害羞，都能健康快乐地成长。

## <<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

### 内容概要

本书从“家有怕羞的孩子怎么办、培养孩子的语言沟通能力、教孩子学会交往的礼仪、教孩子懂得倾听他人、教孩子学一些交往的技巧、教给孩子正确的交往行为、纠正孩子不良的交往心理、培养孩子优秀的交往品质”等8个方面，全面阐述了孩子腼腆害羞方方面面的问题。

本书旨在希望帮助妈妈找到更多的方法，与孩子一起面对日趋复杂的人际关系，让孩子掌握人际沟通的技巧，变得大方、自信起来，从而全面提升人际交往能力。

## 作者简介

鲁鹏程，资深家庭教育研究专家，家庭教育畅销书作者。

曾在某著名国际学校做过多年一线教师，多次被评为“学生最喜爱的教师”、“优秀青年教师”。

现专注于家庭教育和青少年问题的研究与写作。

出版过家庭教育著作多部，其中《好妈妈不吼不叫教育男孩100招》、《好妈妈不宠不娇教育女孩100招》、《孩子总是拖拖拉拉，妈妈怎么办？

》、《父母与孩子的对话艺术》、《给孩子最好的安全教育》、《给孩子最棒的情商教育》、《隔代教育须注意的100个细节》、《怎样让孩子快乐成长》等作品深受广大读者好评。

## <<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

### 书籍目录

#### 第一章 妈妈，我不敢，我怕羞 ——家有怕羞的孩子，怎么办？

从心理学角度来讲，孩子在1—2岁及5—6岁期间都会经历一个“害羞期”，这是正常现象。因为随着年龄的增长，孩子会慢慢摆脱害羞现象。

但是，如果孩子过了这两个“害羞期”，还表现得特别害羞、腼腆，总是说“妈妈，我不敢，我怕羞”，我们应该怎么办呢？

1. 什么，要写下来？  
——让孩子写下害羞时的感觉
  2. 说吧，妈妈听着呢！  
——倾听孩子害羞时心里的想法
  3. 宝贝，勇敢点！  
——与孩子一起制订“勇敢计划”
  4. 我能行吗？  
——给孩子积极的暗示，让他拥有正面情绪
  5. 妈妈，我见人就紧张！  
——教孩子在紧张时深呼吸
  6. 做这些卡片干吗？  
——与孩子制作卡片，感谢帮助他的人
  7. 我该跟谁在一起呢？  
——让孩子多接触善良、友好的人
  8. 妈妈，他们笑话我！  
——教孩子积极应对他人的嘲笑
- #### 第二章 请，谢谢，对不起，再见！

——培养孩子的语言沟通能力

语言沟通是人与人交往的基础。

善于沟通的孩子在处理人际关系、解决人际问题等方面会显得更加游刃有余。

而害羞腼腆的孩子则会因为缺乏沟通能力而丧失诸多可能发展自己的机会，那么，为了让孩子不再腼腆害羞，我们就要重视起对其语言沟通能力的培养。

9. 我不太会表达自己！  
——锻炼孩子的语言表达能力
10. 请，谢谢，再见！  
——教孩子学会使用礼貌用语
11. 阿姨好，叔叔好！  
——教孩子主动跟长辈、邻居等问好
12. 你说得真对，真的！  
——教孩子学会真心赞美他人
13. 我说……我还说……——不要让孩子独自一人说个不停
14. 他说的话简直太粗鲁了！  
——不让孩子说粗话和脏话
15. 嗯……嗯……——孩子说话时，不要让他太啰嗦
16. 死东西，臭混蛋！

## <<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

——避免孩子有不良的口头禅

第三章 不学礼，无以立，我要学礼！

——教孩子学会交往的礼仪

教育家孔子说：“不知礼，无以立也。”

这就是说，不懂礼就不能在天地间立足，由此可见“礼”对于一个人的重要性。

孩子在与人交往过程中也要讲究礼仪，否则随便一个轻率的言行也许就会伤害到他人，从而破坏他的人际关系。

所以，我们一定要教孩子学礼。

17. 叔叔好，请喝茶！

——教孩子学会礼貌地待客

18. 我有一张开心脸！

——让孩子记得每天对人微笑

19. 哎，你叫什么名字来？

——教孩子记住别人的名字

20. 谁乱动我东西了？

——不让孩子乱动他人的东西

21. 大脸猫！

大脸猫！

——不让孩子给别人起绰号

22. 我看看他写了什么！

——不让孩子偷看他人信件日记

第四章 我有两只耳朵一张嘴，要多听！

——教孩子懂得倾听他人

西方有句谚语：“上帝之所以给人一张嘴巴、两只耳朵，就是要人少说、多听。”

对于性格内向、腼腆害羞的孩子，他可能不善于表达自己，那我们就不妨先教他懂得倾听他人。

孩子一旦学会了倾听，也就学会了沟通，自然就会提高交往能力。

23. 听，有那么重要？

——教孩子懂得倾听的可贵

24. 他说他的，我忙我的！

——听人诉说时不做自己的事

25. 点头，微笑！

——教孩子用肢体语言和眼神鼓励倾诉者

26. 然后呢？

后来呢？

——教孩子在倾听的过程中发问

27. 你说的是……——让孩子在必要时，重复他人的话

28. 你有话要说吧！

说吧！

——要孩子积极主动地倾听

29. 欢迎你给我提意见——鼓励孩子善于听取别人的意见

第五章 我要跟人大大方方地相处！

——教孩子学一些交往的技巧

## <<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

腼腆害羞的孩子在与人相处时总是在躲避，各种小动作都显得扭捏无比，许多人就是在他这种不大方的表现下，无法和他有更深入的联系，进而也就无法与他成为朋友。

所以，我们要教孩子学一些交往技巧，让他能大大方方地与人相处，能尽快地融入集体之中。

30. 我的衣服要保持整洁！

——让孩子保持一个好的形象

31. 他有好东西都不给我！

——不让孩子为小事斤斤计较

32. 我知道“退一步，海阔天空”！

——要孩子给他人留点面子

33. 哎，告诉你一个秘密！

——不让孩子谈论别人的秘密和隐私

34. 真是气死我了，气死我了！

——教孩子改掉急躁的脾气

35. 他真值得我学习！

——鼓励孩子发现别人的优点和长处

36. 我有这个，你有吗？

——不让孩子炫耀自己

37. 我大方，MP3送给你吧！

——同学交往物质往来不要过多

38. 他一定是遇到什么困难了！

——遇事多让孩子为别人着想

39. 我们每个人都是平等的！

——永远不让孩子轻视他人

第六章 我会跟他们和平共处的！

——教给孩子正确的交往行为

当孩子拥有腼腆害羞的性格时，他的交往行为就会出现偏差，有时他的行为不但起不到联络朋友的效果，反而还会将朋友越推越远。

所以，我们要教孩子有正确的交往行为，让他能跟朋友真正做到和平相处，这样他与朋友的友谊才有可能有更为长远的发展。

40. 妈妈，我有点害怕！

——教孩子学会合群，不怕生

41. 去跟他们一起玩吧！

——鼓励孩子参加到集体活动中

42. 还你东西，谢谢你！

——孩子借东西要让他及时归还

43. 没什么，别在意！

——告诫孩子，别与同学闹矛盾

44. 我要做个乖孩子！

——不让孩子不吵架、打人

45. 做人要讲道理的！

——告诉孩子，不蛮横，要讲理

46. 别乱跑乱闹啊！

——不让孩子在公共场所捣乱

47. 叔叔，你要给我买……——不让孩子乱给他人要东西



## <<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

### 第七章 妈妈，我想……我不想……

#### ——纠正孩子不良的交往心理

在人际交往中，孩子的一些不良心理，如自卑、敏感、嫉妒等，常会使他在人前有腼腆害羞的表现，这不但会阻碍他的人际交往，还有可能使他受到伤害。

此时，我们及时而正确的引导，可以帮助他远离这些不良的交往心理，使他能够拥有良好的人际关系。

48. 我比不了他们，他们都行！

——让孩子远离自卑情绪

49. 我就爱自己玩！

——教孩子告别自闭的倾向

50. 他们肯定是在说我！

——不要让孩子过于敏感

51. 哼，他有什么呀！

——尽早纠正孩子的嫉妒心理

52. 我最厉害了，别惹我！

——让孩子走出“自我中心”

53. 他不跟我玩了！

呜呜……——孩子的情感不要太脆弱

54. 郁闷，我太郁闷了！

——教孩子摆脱抑郁的阴影

55. 不行，不行，就不行！

——教孩子远离任性的坏习气

### 第八章 我要做个人见人爱的好孩子！

#### ——培养孩子优秀的交往品质

优秀的品质永远是一个人的立身之本，更是与人成功交往的保证。

孩子在成长的过程中，肯定离不开与他人的交往，而优秀的交往品质则能让他成为一个人见人爱的孩子。

对于那些腼腆害羞的孩子而言，优秀的交往品质更是能让他超越自我，拓展他的人际关系！

56. 我从来不说谎哦！

——教孩子学会诚实，不说谎

57. 我就是随便说说，你别当真啊！

——让孩子说到做到

58. 我不复习就比你考得好！

——教孩子别骄傲，要谦虚点

59. 我就是没有错！

——孩子有错，就要让他勇于承认

60. 这是我的，你不能玩！

——教孩子学会与人分享好东西

61. 不是我干的，我不知道！

——教孩子遇事不推卸责任

62. 我踩到你了，你一定很疼吧！

——培养孩子的同情心

63. 不就迟到10分钟吗！

——告诉孩子，一定要守时

<<孩子腼腆害羞，妈妈怎么办？>>

- 64. 你怎么了，不舒服是吗？  
——教孩子学会关心他人
- 65. 你好，需要我帮忙吗？  
——教孩子学会热心帮助别人
- 66. 肯定是我哪里做得不好！  
——让孩子懂得自我反省

章节摘录

版权页：插图：腼腆害羞的孩子在与人交往时不敢说话，但随着我们对他不断地进行训练，这种情况也许会得到改善，他会逐渐开始习惯于在众人面前表现自己的语言才能。

再加上我们为了培养孩子的语言表达能力，也会有意鼓励他多说话，久而久之，孩子可能就会从因为害羞腼腆而一句话不敢说，变成只顾自己一个人说个不停。

如果说，与人交往却一句话都不说是不合适的，那么总是不给别人说话机会，就顾着自己说同样也是不正确的行为。

只顾自己“口舌之快”的人，会给他人一种过于自我的感觉，即便是朋友也会慢慢疏远他。

所以，不能让孩子自己一个人在那里说个不停，也要给他人表达的机会。

所谓交流，就是你有来言我有去语，这样才能将彼此的想法互相传达给对方，让两人互相了解得更多。

。

儿子放学回家后，扔了书包立刻就跑到厨房委屈地对妈妈说：“同桌不理我了。”

”妈妈停下手里的活儿，扭头问儿子：“为什么？”

”“我哪知道啊！”

”儿子撇撇嘴，“今天课间休息的时候，我跟他聊天，我正说得起劲的时候，他忽然就说不想听了，然后就开始自己看起来。”

我问他怎么了，他说我只顾着自己说，却不让他说话。”

”“哦？”

”妈妈眨了眨眼睛，“真的吗？”

你真的是这样的吗？”

”

编辑推荐

《孩子腼腆害羞,妈妈怎么办?:培养孩子交往能力的66个细节》旨在希望帮助妈妈找到更多的方法,与孩子一起面对日趋复杂的人际关系,让孩子掌握人际沟通的技巧。

为了让广大父母更好地理解孩子远离腼腆、害羞,学会与人交往的重要性,我们引用了很多案例加以说明。

同时,我们也在《孩子腼腆害羞,妈妈怎么办?:培养孩子交往能力的66个细节》中阐述了妈妈如何帮孩子克服交际障碍,如何变得活泼、善交际的方法。

只要妈妈灵活运用这些方法,就会最大程度地改变孩子腼腆害羞的状况,让孩子变得大方、自信起来,从而全面提升人际交往能力。

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>