

内容概要

全球最畅销家教书系作者、美国杰出的教育专家法伯与玛兹丽施寄语中国读者： 无论我们生活在地球的哪一个角落，都对孩子拥有同样的爱。

我们都愿意把最好的奉献给孩子，我们更希望传承给孩子一种方法，让他们学会面对现实，创造未来！

阅读《如何说孩子才会听、怎么听孩子才肯说》的经历，将是一次学习爱的技巧与接受爱的训练的过程，它给了你走进孩子内心世界的钥匙，指引你切身体会孩子内心的感受。

通过一系列实用有效的方法，帮助你和孩子建立起一个能够快乐交流的平台，使孩子变得不同寻常地愿意与父母配合。

掌握了“如何说？

”“怎么听？

”的技巧，就能开启孩子的心灵世界，与孩子达成美妙的交流沟通，让孩子在您的引导下身心健康发展。

为了建立这个快乐沟通的平台，围绕“如何说”“怎么听”，作者从六个方面进行了探讨和实践： 1、帮助孩子面对他们的感受； 2、鼓励孩子与我们合作； 3、代替惩罚的方法； 4、鼓励孩子自立； 5、恰当地赞赏孩子； 6、让孩子从角色中释放。

尤为可贵的是作者清晰简洁地创造了一套操作方法，给出了实现这六个方面的30种技巧，辅以大量的常见场景和问题加以说明，并配有相应的练习题，让父母可以把这些技巧烂熟于心，灵活运用，随时应付各种情况，做到游刃有余。

书籍目录

中文版序言 英文版序言 谢辞 如何阅读本书 第1章 帮助孩子面对他们的感受 如何面对孩子的负面感受？

很简单，接受他们的感受。

我们和孩子是完全不同的个体，不能用我们的感受代替孩子感受。

感受没有对错之分，所有的感受都是被接纳的，但某些行为必须受到限制。

孩子的感受被接纳了，他们才能开始集中精力改变自己的情绪。

帮助孩子面对他们感受的四个技巧：1.全神贯注地倾听 2.用“哦……”“嗯……”“这样啊……”来回应他们的感受 3.说出他们的感受 4.用幻想的方式实现他们的愿望 第2章 鼓励孩子与我们合作 孩子不愿意合作，是因为他们和我们在需求上存在矛盾。

家长如何处理自己的负面情绪。

尊重孩子是合作的开始。

鼓励孩子与我们合作的五个技巧：1.描述你所看见的，或者描述问题 2.提示 3.用简单的词语表达 4.说出你的感受 5.写便条 第3章 代替惩罚的方法 惩罚孩子，实际上剥夺了他从内心深处对自己错误行为的反省过程。

不要把孩子看做麻烦的制造者，要把他们当做解决问题的积极参与者。

代替惩罚的七个技巧：1.请孩子帮忙 2.明确表达强烈不同意的立场（但不攻击孩子的人格） 3.表明你的期望 4.提供选择 5.告诉孩子怎样弥补自己的失误 6.采取行动 7.让孩子体验错误行为的自然后果 当孩子屡教不改时，家长解决问题的五个步骤。

第4章 鼓励孩子自立 家长培养孩子的一个最重要的目标，就是帮助他们成为一个独立的个体。

让孩子自己做自己的事情，亲自经历各种问题带来的挣扎，在自己的错误中得到成长。

让孩子依赖感降到最少，让孩子成为有责任感的人。

鼓励孩子自立的六个技巧：1.让孩子自己做选择 2.尊重孩子的努力 3.不要问太多问题 4.别急着告诉答案 5.鼓励孩子善用外部资源 6.不要毁掉孩子的希望 第5章 学会赞赏孩子 在家里得到赞赏的孩子，更愿意为自己设立较高的目标。

赞赏需要谨慎，善意的赞赏有时会带来意想不到的拒绝。

做父母的一个重要职责是学会如何及时称赞孩子做对的事情。

赞赏孩子的三个技巧：1.描述你所看见的 2.描述你的感受 3.把孩子值得赞赏的行为总结为一个词 第6章 让孩子从角色中释放 父母如何看待孩子，会影响到孩子们的行为。

做一个真实的自己比做一个“妈妈的乖女儿”更重要。

永远都不要低估了你的话对孩子一生的影响。

让孩子从角色中释放的六个技巧：1.寻找机会让孩子看到一个全新的自己 2.创造机会，让孩子另眼看待自己 3.让孩子无意中听到你对他的正面评价 4.以身作则 5.记住孩子那些特别的时刻 6.当孩子又按照原来的方式行事时，表达你的感觉和期望。

第7章 融会贯通 改变孩子，需要将所有的技巧都用上。

这一切是为了什么？

精彩在继续 1.多年以后 是这样，但是……如果……会怎么样？

孩子们的“母语” 读者来信 2.30周年纪念版感言 3.下一代的成长 为读者推荐的家教图书

章节摘录

版权页：插图：当我上周听了乔舒亚的故事后，我就在想，多希望能把这个经验用在托德身上呢？托德今年也是3岁，患有脑瘫。

对正常孩子很容易做的事情，比如：站稳、伸直头这样的动作，对托德来说却很难。

其实，他已经有很多进步了，但还是很容易沮丧。

每次他试着做一些事情又没做成时，就会大叫好几个小时。

我简直拿他没办法。

最糟糕的是，他还踢我、咬我。

我猜他可能觉得是我把他弄得这么难过。

他几乎一天到晚都在生气。

我应该为他做点什么呢？

上周结束了讲座后，在回家的路上，我就想：在他发怒之前，我最好能提前有所准备。

那天下午他在玩拼图。

那个拼图很简单，由几个大拼块组成。

但是他还是不能把最后一块拼好，试过几次之后，他的脸色有些不对劲。

我想：“糟糕，情况不妙了！”

“我立刻跑过去，对他喊：“拿住了！”

……别动！”

……我去拿一样东西过来！”

”他吃惊地看着我。

我连忙地从他的书架上找来一只紫色的笔和画画纸，和他一起坐在地上，一边使劲地在纸上“噌噌”地画线，一边对他说：“托德，你生气的感受是不是就是这样的？”

”“是的。”

”他从我手中夺过笔，也疯狂地在纸上画线，然后，还不停地在上面戳孔，直到那张纸全都被戳满了孔。

我把纸对着光线，说：“你这么难过……你的确很生气！”

”他抢过纸来，哭了起来，又把纸一点一点地撕成了一堆碎纸屑。

最后，他抬头看着我说：“妈妈，我爱你。”

”这可是他第一次对我说这句话。

后来，我又用过这一招，但不是每次都见效。

我得找些其他的東西给他发泄，比如拳击沙袋之类的东西。

通过这件事，我意识到：最重要的是当他砸东西、摔东西或者乱画时，我能在他身边，让他知道即使是最极端愤怒的感受也是被接纳和理解的。

编辑推荐

《如何说孩子才会听 怎么听孩子才肯说(2012修订版)》是一本融合爱与沟通技巧的神奇之书，一本已让全球数百万家庭收获亲密亲子关系的家教图书，一本持续创造销售奇迹的家教图书。这本书让你的家庭充满快乐欢笑，它将帮助您孩子最终成为独立、自强、充满爱心和具有责任感的人。

《如何说孩子才会听 怎么听孩子才肯说(2012修订版)》将帮助你学会一种让孩子听话的神奇语言，这种爱的语言使孩子很容易接受您的要求和忠告，缓解所有年龄段的孩子与父母的紧张关系，结束父母与孩子的冲突对抗，带来父母和孩子的合作。

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>