

最新家长样和孩子沟通交流 家长和孩子零沟通心得体会(汇总13篇)

公益项目可以提高社会对弱势群体的关注度，增加社会的公平性和包容性。在总结公益活动时，我们应该充分考虑参与者的感受和反馈，以便更好地改进和优化项目。以下是一些有关公益项目的总结范文，希望能够为大家提供一些写作思路和参考。

家长样和孩子沟通交流篇一

段落一：介绍家长和孩子之间缺乏沟通的现象（200字）

在现代社会中，家长和孩子之间常常存在着沟通不畅的问题。家长忙于工作，孩子沉浸在个人喜好和网络世界中，导致彼此之间的互动越来越少。这种情况在很大程度上影响了家庭和睦以及孩子的成长。有许多家庭都被这种缺乏沟通的现象所困扰，我们有必要思考这个问题，并寻找解决的途径。

段落二：分析造成家长和孩子零沟通的原因（300字）

家长和孩子之间缺乏沟通的原因有许多。首先，忙碌的生活节奏使得家长们往往无法给予足够的关注和陪伴，从而无法了解孩子的内心世界。其次，现代科技的发展，如手机和平板电脑，使孩子们沉迷于虚拟世界中，没有太多时间和精力去与家长交流。此外，一些家长对于年龄较小的孩子存在过度保护的倾向，导致孩子不愿意与其沟通。

段落三：强调家长和孩子沟通的重要性（300字）

家长和孩子之间的沟通对于孩子的成长具有重要意义。沟通可以增强家庭的凝聚力，促进彼此之间的了解和信任。通过与孩子的好沟通，父母可以更好地指导孩子的学习和行为，

帮助他们解决问题和发展自己的能力。此外，沟通也有助于孩子培养良好的语言表达能力和社交技巧。只有与孩子保持良好的沟通，家庭才能建立和谐、温暖的氛围。

段落四：提出改善家长和孩子沟通的方法（300字）

为了改善家长和孩子之间的沟通问题，我们可以采取一些积极的行动。首先，家长要多关注孩子的兴趣爱好，与他们分享自己的经验和想法。这样，孩子就会感到被重视和理解，主动与父母交流。其次，父母可以将家务和学习等活动转化为互动的机会，与孩子共同完成，增进亲子互动。此外，家长还可以与孩子共同规划一些家庭活动，在旅行、游戏或者看电视时，积极地与孩子沟通。

段落五：总结家长和孩子沟通的重要性和启示（200字）

在现代社会中，家长和孩子之间零沟通的现象日益严重，对家庭和孩子的成长造成了很大的负面影响。我们应该意识到沟通的重要性，并采取措施来改善这种状况。家长要增加与孩子交流的机会，关注他们的兴趣、理解他们的需求，帮助他们解决问题和发展自己的能力。只有通过良好的沟通，我们才能建立和谐、温暖的家庭环境，让孩子快乐成长。

家长样和孩子沟通交流篇二

家长和孩子的沟通是一种非常重要的关系建立方式，它不仅可以帮助家庭成员之间增进了解和互动，还能够促进孩子的成长和教育。然而，现实中家长和孩子之间零沟通的现象却时有发生。在这篇文章中，我将探讨该现象的原因，并提出一些建议，希望能够帮助家长和孩子建立更良好的沟通方式。

首先，导致家长和孩子零沟通的原因之一是工作压力。在现代社会中，很多家长都面临着忙碌的工作和繁重的责任。他们为了生活和孩子的未来，常常长时间工作，这使得他们很

难有足够的时间和精力去和孩子进行深入的交流和沟通。与此同时，孩子也因为学业和兴趣爱好等原因，需要花费大量的时间和精力，导致在一起的时间减少，无法建立起有效的沟通渠道。

其次，家长和孩子零沟通的原因还在于技术的发展。如今，手机、电视、电脑等科技产品已经成为了家庭生活中不可或缺的一部分。许多孩子和家长习惯于沉浸在虚拟世界中，与现实世界的交流和沟通逐渐减少。家长沉迷于工作或社交媒体，而孩子被游戏和社交网络所吸引。这种无形的障碍阻碍了家长和孩子之间的互动和沟通，导致他们形成了零沟通的局面。

那么，如何解决家长和孩子零沟通的问题呢？首先，家长应该主动改变自己的态度和行为。他们需要认识到沟通对于家庭生活的重要性，并且愿意为此付出努力。家长可以选择合适的时间，比如晚餐时或周末等，与孩子一起做一些有意义的活动，如散步、共同购物等，以此来促进彼此的交流和沟通。

其次，家长可以通过培养孩子的兴趣爱好和自信心来增加沟通的机会。家长可以关注孩子的兴趣和才能，并为他们提供相关的资源和支持。这样不仅可以让孩子感到被关注和理解，还能够促进孩子的个人发展和成长。家长还可以鼓励孩子参加社交活动，如学校的社团活动、义工等，帮助他们与他人建立更多的友谊和信任，从而提高沟通的能力。

此外，家长和孩子之间的沟通也需要互相尊重和理解。家长应该尊重孩子的意见和感受，鼓励他们表达自己的想法和意见。而孩子也应该学会尊重和理解家长的决定和建议。通过建立良好的沟通习惯，家长和孩子之间可以建立起更加紧密的关系，互相支持和理解。

综上所述，家长和孩子之间的零沟通是一个存在于许多家庭

中的问题。然而，通过改变自己的态度和行为，培养孩子的兴趣爱好和自信心，并建立互相尊重和理解的关系，我们可以逐渐改变这种状况。希望通过这些建议，能够帮助更多的家长和孩子建立起良好的沟通方式，让家庭更加和谐幸福。

家长样和孩子沟通交流篇三

各位亲爱的家长朋友：

大家好！今天我想分享、以及和各位探讨的是：“怎样和孩子沟通才能使彼此的关系更和谐，怎样和青春叛逆期的孩子沟通才能帮他们平稳度过青春叛逆期”。

大家都知道我们家有三个年龄跨度相当大的孩子，大的上初二，小的才刚上幼儿园小班。身为母亲，和他们之间的关系和谐，让他们平安顺利长大就是我和他们之间沟通的目的！我们群内很多人只有一个孩子，一般的是两个孩子，而我却是三个孩子，因此在沟通方面我要比大家付出更多的精力和心血，不过，这也使我在实践中获得更多的经验。今天，我想重点分享和正在青春逆反期的老大的一些沟通技巧，希望能给家有青春叛逆期孩子的父母带来一些帮助，也希望能得到大家的批评和建议。

在这里我不想说那些大家都懂的大道理，就说说自己在日常当中是如何和孩子沟通的吧。在说这些之前，我想说一句我经常和孩子说的话：最好的修养就是将心比心。我不喜欢整天听人唠叨，所以，我尽量避免唠叨孩子。

我总结出五个和孩子沟通的小法宝。

任何良好的亲子关系都是需要沟通的，而且是要建立在不伤害孩子自尊心、双方都很愉快的前提之下的沟通。以前，我的性子很急躁，发现孩子犯了错误时，容易因为恼怒而冲动地说一些伤害到他们的话，结果，我发现这样做不但达不到

目的，反而会使孩子的情绪变得更不稳定，和他们的关系也越来越糟。这不是我想要的，我得想法改变。后来，我从《曾国藩家书》中得到启发，便试着在发现孩子犯错时写条子，再后来变成写信。在写给他们的信里面，我会讲一些故事，让他们从别人的故事中比对出自己的错误。在用这个方法时，我分析问题、指出孩子不足时的的头脑是冷静、清晰的，孩子们接受批评或建议时的头脑也是冷静、清晰的，这样子一来，我和孩子之间便避免了很多因情绪失控而产生的冲突，双方的关系也自然而然的好了。

很多的父母会说，孩子越来越大，越来越没有共同语言，在一起，好像无话可说了。这方面的困扰，我好像还没出现，因为我会和孩子们同看一些电视(我们一般看记录片和科教片)、电影或课外书，看完之后，我们会一起讨论电视或电影中的情节，发表对剧中情节或人物或自然环境等等的看法。尤其是看书，我会和孩子一起讨论哪本书好看，哪本书不好看，或者就书的作者和写作手法等发表自己的看法。在这些讨论中，我会问孩子，你和你的同学现在喜欢哪些书，为什么喜欢?有时候，我还会问孩子喜欢听什么歌，要她把自己喜欢或同学中最流行的歌介绍给我听听。

暑假时，我们家孩子做作业爱拖拉磨蹭，我一时火起，就叫她不要做了，和我们大人一起搬木皮，并且还给点工资。结果搬了半天后，她就嫌太累，不肯再干了。我见此就说：父母就是靠做这个挣钱养活你们的，不喜欢干就多读点书去干点别的什么！此后，孩子写作业就变得越来越认真了起来。意识到这点，现在我每天都会带着老三一起做家务，让他站在凳子上面炒菜，母子俩说说笑笑，其乐无穷。我想，只要我一直这样坚持下去，他一定会长成个体贴父母的好孩子！

和孩子沟通这些事情，也是可以巧妙点的。有一次，孩子把我手里的东西夺了，我去追着要，结果追来追去追不到，无可奈何，我便倒到地上假装像个孩子一样大哭大闹。结果，孩子看了又气又好笑，只好乖乖的举手投降，把东西还了给

我。当然，我的方法不一定适合其他人，我们家的孩子是吃软不吃硬的，我只好用这种耍赖皮的方式来达到目的，大家可以根据自己孩子的性格，找出他们的软肋，想出合适的方法来沟通。

好的，我的方法大概也就是这么多了，希望有值得参考和借鉴的意义。最后，我想说，世上无难事，只怕有心人。只要家长朋友们真正用心去寻找适合孩子的沟通方法，是没有做不到的。

孩子是家庭、也是国家的希望和未来，我相信只要大家尽量多花点时间和精力，我们的孩子都会成为一个有用之才，成为一个让我们在年老时省心省力的孩子！祝大家身体健康、工作顺利、生活愉快！谢谢大家！

家长样和孩子沟通交流篇四

人与人之间最重要的就是沟通，孩子与父母更是。但如何用正确的方法与孩子交流呢？方法很简单。下面本站小编整理了家长和孩子沟通的方法，供你阅读参考。

尊重是关键

每个孩子都有自己的个性，但是很多父母却认为这是自己的孩子，自己怎样说他就应该怎样做，没有真正的尊重自己的孩子。孩子从小就得不到尊重，长大后要么彻底的失去自信心，要么不懂得尊重其他人。尊重能提高父母在孩子心目中的地位，同时，也是孩子与父母交流的润滑剂。

理解很重要

很多父母当孩子犯错后总是以自己的思想来理解孩子的行为，这对孩子为什么犯错的真正原因却不了解，这对孩子会造成

伤害。孩子受到责骂后，会对自己的行为方式产生质疑，不仅对孩子的思维方式造成影响，更重要的是会影响孩子对事物的看法。与孩子交流，首先要理解孩子，只有懂孩子才能和孩子更好的沟通。

正确的教育方式

父母对孩子的教育方式非常重要。很多父母对孩子非常严厉，稍有不足就会责骂。其实，这样只会阻碍孩子与父母之间的沟通。教育的方式有很多种，父母应该选择适合孩子的教育方式，而不是一味的铁血手腕强制压迫。

陪伴才是最好的爱

其实，最好的沟通方式就是陪伴。孩子最亲近的人是父母，但是现在的生活节奏快，压力大，很多父母没有时间陪伴孩子，导致孩子与父母的关系日渐疏远。如今，市面上有能够与孩子打电话的儿童手表，各位父母可以试试。

1、想办法、解决问题

当孩子犯错的时候，家长不要去责怪，更不要去收拾这个残局，可以让孩子想办法，想想应该怎么去解决问题，需不需要帮助，这样鼓励孩子去想办法，开动脑筋既可以帮助解决问题，养成思考的习惯，又对未来孩子的学习和工作都有很大的帮助。

2、制定规则

有的家长为了约束孩子的行为，会制定一些规则，如果触犯了就要受到相应的惩罚，但是很多时候家长都是从自身出发并没有征求孩子的意见，这样的规则估计孩子也不会心甘情愿的执行，家长不妨和孩子一起制定规则，这样他会感觉自己有责任去执行、遵守。

3、孩子需要的方法

家长有时候很苦恼孩子到底适合什么样的教育，其实不妨和孩子讨论一下，他喜欢什么的教育方法。家长的教育行为和态度直接影响教育结果，在这个过程中不是家长要给孩子什么，而是孩子需要什么。

4、多听少说

很多家长在和孩子沟通的时候，总让孩子听自己说，特别是针对孩子想反驳的问题，家长会堵住孩子说话的机会。这样不利于孩子语言表达的锻炼，更会增加亲子交流的障碍，让孩子没有安全感。多让孩子表达自己的想法和感觉，让孩子明白遇到烦恼了，可以回家得到父母的体谅和支持。

家长样和孩子沟通交流篇五

家长和孩子之间的沟通是家庭关系中非常重要的一部分。然而，现代社会的快节奏和忙碌常常导致家长和孩子之间的沟通变得越来越少。在这种情况下，如何建立起家长和孩子之间的有效沟通成为了一个迫切的问题。通过多年的亲身体会和学习，我总结了一些关于家长和孩子零沟通心得体会。

首先，建立一个开放的沟通环境是非常重要的。孩子们通常会因为害怕被评判或批评而不敢与父母沟通。因此，家长应该创造一个包容和宽松的环境，让孩子们能够自由地表达他们的想法和感受。家长应该尊重孩子的意见，不轻易打断他们的发言，并给予肯定和鼓励。

其次，家长应该主动倾听孩子的心声。倾听是沟通的基础，也是理解孩子内心世界的关键。家长应该给予孩子足够的时间和空间，让他们有机会表达自己的感受和需求。在倾听的过程中，家长不仅要注意孩子的言语，还要关注他们的情绪

和身体语言，从而更好地理解他们的真正意图。

第三，避免过度批评和指责。家长常常会因为孩子的行为或成绩不如自己期望而产生失望或愤怒的情绪，从而对孩子进行过度批评和指责。然而，这种做法往往会导致孩子闭塞和逃避沟通。相反，家长应该采取建设性的方式表达自己的意见和希望，鼓励孩子找到改进自己的方法，并给予他们支持和帮助。

第四，与孩子建立共同的兴趣爱好。寻找并培养共同的兴趣爱好可以增加家长和孩子之间的亲近感和沟通的机会。无论是看电影、做手工、听音乐还是打球，家长应该尽量投入时间和精力，与孩子一同参与其中，分享彼此的兴趣。

最后，家长应该做出榜样。家长是孩子最重要的榜样和示范，他们的行为和态度会对孩子的行为产生深远的影响。家长应该时刻保持良好的沟通习惯和积极的态度，以此影响和引导孩子。同时，家长也应该不断学习和成长，提高自己的沟通技巧和情商，以更好地与孩子进行有效的沟通。

总而言之，家长和孩子之间的沟通是建立良好家庭关系的重要因素。通过创造开放的沟通环境，倾听孩子的心声，避免过度批评和指责，与孩子建立共同的兴趣爱好，并树立良好的榜样，我们可以更好地与孩子建立起有效的沟通，从而增进彼此之间的了解和关系。让我们共同努力，创造一个温暖和谐的家庭，在这个互动和理解的环境中，孩子们可以茁壮成长，并获得幸福和成功。

家长样和孩子沟通交流篇六

当孩子犯错的时候，家长不要去责怪，更不要去收拾这个残局，可以让孩子想办法，想想应该怎么去解决问题，需不需要帮助，这样鼓励孩子去想办法，开动脑筋既可以帮助解决问题，养成思考的习惯，又对未来孩子的学习和工作都有很

大的帮助。

2、制定规则

有的家长为了约束孩子的行为，会制定一些规则，如果触犯了就要受到相应的惩罚，但是很多时候家长都是从自身出发并没有征求孩子的意见，这样的规则估计孩子也不会心甘情愿的执行，家长不妨和孩子一起制定规则，这样他会感觉自己有责任去执行、遵守。

3、孩子需要的方法

家长有时候很苦恼孩子到底适合什么样的教育，其实不妨和孩子讨论一下，他喜欢什么的教育方法。家长的教育行为和态度直接影响教育结果，在这个过程中不是家长要给孩子什么，而是孩子需要什么。

4、多听少说

很多家长在和孩子沟通的时候，总让孩子听自己说，特别是针对孩子想反驳的问题，家长会堵住孩子说话的机会。这样不利于孩子语言表达的锻炼，更会增加亲子交流的障碍，让孩子没有安全感。多让孩子表达自己的想法和感觉，让孩子明白遇到烦恼了，可以回家得到父母的体谅和支持。

家长样和孩子沟通交流篇七

1、阅读

从3岁开始，就买了很多故事书，带画的那种，每天晚上给她讲故事，经过半年左右变成一块看书，慢慢让她自己看。

从生活中教她认字，小孩模仿能力很强。很快就能学会，用了一个星期教了有几百个常用字。

这样她基本就能很顺利地自己把故事看完整。（不用缠着我老给她讲故事了）

阅读课外书是她最大的爱好。琴拉得再苦，中间休息放松就是看书。有时喜欢的书能看好几遍。（现在是个小哈迷）

语文没有报过课外班，大部分知识都是从课外书上获取（孩子的课外书家长一定要有选择性的给孩子看）有一个良好的阅读习惯，语文成绩想差都难。

2、数学

我心想着，去试试吧，不给她要求什么，了解下奥数怎么回事就行，由于出去旅游，8次大课少上两次。但是孩子还是考出了相当优秀的成绩。

摇摆不定中我们又坚持了一直到现在。真的很庆幸自己和孩子的坚持！

3、英语

英语从幼儿园开始的。最开始买的光盘，迪斯尼神奇英语，看着动画听英语。

就这么放给她听，玩的时候也放，不刻意的教，只想让她对英语不陌生。（这是我当初的真实想法）

报课外班是一年级下学期，因为离家近就选了阳光外语（我就是个懒人）来来回回接送方便

在家把老师布置的作业完成，早上起来吃过饭后20到30分钟的英语读背，其他时间就没摸过英语。

每每期末拿回奖学金，（前三获10%学费奖励）让我这个当妈的开始对这小家伙刮目相看了！

4、学习习惯

培养孩子的集中注意力。注意力不集中是导致孩子学习困难的最大障碍。直接影响到学习成绩。

（为此还撕掉了好几个本子，孩子大哭道，妈妈我好不容易才写了这么半页，你怎么就把它撕掉了，你还我本子）现在想想当初我真狠心哪！

三年级后开始植入作文，孩子一会儿跑过来问妈妈这个字儿怎么写，那个字儿怎么写

刚开始我总是拿笔认真地写给她看，到最后一有不会就来问，自己懒的翻字典，动脑子

对策——再来问字儿的时候我就不写了。答妈妈也不能确定怎么写，字典才是最好的老师，以后有不会的字儿要去找你的字典老师了！

当孩子通过自己的努力解决了问题时，及时加以赞赏，从而增强了孩子的独立思考能力。

做完作业后，自己检查，即使发现了错误，也不急于指出，提醒孩子检查下你的作业

慢慢孩子就养成了独立学习和仔细认真的能力。

还有一个就是坚持。

其实上面啰啰嗦嗦说了一大堆爸爸妈妈们都知道，但是孩子有很多不定性的，

把一个好的习惯坚持下来却不是一朝一夕需要我们和孩子的共同努力

有位教育学家总结说：家长辅导孩子的主要任务是引导启发孩子掌握有效的学习方法。好的学习习惯的养成对孩子的成长起着至关重要的作用。

但每个孩子的特质不同，所以对待孩子的方式也是因人而异。

信息来源请我和孩子共度的时光

最后，预祝同学们都能取得优异的成绩，进入理想的中学！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

家长样和孩子沟通交流篇八

作为中学生，学习、感情上都存在着多方面的压力，我们总想寻求理解，家长应该看到这一点；但事实上，家长在社会、工作、家庭中的压力远比我们大的多，我们应该学会感激、学会理解。

第一招：“读心”术。大家要了解父母，孝敬父母。如在节日或父母生日时送点礼物表达心意，或一同外出联络感情；多利用言语表达你的关心，如早上要向父母说声“早晨好”，

外出时要向父母说声“再见”并交代预计回家的时间等。

第二招：“出击”术。每周主动跟父母一起做几件事，边做边交流；每天可在饭前饭后，和父母主动谈谈自己的学校、老师和朋友，高兴的事或不高兴的事，让家人一起分享你的喜怒哀乐。

第三招：“责任”术。除读书学习外，还要积极协助父母做家务，主动分担一些家庭责任，比如洗碗、倒垃圾、擦地板等。

第四招：“道歉”术。如果有些事情是你做得不对，不要逃避，不要沉默不理，要主动道歉，这样会得到父母的理解。

第五招：“写信”术。如果直接和父母对话，可能会惹他们生气，或者没有和父母对话的机会，你可以用写信的方式，在信中写出事情的真相、自己的心情，以及对父母的希望等。

第六招：“协议”术。与父母协商签订沟通协议书，在协议书中，除了对自己提出要孝敬、尊重父母的要求外，也对父母正确养育教导孩子的行为做出要求，并随时在家庭生活中进行监督。

第七招：“倾听”术。当被父母批评或责骂时，不要急于反驳，不随意发脾气、顶嘴，避免不小心说出或做出伤害人的事，试着平心静气地先听完父母的想法，这样也许会真正理解你的父母。

同学们，读了以上七招你是不是心里有底了呢？是不是掌握了和父母沟通的方法了呢？

【作业】：和父母相约开展一次家庭活动，向父母诉说自己的心里话。

对于主动沟通，许多学生或家长都觉得“难以开口”，总想等待对方先说，这是不正确的。设想一下，如果双方都这么想，那么即使知道沟通很重要，或是了解方法、方式又有何用，心里许多话，却从不说，这样是不会进行沟通的，双方的距离也会越来越远。然而如果一方主动，则稍好一点，但主动方不免觉得有点“冤”，“为什么总是我先说，是不是他不爱和我沟通”，则使沟通很难维持，所以双方都应主动一些，把自己的想法告诉对方，这样的沟通才更长久。

无论学生还是家长，都不要“急于求成”，沟通需要很长时间，不是通过一两次的谈话就能解决问题的。如果你认为短期没有效果，就觉得这办法“不灵”，就不再继续沟通了，这显然是错的。这样会使你之前的辛苦白费，也会使你不信任“沟通”，不再沟通。这样问题将永远得不到解决。俗话说“心急吃不了热豆腐”，因此沟通需要时间，要慢慢来。

家长样和孩子沟通交流篇九

在和孩子进行交流时，很多家长喜欢用训斥和居高临下的态度去对待幼儿，孩子在家里没有玩伴，这会让孩子心里对父母产生一种距离感和恐惧感，试问在这样的情况下孩子怎么会敢和爸爸妈妈进行沟通，或对爸爸妈妈提出问题呢。和孩子密切相处，了解孩子的想法和喜好。沟通最主要的一个方式就是聊天，爸爸妈妈们要腾出时间和孩子相处，密切观察孩子对哪些事物感兴趣，了解他最近是否遇到苦恼的问题，然后就孩子的想法和喜好寻找话题进行交流，这样会激发孩子和父母交谈的兴趣，促进亲子关系。

现在很多文章都在引导家长要学会倾听孩子，但却忽略了一点，那就是家长要学会向孩子倾诉。沟通是互动的，是双方面的。如果家长只一味倾听孩子的想法，那你的孩子就可能会变成一个只喜欢吐苦水，寻求别人帮助却不会倾听别人的想法帮助别人的人了。

当孩子的玩具坏时，或当孩子和小伙伴闹别扭时，孩子会难得上好半天，如果家长认为：小孩嘛，很快就会忘记的。或者就只会一味和孩子说：“没关系的，要坚强点。类似这样硬邦邦的安慰，孩子会觉得你根本体会不到他的难过，久而久之，他遇到困难时就不会和你说，而是一个人憋在心里了。如果父母改成说：“我也很难过，我们一起来想想有什么好办法可以解决这件事情好嘛？”相信你的孩子会很愿意和你沟通的。

每个孩子都拥有独特的资质和潜能，如果想让你的孩子有良好的发展，那么现在开始先停止按你的喜好来为孩子选择学习的内容，停止逼迫孩子进行一些活动。了解来自与观察，例如：孩子对音乐声特别敏感，听到音乐声就特别兴奋，平时能模仿不同的声音，对音阶的掌握很准确，喜欢各种乐器，那么表明你的孩子在音乐方面有很大潜能，可以和孩子进行商量让他参加音乐类的学习。

在国外都是通过给孩子建立轻松成长，愉快是气氛，在平等的条件下成长，这样才能够激励他成长，也要让他建立从小就乐于跟其他的人分享，乐于分担痛苦的习惯，这样可以给孩子创造一个正确的人生态度，从保姆式变身成为朋友式。

无论家长一天的工作多么辛苦，也不管你今天多么不愉快，从接到孩子的那一刻起，就应该让孩子在第一时间见到你的快乐笑脸。“终于盼到接你的时间了！”孩子永远在大人的脸上寻找自己在父母心中的位置，你的“脸色”会直接影响孩子离园后的情绪。给孩子一个漂亮的开场，让孩子有良好的倾诉欲望和表达意愿。

在提问题的时候可与提一些比较简单的问题来让他回答。如，吃饭了吗，饿不饿，要不要吃苹果等等。到了他上中班，大班的时候，就问他一些稍微难点的问题，如，今天和谁一起玩什么游戏，有没有什么新鲜的事情发生呢，到了他再大点的时候就可以问些带有反问的问题，让他学会思考，不要问

些简单的问题，要根据他的年龄来问有关的问题，过于简单是问题多了会让孩子的积极性跟主动性下降。

家长样和孩子沟通交流篇十

家长应辩证看待孩子的青春叛逆期，该阶段是孩子世界观形成的关键时期，其个性和创造性都恣意升腾，伺机张扬；同时，由于孩子身心发展、所受教育的局限，他们形成的诸多想法并不成熟甚至偏激，这就需靠外界教育正确引导孩子。但在现实的教育中，一些家长却很容易陷入教育两极分化的误区。

误区一：全面打击。有的家长面对孩子的叛逆言行，如顶嘴、不听话等，大为恼火，觉得不把孩子的这股“邪劲”压下去，孩子就有可能变坏。于是家长采取了强硬措施，非打即骂。渐渐地，孩子表面上恢复到以前那个言听计从的“乖孩子”，实际上，已关上心灵深处那扇与父母交流的大门。

误区二：放任自流。在现实中，一些家长面对难教的孩子，在几度管教而无多大起色后便失去了信心，开始对孩子放任自流。此时，无论孩子的言行、想法怎样，家长都不再过问、指导。久而久之，孩子受到不良影响，行为发生偏差，待家长懊悔时，才发现已耽误了孩子的一生。

徐教授称，孩子进入青春叛逆期后，格外渴望得到外界的认可与尊重。所以，家长要注意对他们下放各种权利，以帮助孩子从不谙世事向成熟过渡。

自主权“你应该”、“你必须”、“你懂什么”诸如此类的话是不少家长的口头禅。徐教授建议家长们面对叛逆期的孩子尽量少说这样的话，内心深处认为自己已是大人的孩子是不会接受这种命令的口吻的。

发言权“考不上大学就去扫马路”等话语，不少家长都对孩

子说过，虽然是为了孩子好，但他们的耳朵已经长茧，叛逆期的他们对这些话可以说是“百毒不侵”了。这时家长应少说多听，了解孩子到底在想什么。

时间支配权这个时期的孩子渴望拥有自己的小天地，所以，家长不要自作主张，将孩子的时间按自己的意愿排得满满的，要将时间交由孩子自己去安排，对安排的不合理处，家长再以商量的口吻提出建议，千万不要全盘否定孩子。

表决权家中的一些大事，如搬家、买房之类的，不妨同孩子商量一下，考虑一下孩子的感受，征求孩子的意见，有着民主氛围的家庭，孩子一般能主动向父母靠近。

隐私权孩子在进入初中后，一些家长发现，以前经常跟自己说心里话的孩子变得不太爱搭理自己了，孩子开始有了自己上锁的日记本、私人信件。徐教授称，如果孩子实在不愿同家长交流，也不必过于强迫，尤其是不要偷窥孩子隐私，尊重孩子的同时也为自己赢得了尊重。

对于叛逆较明显的孩子，家长会感觉到与之不好沟通。徐教授介绍了几条比较实用的亲子沟通技巧。

尊重孩子家长不要老是盯着孩子的弱点，不要拿孩子的短处同别的孩子的优点比较。在与孩子接触时，家长应尽可能多找孩子的优点，并多鼓励，减少孩子对家长的抗拒心理。

换位思考家长也是从青春叛逆期走过来的，只是没有现在的孩子表现得明显，所以面对孩子令人不解的行为，不妨换位思考，想想孩子为什么会这样。有了共鸣后就会理解孩子，能找出问题的症结。

忌从学习入题同孩子交流，家长不要老以学习成绩入题，这样只会让孩子心有压力，怀疑家长交流的动机。交流时，家长可以从家事入手，将孩子的情绪稳定下来后，再谈正事。

稳定情绪家长带着情绪去教育孩子，肯定是不理智的，会导致孩子愈加抗拒。所以，家长在急躁、心烦、不冷静的时候，不要教育孩子。待冷静后，再去同孩子交流。

允许孩子犯错这个阶段正是孩子形成主见的关键时期，小错肯定难免，所以，家长应该允许孩子犯一点错、吃点亏，不要过分束缚孩子的手脚。同时，家长是孩子最好的榜样，叛逆期的孩子模仿能力强，家长的良好言行能给孩子潜移默化的影响。

如果父母的教育能做到这样，再叛逆的孩子也会和自己的父母成为朋友。因此，希望家长在与叛逆期孩子沟通时，应注意以上的三大原则，正确看待孩子的叛逆期。

家长样和孩子沟通交流篇十一

“人无完人，金无足赤”，家长要对孩子做到最多地欣赏优点，尽量地包容缺点，要知道世界上没有完美的孩子，再完美的孩子都有自己的缺点。暗示自己：我有这样一个可爱的孩子，我们要一起成长，我们要一起面对很多问题，我们会比别人生活得更幸福、更有乐趣。现在孩子因为有我这样的家长而骄傲，将来我会因为有这样的孩子而自豪。告诉孩子：在爸妈眼里“你最棒”，因为，每个人都是有天赋的，但并不是每个人的天赋都能被唤醒。就像打开宝藏的口诀“芝麻，开门”一样，唤醒这沉睡的巨人也需要秘诀，那就是“你最棒”。

对孩子的要求具体化

家长有一种习惯就是容易语重心长，但是说出的话却又特别空洞。比如“你可得努力学习”。这种语言表达在今天对孩子的教育是无效的，也是无益的。因为这些话缺乏明显的可操作性，作为孩子基本把握不住，反倒容易造成孩子心理上的紧张焦虑。同事的孩子上初三了，她很着急，就对孩子说：

“初三了，可得下功夫。”孩子却很茫然，反过来问：“怎样是下功夫？”你的要求孩子无从下手，其实你也说不清楚操作程序。

积极的方式是要以一种具体的问话，通过鼓励的方式渐进式地与孩子沟通。就比较容易调动孩子的积极性，而且能够把握住孩子思考、行动的方向。将孩子的行动目标分成许多的小台阶，每一步都具体而又相对容易能够达到目标，让他们每一步都体会到成功的乐趣。

抓住关键时机不放松

新学期开始时。这是一个新阶段的开始，学生总会有很多新的想法，其中最主要的想法就是我要好好学，把学习搞上去，做一个好学生。对于学生的这一上进心，家长应该珍视和爱护。这是家长对他的要求和制定的目标，他会牢记在心。

享受成功喜悦时。假如你的孩子在运动会上获了奖、单科竞赛获了奖、文明礼貌获奖，等等。家长若能在祝贺、鼓励的基础上，对孩子提出明确具体的要求，将会收到满意的效果。

孩子受到委屈时。家长若能主动地以冷静、宽容的态度去帮助孩子解释，孩子会产生感激之情，更易于接受家长的告诫。

孩子有困难或失败时。家长这时不是训斥，而是肯定成绩，对不足之处给予指点。家长要以乐观豁达的精神感染孩子，让孩子拥有积极乐观的精神，快速飞出“困境”。

家长与孩子沟通技巧及反思

1 唠叨不休

岂不知，正是这些做法造成了许多孩子的逆反心理！

当孩子过多地接受了重复不断的教育内容时，他的大脑会对这些信息进行自然的屏蔽，也就是我们平时所说的“左耳朵进，右耳朵出”。更为不利的是，如果家长经常采用这种“敲木鱼”式的教育，孩子过一段时间就会听烦了、听腻了，变“麻木”了。即使他明白家长说得十分有理，可能也不乐意听、不乐意照着做了。

2提出过高要求

这些强人所难、拔苗助长式的做法会给孩子造成巨大的心理压力。日久天长，当孩子感到心力交瘁、再也无法承受这些压力时，他们就会奋起以言语或者行动来反抗。

家长样和孩子沟通交流篇十二

很多父母爱问一个很大的开放性的问题，比如“你今天在幼儿园过得怎么样”，其实，这个问题对孩子来说非常大，孩子不会跟大人似的给出一个总体评价，他们有的是具体的感受，比如被老师批评时很难受，跟小朋友玩得好又觉得很开心。孩子在幼儿园的一天里，不同的时候有不同的心情。这种宏观的问题让孩子很难回答。还有的父母会问今天学了什么，这也是一个非常宏大的问题。孩子在园里有好多活动，不同的课有不同的内容，孩子该从何说起呢，这无疑给孩子一个难题。所以父母要从小处着手，比如问孩子，“今天有画画课吗”，“画了什么”，这就是一些非常具体的问题，孩子容易回答。

在跟孩子沟通时，家长习惯于对孩子的行为直接作道理上、规范上的评价和纠正，总觉得这是教育，这是对孩子负责任的表现。其实，这也会让孩子不愿跟父母说话。杨谨老师说，要先理解、接纳孩子的情绪情感，以同理的姿态跟孩子说话，沟通就不会变得费劲。比如孩子回来说今天中午有个小朋友老做鬼脸，扰得自己没睡好觉。如果父母一开始就否定孩子说，那是别人的事情，你不用管人家的事，做好你自己就行

了。孩子可能再也不往下说了，父母也失去了了解孩子的机会。如果换一种方式，问一问孩子那个小朋友为什么会那样呢，你当时在想什么呢……那么孩子可能就会一直往下说。只有孩子愿意说，沟通才能延续下去。

父母想了解孩子在外面的表现，可以先问孩子有关小朋友的情况，比如今天甜甜来幼儿园了吗，你跟她做什么游戏了。孩子听到这样的问话，会自然地说起别人的故事，甚至还会滔滔不绝。因为孩子在说自己的故事时，会时刻注意父母对自己行为的态度，是认可还是反对，这事关他在这个家庭的生活质量，而说人家的故事总是更安全一些，不会招来任何说教和指责。趁孩子说得起劲，父母再慢慢地引向自己孩子的故事，问问他做了什么等问题。通过这种方式，父母就可以知道孩子在幼儿园里发生的大概事情了，也有助于了解自己孩子的情况。

“蹲下来跟孩子说话”，是杨谨老师非常强调的沟通方式。她认为蹲下来，对孩子来说是一种极大的关心与理解；是父母关心孩子内心世界的一种方式。蹲下来也意味着家长放下权威的架子，和孩子做朋友，用爱与尊重作为引导。蹲下来不仅仅是从身体上蹲下来，而是从心理上蹲下来，了解、尊重孩子的需要和独特性，接纳孩子的情绪和思想。

“这跟父母对孩子的爱的份量和自身的同理心有关，有些善于沟通的父母，善于捕捉沟通过程中的一些细微信号，就容易做到真正地蹲下来。”有些父母总是高高在上，凶巴巴地跟孩子说话，这是为什么呢？“这样的父母往往是自己内心有一个很大的痛楚，自己也不愿意去碰触，看着孩子的某些情绪，自己就伪装一个坚硬的外壳去对待他们，因为他不知道怎么用柔软的方式去面对孩子的柔软，他们内心也怕被击倒。还有一种可能就是他自己小时候也未曾被父母蹲下来对待过。他会沿袭父母对待他的这种方式。有些孩子从小是被父母打大的，到了他为人父母的时候，就自然启用父母曾经的做法。”

父母想真正蹲下来跟孩子说话，该从何着手呢？杨谨老师建议父母开启自己个人的心灵成长之旅，梳理自己。现在社会上心灵成长类的书籍和工作坊都很多，如果父母想提高自己的生活质量，不妨尝试走进心灵成长工作坊，或走进心理咨询室，让专业人士帮助梳理整合自己的一生，明白自己这一生是怎么走到今天的，自己小时候有什么遗憾，有什么未完成的愿望，内心深处有什么渴望，思考怎么能更好地发展自己，怎么更好地面对孩子。

但现在很少父母会在自己的心灵成长方面去下工夫，而是花很多的精力在孩子的教育上，比如报兴趣班，参加各种才艺考试。但其实这里有一个简单的道理，自己内心是一条干涸的河流，怎么可能匀出水来供给别人。给孩子的爱也一样，自己内心都没感受到爱，因为工作、家庭时常被烦躁困扰，怎么能给孩子高质量的爱呢，自然地蹲下来、温柔地对待孩子就变成了一件难事。

家长样和孩子沟通交流篇十三

大家好！今天我想分享、以及和各位探讨的是：“怎样和孩子沟通才能使彼此的关系更和谐，怎样和青春叛逆期的孩子沟通才能帮他们平稳度过青春叛逆期”。

大家都知道我们家有三个年龄跨度相当大的孩子，大的上初二，小的才刚上幼儿园小班。身为母亲，和他们之间的关系和谐，让他们平安顺利长大就是我和他们之间沟通的目的！我们群内很多人只有一个孩子，一般的是两个孩子，而我却是三个孩子，因此在沟通方面我要比大家付出更多的精力和心血，不过，这也使我在实践中获得更多的经验。今天，我想重点分享和正在青春叛逆期的老大的一些沟通技巧，希望能给家有青春叛逆期孩子的父母带来一些帮助，也希望能得到大家的批评和建议。

在这里我不想说那些大家都懂的大道理，就说说自己在日常

当中是如何和孩子沟通的吧。在说这些之前，我想说一句我经常和孩子说的话：最好的修养就是将心比心。我不喜欢整天听人唠叨，所以，我尽量避免唠叨孩子。

我总结出五个和孩子沟通的‘小法宝’。

任何良好的亲子关系都是需要沟通的，而且是要建立在不伤害孩子自尊心、双方都很愉快的前提之下的沟通。以前，我的性子很急躁，发现孩子犯了错误时，容易因为恼怒而冲动地说一些伤害到他们的话，结果，我发现这样做不但达不到目的，反而会使孩子的情绪变得更不稳定，和他们的关系也越来越糟。这不是我想要的，我得想法改变。后来，我从《曾国藩家书》中得到启发，便试着在发现孩子犯错时写条子，再后来变成写信。在写给他们的信里面，我会讲一些故事，让他们从别人的故事中比对出自己的错误。在用这个方法时，我分析问题、指出孩子不足时的的头脑是冷静、清晰的，孩子们接受批评或建议时的头脑也是冷静、清晰的，这样子一来，我和孩子之间便避免了很多因情绪失控而产生的冲突，双方的关系也自然而然的好了。

很多的父母会说，孩子越来越大，越来越没有共同语言，在一起，好像无话可说了。这方面的困扰，我好像还没出现，因为我会和孩子们同看一些电视(我们一般看记录片和科教片)、电影或课外书，看完之后，我们会一起讨论电视或电影中的情节，发表对剧中情节或人物或自然环境等等的看法。尤其是看书，我会和孩子一起讨论哪本书好看，哪本书不好看，或者就书的作者和写作手法等发表自己的看法。在这些讨论中，我会问孩子，你和你的同学现在喜欢哪些书，为什么喜欢?有时候，我还会问孩子喜欢听什么歌，要她把自己喜欢或同学中最流行的歌介绍给我听听。

暑假时，我们家孩子做作业爱拖拉磨蹭，我一时火起，就叫她不要做了，和我们大人一起搬木皮，并且还给点工资。结果搬了半天后，她就嫌太累，不肯再干了。我见此就说：父

母就是靠做这个挣钱养活你们的，不喜欢干就多读点书去干点别的什么！此后，孩子写作业就变得越来越认真了起来。意识到这点，现在我每天都会带着老三一起做家务，让他站在凳子上面炒菜，母子俩说说笑笑，其乐无穷。我想，只要我一直这样坚持下去，他一定会长成个体贴父母的好孩子！

和孩子沟通这些事情，也是可以巧妙点的。有一次，孩子把我手里的东西夺了，我去追着要，结果追来追去追不到，无可奈何，我便倒到地上假装像个孩子一样大哭大闹。结果，孩子看了又气又好笑，只好乖乖的举手投降，把东西还了给我。当然，我的方法不一定适合其他人，我们家的孩子是吃软不吃硬的，我只好用这种耍赖皮的方式来达到目的，大家可以根据自己孩子的性格，找出他们的软肋，想出合适的方法来沟通。

好的，我的方法大概也就是这么多了，希望有值得参考和借鉴的意义。最后，我想说，世上无难事，只怕有心人。只要家长朋友们真正用心去寻找适合孩子的沟通方法，是没有做不到的。

孩子是家庭、也是国家的希望和未来，我相信只要大家尽量多花点时间和精力，我们的孩子都会成为一个有用之才，成为一个让我们在年老时省心省力的孩子！祝大家身体健康、工作顺利、生活愉快！谢谢大家！