



家庭教育专家卢勤： 父母与孩子如何有效沟通

在“屏幕时代”，家长跟孩子该如何交流，已经成为一个非常大的难题。走到哪里孩子们都会告诉你，今天的爸爸妈妈整天抱着手机不放，手机成了他们的最爱，让孩子感到被冷落了。而今天的父母也非常困惑，他们觉得孩子整天抱着手机瞅都不瞅我，也不跟我交流，有跟我想说的话发个微信就可以了，于是两代人都遇到了困惑。

爱、温暖和亲密的关系是成就美好人生的最大秘诀这是一个非常重要的问题，孩子跟父母的交流、融合其实对孩子的成长是至关重要的。美国哈佛大学做了一个调查：“什么样的人最可能成为人生的赢家？什么样的人人生能获得最大的幸福？”调查跟踪了76年，跟踪对象是268名19岁的哈佛大学生和一群贫困的孩子。结果是温暖和亲密的关系，才是美好人生最主要的因素。

也就是说爱、温暖和亲密的关系，才是推动一个人在成长中获得成功的秘诀。而今天，我们的孩子失去了这种与生俱来的爱、温暖和亲密的关系。大家都抱着手机，于是手机成了妈妈的孩子，手机也成了孩子的妈妈。

信息时代父母该如何与孩子有效沟通？

什么叫教育？教育不是把一个桶装满，给他什么题都会做的，教育是点燃人心中的火炬，教育是催化人的潜能，教育是让一个人的生命充满了活力。面对这样一个多彩的世界，一个新的时代，多么希望我们孩子充满了创造力，充满了活力，但是当我们的方法错了，当我们失去了人与人之间沟通的这样一个非常美妙的方法，我们今天再使外力都没用。一个孩子成长，我要出来，我要长大，我要飞才能飞得高，飞得远。所以孩子成长，不可能缺失了跟父母、跟老师面对面的亲切沟通。我给父母“如何爱孩子”提了六条建议：

第一，用爱的目光注视孩子，你眼光里的“爱”是孩子成长最重要的营养。

如果整天看着爸爸妈妈凶巴巴的目光，孩子内心产生的就是不安全感。我曾经和一个日本人做过一次面对面的交流，关于青少年犯罪防范，他说了一个观点，青少年犯罪最初年龄是零到三岁，我说为什么呢？他说当一个孩子来到这个世界，看到爸爸妈妈冷酷的凶巴巴的目光，心里产生的就是不安全感。所以今天很多的爸爸妈妈缺少目光交流，眼睛里老是冷冷的，没有色彩，孩子感受不到爸爸妈妈内心的爱。

第二，用爱的微笑面对孩子。

微笑是爱的语言，当你冲他微笑，孩子觉得我爸妈爱我，当你理都不理他，他认为你不喜欢他了。所以微笑是极其重要的。我这点非常感谢我的父母，那时候没有手机，我妈妈生前有个抽屉一直是锁着的，钥匙放在自己内衣兜里，不知道妈妈锁住了什么。妈妈打开抽屉一看，大家都很惊讶，里面没有一分钱，没有一件值钱的东西，只有一个小本子，上密密麻麻地写着我们六个孩子出生的阳历阴历和几点几分，和我们生的孩子出生的详细时间。这就是妈妈的存折，是妈妈全部的遗产。妈妈生前总是说她一生最大的财富就是她的孩子，她没有任何的物质财富，却获得了巨大的精神财富，所有的孩子都爱妈妈。

第三，用爱的语言激励孩子。

爱的语言是正能量，恨的语言是负能量，一个孩子在正能量中长大，就会产生“我能行”的自信，一个孩

子在负能量中长大，就会是“我不行”的自卑。所以爸爸妈妈今天说什么太重要了，是给他鼓励还是给他讽刺打击？这对一个孩子人生是至关重要的。

第四，用爱的分享滋养孩子。

分享才能让人产生爱的情感，一家人在一起吃一桌饭，都是建立亲情关系最重要的方式。而今天我们吃饭的时候各拿各的手机，没有人在品尝这桌饭菜，没有人再去进行交流。那我们的孩子心中就是越来越冷漠。其实分享对今天的孩子至关重要，我们这代人都是学会分享的，因为我们在分享中长大的。

第五，要用爱的胸怀包容孩子。

所有的孩子在不同的犯错、认错、知错、改错中长大，如果爸爸妈妈没有一个宽容的心允许他犯错误，孩子就无法生存了。当一个孩子犯了一个错误如何去面对，这对我们所有的人都是个考验。网络是解决不了这个问题的，有一次我到中央北京广播电台去做一个六一的直播节目，做之前漂亮的主播女孩跟我说：“卢老师，有一个先生知道你来，让我代他向您表示感谢。”我说：“怎么了？”，“小时候你去过他们班，一进门你就问，谁小时候偷拿过家里的钱，他举手了。你单独送他个礼物，说他是勇敢的男子汉。他从那天开始懂得，人可以犯错误，但勇敢的改正，他现在非常地优秀，他就是我现在的男朋友。”我当时很高兴，他还记得那件事，我也为自己高兴，还能做了这样一件事。孩子不可以不犯错，但是犯了错，该如何面对，需要多种的方法和父母的智慧和他宽容的内心去包容他，让他知道有爸爸妈妈在，走错了可以回家。

第六，把爱的机会还给孩子。

什么是爱的机会？我们只是拼命地给予孩子东西，没有让他付出过，爱是一个口袋，往里装是满足感，往外是成就感和幸福感，要让孩子一生幸福快乐，一定要给孩子爱你的机会。

