



如何向孩子表达爱

第一种语言：肯定的言词

当我们听到肯定的言词时，我们就会被激励，愿意回报。欣赏式或鼓励式的话语，是表达爱的有力沟通工具；而这些最好以简单、坦率的肯定字句来表达。例如：

“你每周一穿上校服系上红领巾，看起来都很精神！”

“哇！你穿这件西装，好看极了！”

“在妈妈心中，你是全世界最棒的钢琴小王子，我真喜欢听你弹奏的《夜的钢琴曲》。”

“我真感谢你今天晚上帮忙洗碗。”

“谢谢你今晚帮我带妹妹一起玩，让爸爸妈妈可以单独度过一段美好的特殊时光，我知道，你非常爱爸爸妈妈和妹妹。”

“谢谢你把垃圾袋拿出去。”

第二种语言：精心的时刻

全情投入参与到孩子的亲子游戏、亲子互动中去，如果心不在焉，则难以进入孩子的内心世界，觉察不到孩子的内在成长，就无法更深入地了解孩子，错过孩子成长中的点点滴滴。

第三种语言：接受礼物

礼物可以是买来的、找到的或者自制的。父母可以选购孩子喜欢的与其成长相符的礼物，也可以自制一张爱心便签。找张彩色的纸，从中间对折，用剪刀剪出一个心形，写上“我爱你”，然后签上你的名字。礼物不需要是昂贵的。

第四种语言：服务的行动

所谓服务的行动，是指做你的孩子想要你做的事。可以和孩子一起列个清单，比如：每天回家后做好饭、辅导他的作业（她）、为他洗很脏的足球鞋、为她织一件保暖的围巾等等。

第五种语言：身体的接触

身体的接触是沟通情感的一种方式。在儿童发展方面，无数的研究下了这样的结论：，牵手、亲吻、拥抱、背、抚触