



您说的话“塑造”了孩子

日期: 2009/08/25

对孩子说话有技巧

在孩子面前“小心说话”

很多人以为小孩子什么也不懂, 因此在孩子面前讲话时非常不注意, 就好像他根本不存在似的, 但事实却并非如此。锐奇教授说: “孩子在出生一年内就能够体会和理解情感上的概念, 在通常情况下, 要比我们认为的时间要早得多, 理解得也多得多。”

你要充分利用和孩子进行交流的机会。不要等到你认为孩子能理解和接受时才对他表达你的情感。从孩子生出来的第一天起, 你就要让他通过你对他说的话来了解这样的事实: 他对爸爸妈妈来说是唯一的、最出色的。从这一刻开始, 你就已经给孩子打下了健康心灵的基石。

多说“要”少说“不”

这里我们做个小试验: 请你闭上眼睛, 很响亮地对自己说: “我现在不去想有一只老鼠。”这时, 在你的眼前会出现什么景象? 肯定就是一只老鼠! 用“不要去做”来强迫你思维的尝试显然是失败的。同样, 对孩子经常性地用“不要这样做”来规定他的行为举止, 也是会失败的。

“不要将你的玩具到处乱放!” “不要与小朋友吵架!” 等等诸如此类的句子, 每天都会从被孩子折腾得心烦的父母嘴里说出来, 其实到最后几乎都是没有什么用的。“不”字正是这一类教育方法失败的真正原因所在。不仅是孩子, 就连大人在潜意识里也根本不会把这个“不”字听进去。你对孩子不停地说“不”, 而到了孩子的耳朵里却变成了: “将你的玩具到处乱放!” 或是“与小朋友吵架!”

夸张点说, 大人的“不当语言”是促使孩子产生不良行为的诱因。如果一个孩子整天听到大人对他说: “不要这么乱吵!” 孩子就真的会变得整天乱吵乱闹。

其实, 只要父母、老师和其他与孩子有关的人能够尽可能地改变讲话的方式, 就能看到令人惊喜的好结果。比如, 对孩子说: “请你整理好自己的房间。” “要好好和小朋友一起玩。” 这类比较正面积极的教导所带给孩子的信息, 就要比前面所用的那些句子要好得多。最重要的是, 你这样对孩子说话比较管用。

当然, 你不要期待一句话就会出现奇迹, 但长期注意这个问题后, 你就会发现孩子的行为举止正在慢慢地发生变化。

赞扬多一点, 批评少一点

在游戏场, 一个年轻妈妈正全神贯注地看着爬在攀登架最高一级上的儿子。很显然, 那个孩子很想尝试着冒一下险, 玩出一点花样。做妈妈的这时却大声叫道: “当心, 别跌下来!” 当然, 这是一个正在担心的妈妈的正常反应, 但反过来, 这句话让孩子感受到的却不是担心, 而是里面的潜台词: “你真是手脚不灵活, 你肯定会跌下来的。我不相信你不会跌下来。”

其实, 这个妈妈可以这样对孩子说: “真是太好了, 你自己会这样小心地往上爬, 你抓得这么牢。” 受到赞扬的孩子会觉得非常自豪, 会更加集中注意力而不跌下来。妈妈很容易就达到了目的, 即让孩子小心抓牢, 同时也增强了孩子的自信心。而这一切都是通过赞扬而不是批评的语言做到的。

正确和积极有效的语言能使你在教育孩子的问题上比较容易地达到目标, 也能使孩子改变对自己的评价, 建立起自信心。当孩子不再听到别人说他“乱七八糟”而是“有条理”, 不再是“乱吵闹”而是“安静”时, 他就慢慢向着你心目中“好孩子”的方向前进了。

及时道歉

- ❖ 首页
- ❖ 研究所概况
 - ❖ 研究所简介
 - ❖ 所长致辞
 - ❖ 现任领导
 - ❖ 历任领导
 - ❖ 学科布局
 - ❖ 学术委员会
 - ❖ 学位委员会
 - ❖ 实验伦理审查委员会
 - ❖ 组织机构
 - ❖ 发展历程
 - ❖ 院所风貌
- ❖ 机构设置
 - ❖ 科研部门
 - 健康与遗传心理学研究室
 - 认知与发展心理学研究室
 - 社会与工程心理学研究室
 - 心理健康院重点实验室
 - ❖ 管理部门
 - 综合办公室
 - 科研业务处
 - 人事教育处
 - 财务处
 - 资产管理处
 - ❖ 支撑部门
 - 公用实验室
 - 图书馆
 - 网络中心
 - 期刊编辑部
 - ❖ 继续教育中心
 - ❖ 应用发展部
- ❖ 科研成果
 - ❖ 获奖概况
 - ❖ 获奖
 - ❖ 论文
 - ❖ 专著
 - ❖ 专利
 - ❖ 成果推广
- ❖ 研究平台

研究队伍

❖ 院士专家

❖ 百人计划

❖ 杰出青年

❖ 研究员

❖ 副研究员

❖ 助理研究员

❖ 博士后

❖ 客座研究员

❖ 人才招聘

❖ 学术交流

❖ 学术交流动态

❖ 合作项目

❖ 国际会议

❖ 国际组织任职

❖ 院地合作

❖ 合作项目

❖ 合作动态

❖ 教育培训

❖ 概况

❖ 在读研究生

❖ 招生信息

■ 硕士招生

■ 博士招生

■ 招生通知公告

■ 文档下载

❖ 导师介绍

❖ 留学生

■ 招生信息

■ 管理规定

■ 奖学金

■ 文档下载

❖ 博士后流动站

❖ 班级活动园地

❖ 继续教育

■ 中心简介

■ 机构设置

■ 研究生课程进修班

■ 心理测量中心

■ 职业技能培训部

■ 北京心理学函授学院

■ 继续教育中心通知

■ 同等学力申请

■ 研究生课程班成绩查询

❖ 培训信息

❖ 研究所出版物

❖ 学术期刊

❖ 简报

❖ 创新文化

❖ 文化活动

❖ 形象标识

❖ 党群园地

人无完人，万一你对孩子说了一些“不入耳”的话，那么请你一定要及时给孩子道歉，要知道，亡羊补牢，犹未为晚。来自你内心的真诚的道歉，可以化解恶言恶语对孩子的伤害。

著名心理学家、儿童研究专家和作家米勒说，一些不恰当的话，如“你怎么这么傻？”“我对你已经彻底失望了”等等都会产生可怕的后果。如果你觉得对孩子说这样的话是理所当然的，因而不对孩子进行道歉的话，会严重地伤害孩子的自信心和自我价值感，有时甚至会让孩子情绪崩溃，即使通过好几年的心理治疗都无法纠正过来。

小建议：你可以在一段时间内撰写“语言日记”，把你平时对孩子经常说的话或心里想说还没有说出来的话记录下来。这些“日记”会让你明白如何更好地与孩子交流，并尝试在与孩子说话时更多地使用积极有效的句子，相信不出几天，你就会看到你的第一个成果。

小贴士

*千万不要低估孩子的理解能力和倾听能力。

*只要有可能，语言表达上要尽可能积极。

*如果孩子做错了事，你要对孩子表达出你否定的态度，但尽量不要带有指责的语气。

*不管孩子的年龄多大，都要经常性地表扬他。表扬时要真诚、适度，不要让孩子对你的表扬“免疫”。

*对孩子讲话，尽可能多用“我”的感受。如用“我很伤心，你总是不能和小朋友好好相处。”来代替“你总是与小朋友吵架。”

*不要把语言当作一种武器来使用，而是要把它当作一种可以表达你对孩子的爱和信任的有效方式。

*多使用中性的语言。如果你过多地将自己个人的判断传达给孩子，那么孩子就会失去形成自己人生观的机会。

*一些早已“习惯成自然”的事还是需要对孩子多说说。比如尽管孩子已经知道你是爱他的，但你还是要经常要对他：“妈妈(爸爸)爱你”。

*不要总是谈论自己的孩子，而是要与他对话。

*说话时要注意你的语调。

*不管孩子有多大，如果你讲错了话，都要向他道歉。

小学生教育网

- ❖ 党委
- ❖ 纪委
- ❖ 工作动态
- ❖ 学习园地
- ❖ 工青妇
- ❖ 研究生会
- ❖ 科学传播



版权所有：中国科学院心理研究所 备案编号为：京ICP备10049795 京公网安备110402500018号

地址：北京市朝阳区大屯路甲4号 邮编：100101

电话：(86-10)64879520 Email: webmaster@psych.ac.cn