

倾听孩子表达 不贴任何标签

中学老师和家长分享如何与孩子正确互动

采写:本报记者 刘晓峰
摄影:本报记者 程霖

从教以来,教过小学、初中和高中学生,九洲中学英语教师王晓霓注意到,为什么我们给予孩子表扬或批评时,往往达不到我们想要达到的效果呢?这也是不少家长在家庭教育过程中面临的难题。近日,她做客“德行珠海·亲子讲堂”,和家长们分享如何运用表扬和批评与孩子正确互动。

案例与反思

这样的错误你是不是也常犯?

场景1: 搞坏玩具是因为不珍惜?

孩子和家长从商店回来了。家长忙着去做饭,5岁的孩子自己玩玩具。可是没过一会儿,孩子就把刚买来的昂贵的玩具消防车搞坏了。

“你是否觉得这样的场景似曾相识?”王晓霓说,对于很多家长来说,这种情形可能不止一次地在家中上演。“这个时候你会说什么?”不少家长为此感到头痛,往往一股火气上来,就开始教训孩子:“你怎么回事?不是跟你说过很多次,要爱护玩具吗?”而孩子也感到郁闷、自责,甚至哭起来。

但静下心来分析一下,孩子为什么会搞坏玩具呢?“难道是因为不知道珍惜吗?”王晓霓说,自己的新玩具,孩子不可能不珍惜。“5岁的孩子充满了好奇心,他其实只是想要去了解玩具里面的奥妙之处,难免在探寻的过程中破坏了玩具。”他发现这辆玩具车的消防梯跟家里别的消防车的梯子不一样,所以他想看哪里不一样,不小心用力一扯就扯坏了。“家长如果看不到孩子好奇心的这一层原因,往往就容易给孩子贴上‘不爱护’、‘不珍惜’的标签。”

场景2: 没做作业是因为太拖拉?

孩子上初中了,不是什么都跟家长说了。家长一问他:“今天在学校怎么样?”他就说:“就那样。”吃完饭了,孩子就钻进自己的房间说去做作业,还要求不要吵他。但是,当家长忙完了家务想进去关心一下他时,却发现他正慌忙地把手机藏起来,而作业一个字都还没有写。

这时,很多家长一定会非常生气地指责孩子“又玩手机,拖拖拉拉不做作业”。

“但很多家长没有真的去耐心探询,孩子这样做到底是什么原因。”王晓霓说,也许今天上课时孩子不舒服,没有认真听讲,所以他今天作业不太会做。也许他正在手机上问同学和查资料。“但是他怕你误会他玩手机,所以不敢让你知道,就偷偷拿了手机在查。”王晓霓说,导致孩子出现某种行为的原因多种多样,家长们常常没有耐心去分析原因,就作出了判断,给予孩子表扬或批评。

理论与实践

表扬或批评都是为促进成长

冰山理论 别急于表达家长的意见

各行各业都会用到“冰山理论”,王晓霓说,在儿童教育及心理学领域,冰山理论告诉我们,你看得见的就是孩子的行为,听得见的是他的言语。“而露出水面的只有20%,下

面不能直接看到的则是80%的信息量。”王晓霓说,你看到的不一定是真实的,每个问题行为的背后都隐藏着一个未被满足的需求,家长越深入分析,和孩子的沟通就会越好。

正面管教 把爱的信息传递给孩子

正面管教理论告诉我们,对待孩子应温和而坚定,把爱的信息传递给孩子,让孩子感觉更好,他才能做得更好。“让孩子感觉

好,不意味着要吹捧、讨好孩子。”王晓霓说,让孩子感觉过分良好,也不是正确的家庭教育之道,“应该让孩子保持健康的心态”。

归因理论 对具体行为进行肯定或引导

王晓霓表示,归因理论非常庞大,主张把孩子成败的行为进行正确的归因,以利于他们探索取得成功的途径。王晓霓认为,这个理论可以归结出一个结论:如果希望孩子无论遇到容易还是困难的任務,都勇于接受挑战,那就要把无论成功还是失败的事情,都归因于孩子努力程度和方法,而不是能力、运气或其他因素。

“当然,如果对于一个很努力却常常受挫的孩子,必要时归因于客观原因,也有利于降低孩子的挫折感。”王晓霓说。

归因理论认为,人的个性差异和成败经验等影响着他的归因,人对前次成就的归因将会影响到他对下一次成就行为的期望、情绪和努力程度等。另外,个人的期望、情绪和努力程度对成就行为有很大的影响。

“批评和表扬的目的是什么?”王晓霓说,通过表扬,应该培养孩子较高的自我价值感;而通过批评,则应引导孩子走正道,越来越好。“归根结底,为了激励孩子积极向上,树立自信,健康幸福成长。这才是表扬和批评的最终目的。”



【具体做法】

- 1 观察孩子的肢体语言,而不只是听其言语表达;
- 2 耐心倾听孩子的表达,不带任何评判和贴标签;
- 3 感受孩子的情绪,而不仅仅是其表达的内容。
- 1 重复孩子言语当中的一些关键词;
- 2 提问确认孩子的感受,引导孩子去正向表达自己的情绪;
- 3 表达自己的感受;
- 4 注意和孩子沟通时自己的身体语言。
- 1 客观描述孩子的行为事件;
- 2 引导孩子自己说出解决的办法或者改进的办法;
- 3 引导孩子做合理的归因。



小贴士

对孩子表达表扬和批评的原则

1. 始终明确教育的目的:理解、尊重孩子,把爱的信息准确传递给孩子;
2. 始终使用正向的教育手段:注意语言表达方式和情绪表达方式;
3. 始终信任孩子内在的力量:引导孩子使用“我明白”“我想要”“我愿意”“我可以”。

专家简介

王晓霓,珠海市九洲中学英语教师,广东省名班主任,珠海市家庭教育研究会讲师团讲师。