



作文秀

在经典中成长

# 孩子做事总是犹豫不决怎么办?

专家观点:先从行动上支持孩子在小事上的决定,多培养孩子的决断力

案例

家长:曹老师,单位订了《珠江晚报》,连续看了你几期的“教子有方”心理分析,感觉是蛮到位的。现在我也遇到了难题,上某重点中学的女儿,做事总是瞻前顾后、犹豫不决。我是个急性子,做事风风火火的,她有时真的愁死我了,请问我该怎么办才好?

分析

珠海市帮达心理咨询有限公司首席心理专家曹泽能:首先,感谢您的信任。读者的信任与认可,是我们栏目编辑、记者、心理咨询师等所有工作人员不断努力完善的动力。

其次,我们来分析一下所谓的“犹豫不决”。

在心理学上有个布里丹毛驴效应,说的就是犹豫不决。法国有个哲学家布里丹,养了一头小毛驴,站在两堆数量、质量和与它的距离看似差不多的干草之间,很为难,一下想想数量,一下想想质量,一下想想颜色,一下想想新鲜度,始终犹豫不决,无法最终决定。于是,这头可怜的小毛驴就这样站在原地,在无所适从中活活地饿死了。

虽然上述故事的主角是小毛驴,但其实人也是这样的。古人讲:“鱼和熊掌不可兼得”“用兵之害,犹豫最大;三军之灾,生于狐疑”……说的都是这个道理。

那么,人为什么容易“犹豫不决”呢?

一是缺乏必要训练。小时候爸妈宠爱孩子,担心孩子做错误决定,于是总是习惯性地帮孩子做决定。这其实是不信任孩子,慢慢孩子就会认定自己是能力弱,慢慢习惯于不做决定、少做决定,生怕自己做的不符合要求。当需要做决定时,就会犹豫不决。

二是性格特征所致。比如追求完美,缺乏自信,易受暗示,易随大

流,过分谨慎,患得患失,缺乏安全感等原因。

三是自己怕犯错。孩子认为不做决定或延迟做决定,就不会有错、犯错,就不会承担决定之后的风险,或可让别人来承担风险,这样的孩子内心抗打击能力较弱。

四是认知有限。优柔寡断多发生在涉世未深的年轻人身上,他们对事物的本质缺乏清晰的认识,判断不确定是遇事拿不定主意并产生心理冲突的原因。

人的心理冲突,其中一种是变形冲突,它涉及生活中的“鸡毛蒜皮”,一般人认为不值得操心、担心,大多数人很容易解决的问题,而当事人却解决不了,这就需要密切注意了。

而另一种是常形冲突,是大多数人都可能碰到的犹豫不决。比如双趋冲突——玩,还是写作业,只能二选一;趋避冲突——想痛快地玩,又怕家长责怪,进退两难;双避冲突——左有讨厌的同学,右有成绩差的同学,“腹背受敌”;双重趋避冲突——晚回家自己很开心,但又不想妈妈担心;早回家,妈妈放心,但又不想同学没玩伴。

那么,做家长的该怎么办呢?我的建议是:

第一,先从行动上支持女儿在小事上的决定,比如买个手机壳、该不该与某同学交往等。开始可能没有安全感,也会犯错,但女儿慢慢在

成长、成熟。

第二,多培养女儿的决断力。让女儿告诉自己:我已不是小孩子,我已长大了,能承担必要的责任,我对自己有信心。

第三,让女儿学习直觉决策。眉头一皱,计上心来:寻求满意方案而非最优方案;以自己作为参考,排除较差的而不是总寻找最好的;在满意的时候立刻决策,而不是等到最后一刻;给自己一个时间,不要无限思考。

第四,教女儿辩证地看待事物的正反面。明白任何决策都可能存在风险,允许自己在问题中前行,在不完美的状况下来享受生活。

第五,鼓励女儿多努力学习。人的决策水平,与其所具有的知识经验有很大的相关,俗话说的好:“胆大心细”“有胆有识,有识有胆”。

第六,让女儿学会主动思维,“凡事预则立,不预则废”,不要想着靠别人就会有很大的提高。这样多多练习自己主动思考,会成为一个有主见的人,不再优柔寡断。

第七,督促女儿做了选择就去执行。通常犹豫不决的人意志不坚定,像墙头草随风倒,自己本来刚刚做完决定,结果一个人告诉你那样的方法不对,你立即就发生了转变,又有另外一个人告诉你,这样也不对,你又发生了转变,结果你什么都做不好。

(本报记者王晓君 整理)

桃林深处,墨香渐浓,悠扬琴声中穿越千年时光,我仿佛又看到孔子高洁傲岸的身影,这位时代巨子的智慧凝聚成一个厚重深刻的世界,是无数炎黄子孙心灵的家园——《论语》。

毕淑敏曾说:“与书隔绝的日子,心无家园”,是的,灵魂若无处安放,到哪里都是流浪。《论语》是儒家思想的经典之作,在高中国学课堂上,我怀着庄重肃敬之心,翻开淡黄的扉页,我尝试叩开了解中国传统文化思想的大门。

孔子正气凛然、博爱睿智的形象给我留下了深刻的印象。司马迁曾这样评价孔子:“高山仰止,景行行止,虽不能至,然心向往之”。孔子面对那个礼崩乐坏的时代,嘶哑呐喊:“八佾舞于庭,是可忍,孰不可忍也”,他对周礼的执着,更是一种对原则秩序的呼喊,是对和平仁爱的渴望。然而,在诸侯称霸的时代,孔子无力回天,但他从没有放弃自己的坚持,他周游列国,他曾说:“知其不可为而为之”,他以天下为己任,“用之则行,舍之则藏”,他淡然超脱的心境,在未被重用之时仍坚持初心,努力完善自我。这份不骄不躁,不卑不亢的气度正是他强大内心和人格的体现。

读《论语》,我不仅找到了榜样,更收获了许多精神力量,明白了孝的含义。孟武伯问孝,子曰:“父母唯疾其之忧。”意思是说:父母对于子女的健康尤其担忧,所以保重自己就是孝敬父母的一种方式。作为子女,我们不论成就辉煌,还是默默无闻,都是父母的挚爱。由此,我逐渐明白,孝敬父母,不应该是成绩出来的一句报告,更应该是尽最大努力学习的同时保护好自己,因为我们的无忧无虑,才是他们最大的安心。

在经典中成长,我明白了许多做人的原则。孔子有三乐:发愤忘食,乐以忘忧,不知老之将至。它告诉我孔子的快乐,启示我追寻自己的人生至乐,容颜会老,才华不老。在这个时代,我们应该沉下心来,明白自己的渴望,遵循道德准则,明白“不义而富且贵,于我如浮云。”追溯历史长河中,先贤留给我们的宝贵精神财富,不丢良知,不忘理想,做更好的自己,走好我们新时代青年一代的长征路。

在经典中成长,我在这片世界中看高洁淡漠的云,热情慷慨的花,感受温暖怜爱的风,春生夏长,秋收冬藏,感谢这个充满智慧的世界,给我更坚定的力量,沉淀更美好的自己。

作者:珠海市实验中学高一3班 金翠萍

点评教师:易秀芳,珠海市实验中学首届“首席教师”,高中语文高级教师,2016年获“珠海市高中现场作文赛课一等奖”,热爱语文教学,致力于传递母语文字文学文化之美。

点评内容:《论语》这一传统经典能在高一学生的心中激起思想的涟漪,启迪人生实属难得。在大多数孩子的心中,《论语》只是考试时要测试的那几则,真正能走进那些语短意深的经典之语,融入血脉,指导人生之路的不多,传统经典的魅力一直都在,只是缺少一个靠近它的机缘。作者因为高中的国学课了解到孔子的精神品格与思想精髓,进而指导青春之正道,这便是经典之妙处。(本报记者王晓君 整理)

参与方式

欢迎您扫描二维码,加入“教子有方”微信群,将您在教育过程中遇到的烦恼告诉我们,我们将在本报“教子有方”栏目中,就最热门、读者最关心的问题,邀请专业心理咨询师或资深教育界人士进行探讨,答疑解惑,给出意见和建议。

