



# 父母做错三件事孩子伤不起

家庭教育中,父母的做法会直接影响到孩子的成长,如果在孩子的成长过程中父母做错了三件事,那么,带来的后果可能会难以设想!



## 餐桌不该成为“说教阵地”

孩子焦虑容易厌食



### 问题一:父母意见矛盾,立场分歧

教育孩子时,父母经常一方“唱白脸”,一方“唱黑脸”,而这种教养方式埋下的隐患也随之产生。

当孩子犯了错,父母中一方责罚他们时,孩子会本能地寻找庇护。此时如果另一方站出来跟爱人“唱对台戏”,恰恰中了孩子的下怀。久而久之,孩子就会形成惯性思维——

总会有人来帮我,即便我做错了。可以想见,这样的孩子很容易见了困难绕着走或者依赖别人,办了错事也为自己开脱,没有责任感。

**你可以这样做:**其一,在心理上突破“自以为是”的障碍,不妨放心地让妻子或丈夫一方管教孩子,相信对方跟自己一样,都

是有道理的。其二,如果短时间无法统一意见,那么也别当着孩子公然对抗。在对方教训孩子时,你可以出去转转,等到夫妻独处时,再跟爱人争论也不迟。其三,如果实在无法达成一致,可以共同学习教育子女的知识,借“权威”调整两个人的认知,进而改变不当的行为。

幼儿园老师最近发现,原本吃饭香、不挑食的■■,一到吃饭时间就躲躲藏藏,好几次都说不饿,或随便吃几口就说饱了。■■妈妈带孩子去医院,医生检查发现■■的身体并没有问题。仔细询问了一家人的日常生活才得知,爸爸妈妈总喜欢在吃饭时间■■今天表现怎样,或者讲一些大道理,让■■对吃饭产生了阴影。

日前,南宁市关心下一代工作委员会举行的家庭教育研讨会上发布了一项调查数据:86%的家长喜欢和孩子“边吃饭边交流”。大人们总喜欢在餐桌上谈事,认为在吃饭的轻松环境中教育效果事半功倍。但事实上,在餐桌上大讲人生道理或责问训斥,孩子会“压力山大”,情绪低落。这种心理压力会让孩子“吃不消”,影响消化功能。长期如此,孩子很容易形成不良的条件反射,一到吃饭时精神就紧张,甚至联想到负面体验,不仅可能产生焦虑、人际沟通障碍、品行障碍等心理障碍,甚至会导致厌食症等重症心理疾病。

在美国,餐桌教育是育儿中很重要的一部分。但他们更重视让孩子主动吃饭并享受过程,遵守就餐礼仪,学会在餐前餐后布置与收拾餐桌、接待客人等。对美国人来说,餐桌更是一家人坐在一起的最温馨场所。比如吃早餐时,爸爸坐在一旁看报,妈妈给每个人的盘子里放入一个鸡蛋、几片培根,孩子们给大家的杯子里倒上橙汁,这是很常见的场景。一家人在一起聊天、谈心、说笑,孩子从餐桌上学习到互相协作的精神,感受到彼此之间的默契,以及和父母之间那份亲密无间。

因此,建议家长们尽量在餐桌上说些轻松愉悦的话题,比如问问孩子今天玩了哪些游戏、跟同学做了哪些事、交了哪些新朋友等,真诚地了解孩子的感受,分享他在幼儿园、学校的快乐。如果有严肃的话题要跟孩子沟通,要选择合适的时机。

(据《重庆时报》)

### 问题二:相互埋怨,孩子自卑

“你怎么当妈的?孩子打人你干嘛不好好管管?”赵明(化名)的父亲大声嚷嚷。“就知道说我,难道你当爸的不用负责任吗?你什么都不管,现在倒埋怨起我来了!”母亲也不甘示弱地反驳道。而赵明则捂着耳朵看着面前吵得越来越凶的父母,最后“哇”地

一声哭了起来。

孩子的心理比较脆弱和敏感,他们看到父母因自己而吵架,就容易产生“这都是因为我”的想法,而一味自责下去,就在不知不觉中放大了自己的缺点,认为自己一无是处,羞耻感和无助感也油然而生。长此以往,孩子就会变得压抑而自卑。

**你可以这样做:**把焦点对准孩子,就是要仔细想想孩子最近的所作所为,分析他们为什么这样做。然后,跟孩子好好谈话,旁敲侧击地问出他们的真实想法,最后,才是要自我反省,并且和爱人交换一下想法,但千万不要过分埋怨对方或自己。

### 问题三:父母溺爱,孩子放纵

一味地溺爱轻则让孩子缺乏主见、不善与人沟通、没有能力应对危机,重则导致孩子放纵无度。

一方面,有些父母溺爱孩子,什么事情都包办代替,这些事情虽不大,但容易让孩子觉得一切事情都可以询问父母,甚至推给家长,以至于养成凡事不动脑筋、没有主见的习惯。另一方面,孩子的自控能力有限,心里想什么就会做什么,他们往往只顾满足自我欲望,而不懂得遵守规则。

**你可以这样做:**要想让溺爱型父母有所改变,其实没那么容易,需要提醒父母的就是“不要感情用事”。家长要试着“狠”下

心,拒绝几次孩子的过分要求,并对其不当行为进行责罚,让孩子和家长都形成“奖惩分明”的习惯。

(据《南方都市报》)

