

论家庭教育语言情绪表达不当对儿童心理的影响

杨菊

(金肯职业技术学院 江苏南京 211156)

摘要:家庭教育中,很多父母在对孩子表达观点时会不自觉的带有命令、指责的情绪和语言。大部分的父母都有“述情障碍”[1],并不是对孩子没有爱,而是在教育孩子时,不会客观的、正确的用语言和情绪去表达爱,孩子感受到的不是爱,而是指责和埋怨,从而导致孩子一系列教育问题的产生。生活中一些看似不起眼的教育语言在日积月累、潜移默化的影响下会给孩子的心理带来不可估量的后果。“千里之堤,溃于蚁穴”,这些不起眼的、习以为常的话语可能会给孩子的教育甚至是整个人生的发展埋下隐患。因此,父母学会控制情绪好好说话是解决很多教育问题的根本和关键,这也是耐心教导孩子所必须要具备的一种素质技能。

关键词:家庭教育;语言情绪;儿童;心理

一、不要让爱成为亲子关系的枷锁

俗话说:“父母之爱子,则为之计深远”,正是因为爱孩子所以难免会为了孩子的学习、生活、教育等着急上火,很多父母难以控制自己的心态,急功近利,甚至有恨铁不成钢的无奈和焦虑。所以,在表达自己教育观点的时候,会因为着急焦虑造成传达给孩子的情绪语言非常容易被误解和扭曲,甚至是相反的。因而对于孩子来说没有准确的第一时间捕捉到父母的关心和担忧,感受到的却是无安全感、被不理解、被否认、被怀疑、被谩骂甚至是被羞辱等。有时语言带有的攻击性的力量是不可估量的,带来的伤害是不可挽回的。那么,爱就会成为亲子关系的枷锁,压的孩子喘不过气来,有一种乏力窒息感。

(一) 不要用“为你好”剥夺了孩子的自主选择权

很多父母在现实生活中总是不尊重孩子的想法、不顾及孩子的感受,打着为孩子好的名义给孩子提出各种不合理要求,如“爸爸妈妈花钱给你送到私立学校还不是为你好”“爸爸妈妈假期给你安排好让你上这些辅导班是为你好”“爸爸妈妈给你选这个专业完全是因为这是当前的热门专业,以后好找工作、你将来能有个好前途”...完全忽视孩子的喜好和需求,也没有真正蹲下来倾听孩子的心声、尊重孩子的选择。在日常生活中这样的例子数不胜数,正是这些小事逐渐淹没了孩子的声音,孩子成为了被安排的“小透明”,从某种意义上说剥夺了孩子的决定权和人生选择权。这样为孩子好的名义其实限制了孩子的表达,这是否是一种情感绑架呢?如果真的为孩子好那就蹲下来倾听孩子内心的声音吧,如果为了孩子好就不要把建议和商量当成替孩子做主。长此以往,这样不仅会使孩子长大越来越没有主见,也会让他感受不到自己决定的重要性和快乐,那孩子永远也学不会担当、责任感和使命感,甚至感受不到自己人生

的存在感。这将是很可怕的,因为他们没有活出自我而是活成了父母的“傀儡”。因为只有自己选择的爱好和每一个决定才能走出属于自己的人生轨迹,只有自己选择的事情才更容易做到极致,更容易成功。比如谷爱凌从小喜欢的花样滑雪妈妈也会觉得危险,但只是提出了建议而没有替她决定,尊重了她的热爱,所以不论这件事情多难,但对她而言训练一直都是一种乐趣,从来没有人迫使她去做这件事,这种来自自我的内驱力是不可小觑的,因而她更容易事半功倍,轻松取得了金牌,成为了冠军。如果妈妈替她做了决定换一个项目,很可能她要用一生去完成这个重任且觉得事倍功半。这也许就是自我选择带来的成就感和使命感,也正因为此她才能享受自我掌控人生带来的快乐和自由。

(二) 不要让“养育”无形中“情感绑架”了孩子

生活中有一些父母在无形中用情感绑架去要求和“威胁”孩子去接受自己的想法。比如经常听到父母这样给孩子说“这件事情没有商量的余地,我养你你就得听我的”“爸爸妈妈这样做还不是为你好”等。其实这些言语无形中在绑架着一个孩子的想法和意愿,如果不去这么做、不去完成这件事会让孩子觉得是自己的不对而心生愧疚,甚至连表达自己想法的勇气也没有了。任务本身的压力感和完不成后的愧疚感、自责感将会啃噬着孩子幼小的心灵,而绑架的工具是“养育和爱”。事实上,供孩子吃穿、养孩子长大本身就是父母作为法律上的监护人应尽的责任和义务,不需要特意标榜自己,更不能拿此来作为筹码“威胁”、“绑架”孩子的意愿。因为养孩子和孩子必须听话之间并没有必然的因果关系。孩子听话与否要看父母说的有没有道理;是否尊重了孩子或与孩子沟通过;是否愿意蹲下身来倾听孩子的想法,而不是一味的说必须听我的,这听起来难免

会让人觉得蛮横任性且不讲道理，只会让孩子反感而产生逆反心理。但是大部分孩子听多了这样的话会被洗脑，觉得好像是这么个道理，只能哑口无言的顺从，否则就要被扣上不孝的帽子，愧疚感也会压垮他。这其实就是一种以爱为名义的无形中的情感绑架，甚至是精神控制，这并不是真正爱孩子应该做的事情。

二、不要轻易给孩子贴上各种“标签”

现实中很多父母还给孩子扣上了很多“帽子”比如会有父母说：“这次考试就这么点分数，不想学算了，不想管你了，我怎么生了你这么没出息的孩子”“你看看你，天天就知道玩手机电脑，都上瘾了”“回家也不愿意说话，见了熟人不知道打招呼，怎么这么孤僻呢”

这些父母其实不相信自己的孩子会处理好学习与生活的关系，致使让孩子感受不到信任与肯定，很多孩子不仅破罐子破摔，而且父母的标签还强化了孩子更想去做这样的事情。长此以往，孩子真的会往你所认定的方向去发展，这就是消极的心理暗示的力量，而且赌气和对抗的情绪会让他们故意去落实自己头上被扣的帽子，破罐子破摔。父母口中所说的不能这样不能那样，会成为孩子想去试探的“禁忌地”，这对孩子是充满刺激和诱惑的，一旦试探成功会非常有成就感和快感。

每个孩子都肯定有值得肯定和赞美的地方，父母要相信自己的孩子，用尽一切去寻找孩子身上的闪光点，放大这些优点，而不是只盯着缺点不放，哪怕一个孩子再一无是处，也一定能通过努力寻找找到赞美的地方。语言会带来微妙的心理暗示，想让孩子往哪个方向发展就要往哪个方向去评价、鼓励、肯定和信任孩子。他一定会努力做得更好不让你失望，因为这是一种积极的强化和心理暗示。我们也要信任孩子不能因为一次考试成绩不好而说“不争气、没出息”这些标签太过片面绝对，事实上很多孩子不会因为一次考试成绩不好影响之后取得好成绩，更不会因为一次成绩不好推测到一生都碌碌无为，相反，很多被称为“差生”的孩子长大在另外一些方面取得了望尘莫及的成就，如很多教育家就是如此。但大部分被打上“标签”的孩子可能因为父母的打击就此失去了进取心和斗志，错失了很多人应该取得成就的时机，人生也可能从此改写，倘若真如此，这是多么令人遗憾和悲哀的事情。任何人都不能被别人定义，哪怕是自己的父母，因为这个世界上除了自己可以去定义自己之外，没有人可以去定义别人，也没有权利去定义别人，况且还是个前途充满了未知和希望的孩子。就算有的孩子当前暂时表现出“不争气”“没出息”人生也有无数次可以翻盘的机

会，而不是只有一次，不能一次不好而定位一生，历史上很多名人大家也能证明这个道理。人也有很多点和面，这一面不好不代表都不好，总有一面会像金子一样越发耀眼闪烁，光芒万丈。

三、少下达指令撇开责任，多帮助孩子共同面对

我们应该在下达任务的时候帮助孩子共同去完成任务，和孩子始终肩并肩站在一起，带领孩子去完成。而不是下达指令之后，自己做自己的事情，甚至是玩手机、娱乐、把孩子晾在一边不管不顾。这样暂不说有没有起到榜样的作用（孩子内心其实是不服的），也没有去帮助孩子寻找问题，帮助他克服可能遇到的困难；更没有引导孩子学会成人解决问题的思维模式。那么孩子永远感受不到那种由共同克服困难最后成功而带来的责任感和成就感，更学不会像成人一样去独立的、高效的解决问题的能力。甚至以后有任何的烦恼、困难也不愿意与父母沟通，慢慢与父母关闭了心门，不交心，不会主动说自己的心里话，比如回家就锁门在房间里，在家话很少，问了也说没事等。如果父母把“作业做不完别睡觉”之类的指令换成这样：询问孩子“是哪个地方难住了不会做呀，妈妈来帮你看看，我们一起解决好不好”“哦作业太多了，那如果别的家长也这么认为，我们会一起商量给老师反馈下这个问题的么，不能因为作业量太多影响了睡眠”。如果用这种方式去教育，相信孩子感受到的不再是下达指令后任务抛给自己时的孤独恐慌，以及完不成的压力。而是由父母帮助后完成任务的快乐、自豪和感激。慢慢的，孩子会更愿意给父母沟通说自己的心里话，孩子也会觉得不论自己以后遇到多大的困难都没关系，因为他觉得父母永远都在身后给予她帮助和力量，永远不会抛弃他，永远是他最坚强的后盾。那么信赖感由此就建立起来了。这个好的教育习惯会在生活的点滴中渗透进孩子的心灵，并搭建起亲子关系的桥梁。孩子不仅更愿意对我们敞开心扉，而且这样的良性循环也将会让孩子受益一生。

参考文献：

- [1]曹海,李丹,方萌萌,陈凤,黄香琴.自闭症儿童父母自闭特质和述情障碍及其关系研究[J].校园心理,2020,18(05)
- [2]尚科研.萨提亚家庭治疗模式在亲子关系问题中的介入研究[D].长春工业大学,2020.
- [3]王丹妮.萨提亚家庭治疗模式在亲子冲突中的运用研究[D].长春理工大学,2020.
- [4]卢以发.家庭教育方式对孩子成长的影响[J].幸福家庭,2020(13):15.