

打孩子是門學問

不要打2歲內和6歲後的孩子

一位媽媽說：“孩子經常無理取鬧，到超市就要買這買那，不給買就坐在地上哭鬧。到別人家去就亂翻亂動，還會到人家沙發上亂蹦，無論你怎麼說，孩子都不聽話。每次我都會氣不打一處來，回到家就痛打一頓，但是，打完以後又心疼，想想孩子也就4歲，雖說不聽話，但總歸是心疼的。”

媽媽還說：“打了孩子，一是心疼孩子，二是後悔，生怕打孩子會在孩子的心裏留下不良的陰影，到底該不該打孩子？打了孩子後應該怎麼辦呢？”



【分析】

美國兒童教育家海姆·吉諾特曾說過：“懲罰不能阻止不良行為，它只能使罪犯在犯罪時變得更加小心，更加巧妙地掩飾罪行，更有技巧而不被察覺。孩子遭受懲罰時，他會暗下决心以後要小心，而不是要誠實和負責。”

打罵孩子時，雖然孩子表面上誠惶誠恐，內心深處對自己的錯誤行為根本沒有反省，更不會去思考該如何修正自己的錯誤行為，甚至有些極端的孩子會想辦法趕快逃離家庭，逃離父母的管束。

新時代的父母，已經沒有了“不打不成器”的觀念，大部分父母都努力讓自己不打孩子。這應該是一種社會的進步。

【支招】

雖然體罰孩子有許多負面的影響，但是在教育孩子的過程當中，也有不得不打的時候，有時候，一時氣不過打了不聽話的孩子，也是許多父母經常會出現的情形。那麼，如何調整自己的心態？如何讓“打”孩子發揮更有效的作用呢？

盡量控制自己不打孩子

不打孩子應該是一個理想的狀態。當孩子犯錯誤時，家長不要急于打

子，因為衝動地打孩子，效果往往適得其反。這時候，你可以向孩子說出自己此刻的感受，讓孩子知道你對他剛才行為的不滿。比如，告訴孩子“我現在心情不好！”“你這樣做我很不滿意！”“我不喜歡你這樣沒禮貌！”“你的表現很讓我傷心！”等。

描述自己的心理感受，有助於平靜自己的情緒，也有助於讓孩子站在父母的角度來想問題，從而促進孩子的反思。

用自然後果懲罰孩子

孩子犯了錯，無須過多批評，讓孩子自己承受行為的過失或者錯誤造成的後果。對於年幼的孩子，家長還可以告訴孩子修正錯誤的具體方法，指導孩子自己去彌補錯誤。比如，牛奶打翻了，就不能喝牛奶了。同時，孩子還需要自己來清理桌子上的牛奶。

這樣不但讓孩子明白了自己的錯誤可能導致什麼結果，也能夠讓孩子在承擔後果的過程當中產生悔改的想法，有利於避免孩子再犯同類錯誤。

打孩子時不要情緒化

如果出現了不得不打孩子的情況，比如，在多次勸告無效的情況下，孩子依然不停鬧騰而影響到了自身的安全、周圍人和周圍的環境時，父母首先要穩定自己的情緒，冷靜面對孩子的問題。

因為在情緒激動的時候打孩子，不僅

不能指出孩子的錯誤，還會讓孩子感到難堪，從而對孩子的心靈造成傷害。這時候的孩子，因為著眼點在父母激烈的情緒上，往往不會認為自己有錯了，只會覺得自己是個壞孩子。

讓孩子明白自己被打的原因

在迫不得已要打孩子的時候，父母要把打孩子當成一種教育的儀式，一定要明確告訴孩子，他為什麼會挨打，這次要打幾下，下次再犯錯誤要如何處理等。

打的時候不要太重，也不要以打孩子來發泄自己的不良情緒，更不能不分青紅皂白攆手就打孩子。

打完孩子後，一定要哄哄孩子，讓孩子明白，打了他，爸爸媽媽也很傷心。最重要的是，父母一定要讓孩子明白，即使他錯了，爸爸媽媽還是愛他的。打他只是為了讓他記住，下次不要犯同樣的錯誤。

不要打2歲內和6歲後的孩子

2歲前的孩子由於心智發展不成熟，缺乏規則意識是正常的。打孩子對於孩子來說，沒有警示作用，反而會影響孩子的心理發展。

隨著孩子年齡的增長，孩子的自我意識逐漸完善，自尊心也越來越強。6歲後的孩子就已經是懂道理的年齡了。這時，父母更需要用講道理的方式與孩子進行溝通，避免打罵在孩子心裏產生負面影響。

的種方式取代打罵孩子

多多了解孩子。在忙於生計的同時，父母一定要抽出時間來多多了解孩子，與孩子、保姆、孩子的老師多多溝通，盡量對孩子在學校和家庭中的表現有一個全面把握。

耐心傾聽孩子。如果是氣急攻心的父母，在面對不聽管教的孩子時，通常最直接的反應就是打罵。此時，父母應該先冷靜下來，嘗試去傾聽孩子耐心，問問孩子這麼做的原因是什麼。

修正對孩子的期望。有些父母常常拿自己都做不到的標準來要求孩子。要知道，孩子年齡還小，有好動、固執、健忘等表現都很正常。

對孩子放下身段。有些父母總喜歡在孩子面前保持威嚴，習慣用以上對下的態度來對待孩子。對此教育專家建議，父母要對孩子真正放下身段，從內心尊重孩子，不要用命令的口氣跟孩子說話，將孩子當作成人一樣給予尊重。

同孩子做協商。不要總是要求孩子按照父母的心意去生活，那麼不但是孩子痛苦，就連父母也很痛苦。

盛怒時不管教孩子。在極度憤怒的狀況下，父母肯定無法以理性的方式來管教孩子。所以，當父母無論如何也平靜不下來的時候，父母要暫時離開現場，或是轉移自己的注意力去做別的事，等自己平靜下來以後，再和孩子好好談心。

請尊重孩子的磨蹭

他們有自己的節奏

孩子有自己的生理節奏。如果孩子的生活節奏過快，會影響身體的激素分泌，對身體和心理都會造成損害。

孩子與大人一樣，每日生活在催促之中，快速、高效、忙碌、省事，成為最基本和理所當然的生活狀態。曾經，父母叮囑孩子的口頭語是“慢慢走，小心跌跤”“慢慢吃，小心噎著”，現在孩子聽到最多的是“快點吃飯”“快點做作業”“快點彈琴”“快點睡覺”，甚至“快點玩”。



你是不是也是停不下來的父母？

別讓孩子輸在起跑線上、成功論導向的教育方式、更高更快更好的標準，這些都促使父母按照自己認為正確的標準去催促孩子，比如一個媽媽帶著孩子匆忙地走在學琴的路上，打仗一般緊張。而這其中，孩子的節奏問題普遍被忽視了。42歲的李女士在兒子8歲生日那天大受打擊：孩子想要的生日禮物竟然是“一個什麼都不用幹的周末”。她說：“我第一次如此真切地感覺到孩子內心的痛苦，這種痛苦深深地震撼了我。”

事實上，對兒童生活節奏的研究只是近半個多世紀才有的事，以前兒童一直被當做小大人看待。基於對兒童的生物心理節律的研究，西方發達國家把學齡前兒童每天有效的學習時間定為3個半小時。但是這個時間在大多數情況下已經被延長至4個半小時。

催促始於父母自身的焦慮

催促孩子，在生活中是一種正常現象，它能教育孩子，幫助孩子適應外部世界。但是，當催促過多表現現在與孩子的關係上時，通常是因為父母自身的焦慮。

當父母無法克服這些焦慮，將這些焦慮轉嫁給孩子時，傷害就在不知不覺中發生了。經常被父母催促來催促去，孩子會質疑自己的生活節奏，認為是自己出了問題，要

麼逐漸認同父母而變成一個同樣焦慮的人，要麼以一種極為拖沓的方式生活，以這種被動拖沓的方式表達對父母的憤怒。

專家指出，從孩子的長遠發展來看，在競爭焦慮氛圍中成長並被迫進入競爭軌道的孩子，更容易出現無力感、自卑感和心理失衡。總之，始於童年的競爭很少有贏家。

到底是誰的節奏被打亂？

父母為什麼要不停地催促孩子呢？因為父母覺得孩子太磨蹭，打亂了自己的節奏，於是反過來打亂孩子的節奏。

“每次看到兩歲半的女兒笨拙地、慢慢騰騰地舉起小勺子吃飯，我就在一邊按捺不住。儘管女兒也能慢慢地把飯吃完，可我真的忍受不了她的慢節奏，於是幹脆拿勺舀飯往女兒嘴裏塞，而且成了常態。”32歲的何女士說，自己也知道這種做法不對，“但只有看到飯菜被女兒吃進肚子裏，我才能安心。”

這種催促乃至代勞的場景，對大多數父母來說並不陌生吧？大人總是希望孩子按自己的想法、自己的節奏行事。其實，大人與孩子的生活節奏、生理節奏以及生命節奏都是大不相同的。孩子有自己的節奏，對他們而言，感覺最舒服、最順暢、最有利的就是順應自然的生理節奏。如果孩子的生活節奏過快，會影響身體的激素分泌，對身體和心理都會造成損害。

經常被打亂節奏的孩子，一般都會有早熟、易煩躁、耐性差的特征，或截然相反，表現為反應遲緩、自我壓抑、對某些事物過分依賴。第一類孩子學會了取悅他人並優先滿足他人的願望，第二類孩子卻因無法達到父母的要求而感到自己是“壞孩子”，從而失去自信。這兩種情況都容易讓孩子喪失自我。

請尊重孩子的磨蹭

放慢速度絕不僅僅是為了停下來喘口氣，而是為了感知和感受周圍，去想象，去思考。讓孩子根據自己的節奏去吃飯、穿衣，從而讓他了解自己是誰，會做些什麼。讓他用自己喜歡的方式玩耍，以促進他把事物形象化、概念化，從而區分想象與現實，言語與行動。這一切能夠使他發現自己並了解他人，最終形成對自我以及世界的認知。

也就是說，一旦掌握了正確的方向，其實並不需要繁雜的指導與指南，父母便可輕鬆減慢日常生活的速度。

作為母親，台灣女作家龍應台對兒童的節奏格外尊重，她曾在書中寫道：“我，坐在斜陽淺照的階梯上，望著這個眼睛清亮的小孩專心地做一件事。是的，我願意等上一輩子的時間，讓他從從容容地把這個蝴蝶結紮好，用他5歲的手指。孩子，慢慢來，慢慢來……”

台灣大學張文亮博士的〈牽一只蝸牛去散步〉曾經在朋友圈中風靡一時，不少教育工作者以及家長都把這篇文章奉為心靈雞湯。文中寫道：上帝交給麥克一個任務，叫他牽一只蝸牛去散步。可是蝸牛爬得實在太慢了。麥克又是催促又是嚇唬又是責備，可蝸牛只是用抱歉的目光看著他，彷彿在說：“我已經盡全力了！”麥克又氣又急，對蝸牛又拉又扯又踢，蝸牛受了傷，爬得越發慢了。麥克真想天下蝸牛不管，但又擔心沒法向上帝交代。他只好耐著性子，讓蝸牛慢慢爬，自己則以一種接近靜止的速度跟在後面。就在這個時候，麥克突然聞到了花香，原來這裏是個花園。接著，他聽見了鳥叫蟲鳴，感到微風拂面的舒適。後來，麥克還看到了美麗的夕陽、燦爛的晚霞以及滿天的星鬥。麥克這才體會到上帝的巧妙用心：“他不是叫我牽蝸牛去散步，而是叫蝸牛牽我去散步呀！”