

不想讓孩子成為“玻璃心”？ 父母需要牢記這幾點

近日，知乎上一位母親的提問引發網友熱議：“和孩子的好朋友調侃了孩子幾句‘太胖了’，孩子就鬧，說自己自卑了，現在的孩子是不是太脆弱了？”

在飯桌上，母親把女兒的肥胖當成玩笑講給客人聽，還調侃女兒以後嫁不出去。

客人離開後，女兒才表露出不滿，認為母親當著別人的面踩低自己。

母親卻沒有把她的委屈當回事，認為她玻璃心。

眾多網友沒有附和這位母親，反而是站在了孩子這邊，說出了自己類似的遭遇：

被父母當眾調侃，出醜的事被當成笑話，被貶低得一無是處……

常說“惡語傷人六月寒”，父母玩笑式的冷嘲熱諷更是插在孩子心上的把刀。

在冷言冷語的環境下成長的孩子，內心肯定已經是千瘡百孔。

不要因為孩子年紀小，就認為他不懂事、沒自尊心而貶損他。

其實，一個身心健康的小孩，需要父母從小呵護他的自尊心。

01 尖酸刻薄的父母，只會養出玻璃心的孩子

《荀子·榮辱》中有一句話：“與人善言，暖於布帛；傷人之言，深於矛戟。”

一句善意的話，如冬日暖陽；一句惡意的話，如夏日冰雹。

生活中，很多父母卻選擇了後者，對孩子說了許多紮心話：

“你就是一頭豬！”

“你信不信我把你扔了！”

語言貶低和威脅，是父母讓孩子聽話的常用手段。

但貶低威脅孩子，實際上是在傷害孩子，會使孩子認為自己什麼都是錯的，失去了自信，對別人的一言一行都很敏感。

這樣的孩子被傷害時，出於對自我尊嚴的本能保護，表現出過激的反應，常被打上玻璃心的標籤。

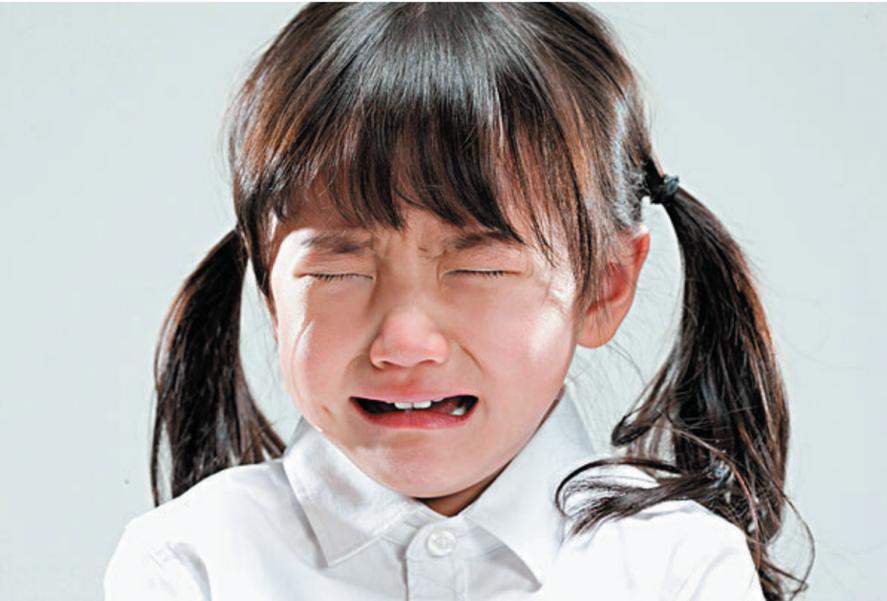
然而，孩子的玻璃心與父母的教育有密切的聯繫。

知乎上有個熱門問題“父母的哪些行為會導致子女抑鬱或自殺”。

其中有個高贊回答：“生而為人，真是太抱歉了，怕被人看到死相，怕被指責太不懂事。”

父母批評的本意是讓孩子認識和改正錯誤，不是為了指責而指責，更不是為了消遣孩子。

尖酸刻薄的父母，貶低了孩子的價值，傷害



了孩子的自尊心，孩子的心靈得不到溫暖，只會變成一顆玻璃心。

02 身心健康的孩子，背後都有維護他們自尊心的好父母

節目《詩就對了》中，奧運冠軍鄧亞萍就做了媽媽們的好榜樣。

鄧亞萍說，自己希望兒子林瀚銘繼承自己的事業，去打乒乓球，但是兒子一心想去做一名電競選手。

在許多家長看來，電競就是不務正業，但鄧亞萍選擇尊重兒子，她說：“電競能拿世界冠軍也是世界冠軍。”

後來，林瀚銘真正瞭解電競之後，就主動放棄了，回歸到乒乓球的訓練。

沒有責罵，沒有埋怨，沒有反對，鄧亞萍通過尊重孩子的意願讓他返回球壇。

“一時興起”、“三分鐘熱度”都是父母眼中中小孩子的不懂事和頑皮，但其實這些都是孩子的探索、嘗試和追尋。

否定、反對和貶低，是大多數父母的做法，殊不知這樣打擊到了孩子探索的勇氣和自尊心，激起孩子的逆反心理。

唐·艾裡姆說過：“掌握好責罵與訓斥的方法與技巧，才能達到教育的目的與效果。不當的責罰，不知不覺中會傷害孩子。”

教育與傷害只有一步之遙。

什麼是好的教育？

鄧亞萍說：與孩子平等交談，講道理，擺事實。

成年人之間說話，我們都知道，要注意分寸，恰到好處，點到為止。

合格的父母，會把孩子當成大人去溝通，維護孩子的自尊心，讓孩子在健康的語言環境下成長。

03 維護孩子的自尊心，高情商父母絕對不踩這“三大雷區”

隨意貶損孩子，只會讓孩子的自尊心受損，陷入自我懷疑。

父母就是孩子的園丁，孩子的健康成長離不開父母悉心的呵護與培養。

要想維護孩子的自尊心，父母需要注意以下三個方面：

1、別把孩子丟臉的事情當成趣聞

家庭聚餐中，親戚們原本還在愉快地聊天，剛上初中的表妹坐在一旁突然哭了起來。

原來，她是為了剛剛她媽媽的一句調侃：“你看，她都發育了。”

在媽媽的眼中，女孩發育是很正常的，不是什麼大不了的的事情。

但表妹的哭泣讓我們認識到，這對她來說，不是什麼好玩的事，而是一件非常羞恥的事情。

很多父母喜歡當眾打趣自己的孩子，卻忽略了孩子內心的反感。

打趣孩子出醜的事情，實際上是讓孩子再一次出醜。更何況讓他再次丟臉的，是生來就信任的父母。

因此，父母不應該調侃孩子的醜事，而是要給孩子充分的安全感和尊重。

2、停止破壞性地批評孩子

美國一個權威機構曾對孩子們進行過一次測試，發現1歲的時候孩子的想像力與創造力高達96%，可到10歲的時候，孩子豐富的想像力、創造力只剩下原來的4%。

其原因是孩子在成長中受到過傷害。而殺傷力最大的傷害，就是父母的破壞性批評，也就是言過其實。

“你連這個都做不好，以後只能去撿垃圾！”

“都是因為你拖了大家的後腿！”

“我怎麼生了你這個草包！”

小錯誤被無限放大，有時連大人都做不好的事情，卻嚴苛地要求小孩做好。

可是小孩還在成長，難免犯錯。

孩子犯錯的時候，父母需要做到就事論事，不可將錯誤上升至人格尊嚴。否則教育過度，反而會使孩子內疚和自卑。

3、別拿孩子與別人比較

綜藝《少年說》中，女孩袁瓊頤控訴媽媽：“為什麼我的努力你總是看不到？總是拿我跟別人比較？”

生活中，很多父母只顧著找榜樣，卻無視了孩子的努力，嘴裡常說“你看XXX，你怎麼比不上人家”，想著用這種方法激發孩子的好勝心。

但是，正如古人言：“一鼓作氣，再而衰，三而竭。”

孩子因為不服輸而努力了，卻得不到父母正面的回饋，只會讓孩子的士氣慢慢衰竭，最後自暴自棄。

此時父母的“激”就變成了一種貶低。教育其實是批評和鼓勵相結合。

父母就是孩子的天和地，孩子比誰都要渴望父母的認可和肯定。

父母要把鼓勵與批評結合起來，軟硬兼施，才能讓孩子有前進的動力。

孩子跌倒也好，緩慢前進也罷，孩子都是在成長。

在成功中收穫喜悅，在挫折中吸取教訓，唯有如此，才能具備不斷前進的動力。

這種不驕不躁、越挫越勇的能力，需要父母的耐心培養。

父母不打趣、不貶低、不攀比別人家的孩子，就事論事，讓孩子看清自己腳下的路，孩子才能走得又穩又遠。

為人父母三過：生而不養，養而不教，教而不當

前段時間看到一則微博：受新冠疫情影响，印度童婚事件發生率比去年同期上漲了60%。

一些父母迫於生計，將家中女兒嫁作他人婦，來減輕生活的壓力。

這些女孩，60%還未滿18歲，30%在11歲到15歲之間。

“如果我不嫁人我會被打死的，求求你救救我。”無數個女孩子發出求救的聲音。

可她們的命運會因為一次被救助而改變嗎？

對於這樣的父母而言，女兒並不是代表著自己的孩子，自己生命的延續，不過是一張吃飯的嘴，一個花錢的負擔。

原生家庭之痛，何解？

有言雲：生而不養，不如鳥獸。養而不教，愧為父母。教而不當，父母之過。

為人父母三大過，即是如此。

生而不養

電影《何以為家》開場的第一句話就是：我想起訴我的父母，因為他們生了我。

贊恩不知道自己幾歲，也許是12歲，也許還不到12歲，可從沒人關心這個問題，他就在苦難中稀裡糊塗地長大。

他的童年裡沒有明亮的房子、沒有嶄新的玩具、沒有熱鬧的遊樂園，有的只是潮濕陰暗的貧民窟、父母的打罵、隨時爆發的戰爭。

贊恩沒有普過家庭的溫暖，他一心想要保護的妹妹，還是被母親無情地賣給了房東。年幼的妹妹懷孕大出血撒手人寰，贊恩心裡的陽光也死了。

可母親並沒有悲傷，她冷冷地告訴贊恩：我又懷孕了，上天把妹妹還給你了。

生育不再是上天美好的恩賜，而是淪為一種謀生賺錢的手段：兒子可以幹活，女兒可以嫁人換禮金。

他們早已忘記了初為人母時的悸動和期待，剩下的只是順應命運的麻木。

如果父母只顧自己享有“生育”的權利，那麼孩子要求“幸福”的權利呢？

生而不養，是為人父母的第一過。

為人父母三過：生而不養，養而不教，教而不當

“我希望無力撫養孩子的人別再生了。”“我以為我們能活得體面，能被所有人愛。”“生活是一堆狗屎，不比我的鞋子更值錢。”……小贊恩的句句控訴，震撼人心。

父母這個詞，從來都沒有那麼簡單，“生”是本能，“育”是責任。可有很多人，只貪圖本能帶來的一時歡愉，卻不承擔起那份沉甸甸的責任。

生而不育，只會悲劇成爲一個循環，接連上演。

但悲劇應有落幕時，每個孩子的人生都應是一出溫情劇。

生活之于成年人，或許隨時都有重新開始的勇氣和權利；但生命之于孩子，卻只有一次，一出生就是一輩子。

因此，不要盲目地把孩子帶到這個世界上，讓孩子承受他本不該承受的苦難和傷害。

養而不教

今年夏天最“火”的女孩，無疑是鐘芳蓉。

留守女孩，高考狀元，北大考古系，一夜之間她的身上被貼了許多的標籤，但是這個姑娘依舊質樸，沒有在輿論的包圍下改變初心，沒有在光環的籠罩下迷失自我。

她的父母就是普普通通的農民工，沒有學識，不是精英，但是他們對孩子的關愛不因距離而減少。

女兒成績優異，夫妻二人咬咬牙將她送去了市里的寄宿學校，高昂的學費壓不垮他們的脊樑；他們明白陪伴的重要性，母親就返鄉在制衣廠打工，陪伴著她成長；他們學識短淺，不能給她學習上的幫助與經驗，他們一直站在她身後給她鼓勵；他們沒有把家庭的命運綁架在她身上，總是安慰她盡力就好；他們因女兒的優秀而驕傲，但更因“以後



他的孩子不會是留守兒童，他們一家人可以快快樂樂生活在一起”而滿足……

誰說“寒門難出貴子”？

貴子不是年薪百萬，不是名譽加身，而是品德高潔、理想崇高，就像鐘芳蓉這樣。

這對樸素的父母，用最簡單的人生觀，教育出了最優秀的子女。

可是城市裡的無數孩子，享受著很好的物質條件，卻還是感受不到家庭的愛。

之前看《少年說》，一個小男孩站在高臺上，對著父母喊出了自己的心聲：“我一直以為手機才是你們的孩子，我希望爸爸媽媽放下手機，能多陪陪我。”

明明是親人，卻像是陌生人，明明近在咫尺，心卻相隔千里。

養而不教，是為人父母的第二過。

如今越來越多的孩子因為手機而犯錯，打賞網紅、瀏覽不良網站、貸款、無限度地遊戲充值……當一個又一個悲劇降臨到孩子身上時，後者不斷地控訴網絡和社會，卻從來沒有反思自己，作為一個父母是否合格。

其實教育孩子這個永恆的話題，聖人孔子早在千百年前就給出了答案。

其身正，不令而行；其身不正，雖令不從。

窮養、富養，都不如教養。

你想要孩子成爲什麼樣的人，那你就先成爲這樣的人。

教而不當

《可怕的孩子》中有這樣一句話：“他們只是孩子，在以愛為名的遊戲中，既任性又無辜，既天真又可怕。”

孩子犯的錯，有時真的很可怕。

前段時間在上海的一家書店裡，發生了一件令人瞠目結舌的事。

一名5歲的小姑娘在兒童區讀書，一個10左右的男孩湊了過來，要帶著她去洗手間。小女孩拒絕了對方的要求，但男孩並沒有就此停手，而是強硬地扯小女孩的裙子，脫小女孩的內褲，之後還讓女孩兒撫摸自己，甚至誘騙小女孩舔自己的下體。

由於兩個孩子的位置正好被桌子擋住，是家長的視覺盲區。女孩的家長並沒有注意到這些事情，不過小女孩機靈，脫身後立即告訴了媽媽。

查看監控後，女孩的媽媽態度強硬地去找對方家長理論。

可對方家長的言辭卻讓人大跌眼鏡。她不僅不承認自己孩子行為的不當之處，甚至大言不慚地對那個五歲的女孩說——你是自願的。

有母如此，哀其不幸。

教而不當，是為人父母的第三過。

無法想像，在這樣的教育下，這個男孩日後會成爲怎麼樣的人？

他會怎麼樣看待女性？他能不能承擔起男人的責任？他會不會永遠以“她是自願的”為說辭來爲自己錯誤開脫？

《爸爸去哪兒》節目中，4歲的恩

哼喜歡粘著小泡芙，還偷親了小泡芙的臉頰。

在觀眾眼中這就是小萌娃之間的有愛互動，無傷大雅，但是杜江的教育方式卻人無數人受教：

他拉開了恩哼，嚴肅地教育道：“你要親人家，需要徵求同意的”，並且耐心的跟小泡芙解釋，問小泡芙有沒有生氣。

不管是什麼人，不管他年齡幾何，他們都有被尊重的權利，也都有學會尊重他人的義務。

為人父母是一場修行

電影《小偷家族》裡有這樣一句臺詞，我始終銘記在心：

“在孩子出生的那一刻，你們是否做好了準備當好一個父母？而不是在多年以後相互責怪，當初爲什麼要生他？”

如果選擇讓孩子來到世界，就應該盡到父母的責任。給他愛與呵護，但也給他鞭策與砥礪。

你若貧窮，就教會他頑強；

你若富有，就教會他珍惜；

你若時運不濟，就教會他知足常樂；

你若萬事順遂，就教會他面對坎坷。

為人父母是一場漫長的修行，要知道，我們傾其一生能留給孩子的物質財富是有限的，但寶貴的精神品質卻一生受用。