

一说娃就哭？ 错误养法导致孩子“玻璃心”



每一种情绪的来源都是有理由的，而每一种情绪也都是有存在的必要的。想必对于大部分的家长来说，最头疼的一件事情就是孩子玻璃心。

孩子还小，没有什么人生经验，因此孩子的心理也会比较脆弱。

过度赏识让孩子的抗逆力很低

适当的赏识教育，可以增强孩子的自信，让孩子更好地去发掘自己的优势，但是，如果你过分赏识孩子的话，反而让孩子一直沉溺在自高自大的状态下，一旦孩子受到打击的时候，他们的心理就会崩溃。

家长给孩子的赏识要有度，有时候要让孩子在生活中多吃苦头，这样可以使孩子的心理渐渐变得强大。

过度溺爱让孩子的独立性很差

真正的爱是无条件但有原则的，百依百顺，毫无原则那是溺爱。

现在的孩子都是家庭的中心，都是家长的宝贝，所以，不少家长都会过分溺爱孩子，将孩子处于一个被呵护的状态，但是，随着孩子的成长，他们总要走出去，总要接触外面的社会和生活，一直养尊处优的孩子，性格上也变得任性霸道。

一旦走入社会，甚至在学校，他不再能享受到所有人的百依百顺，肯定受不了，心理问题也会随之出现。

处于幼儿期的孩子，由于心智发育不成熟，对自己的认识和判断，往往来源于成人的判断。我们经常看到父母们使用如下的字句：“你看你，连碗都端不好！”“真是笨死了！这么简单的画都画不好！”

这些语言是一种负面的暗示，说多了，在孩子的心理刻下了“我不行，我没有能力”的印痕。每当尝试什么事情的时候，最先想到的是：“是的，我可能不行，还是不去做了吧。”

当自卑感影响孩子的行为时，他已是那个被自卑打败的孩子了，自信在他身上荡然无存。

如何拯救玻璃心孩子

当孩子出现这些玻璃心情况的时候，大部分家长不以为然，认为只是小孩子娇情，长大了就会好了。实际上有颗玻璃心的小孩意志力是非常脆弱的，如果家长没有进行科学和正确的引导，任由这样持续下去，很有可能会酿成不少新闻上的悲剧。所以，心病还需心药医，家长要重视。

学会接纳孩子的负面情绪

有些孩子在被家长一说就哭的时候，不少家长并不接受孩子的眼泪，还会要求孩子不许哭，甚至会批评孩子动不动就哭，这样做只会加重孩子的玻璃心情况。正确的做法应该是接纳孩子的眼泪，告诉孩子不要害怕悲伤，谁都会有情绪低落的时候，要学会坚强和反省，要一次比一次更强大。

多跟孩子沟通聆听

作为父母，你是否只关注如何能让孩子听自己的话，却从来没有想过“你说话”和“孩子听话”应该是一个双向沟通。而在沟通的时候，不仅是孩子需要听，父母们也需要学会倾听孩子的内心。

多认真倾听孩子的内心，你才能更好地了解孩子，帮助孩子解决心理的困惑，这样他的内心也会更加强大。

增强孩子的抗压能力

孩子的心理脆弱，家长应在平时就增强孩子的抗压能力，不让孩子被失败轻易打倒，要懂得如何重新振作起来。

孩子虽然现在能够受到父母全面的保护，但是迟早都是要自己去面对生活的，所以父母们不要将孩子养成温室中的花朵。学会放手孩子的生活未必不是一件好事，让孩子自己去尝试，自己去解决自己的事情，也是对孩子的一种培养。

当你面对玻璃心的孩子时，多给孩子一点时间，不要急于批评他，你可以平静地告诉他如何处理他的情绪。父母要学会放手，给孩子一个独立自主的空间，把选择权交给孩子，让孩子学会自己决定，并为自己的行为负责！



与学龄前孩子沟通的技巧

在3岁至5岁的时候，你可能会听到很多来自学龄前儿童的谈话和问题。这是因为学龄前儿童需要练习新单词、语音和语言技能，他们一直对周围的世界好奇着迷，通过与比他们更了解的人交谈来学习。

学龄前儿童交流方式

交流的方式有很多，例如谈话和提问；肢体语言，如手势和噪音；玩，尤其是角色扮演；绘画和工艺。孩子越来越善于用言语告诉你他很生气，而不是发脾气，这是因为他更善于理解和控制自己的情绪。你也会注意到你的孩子可以保持更长的对话时间，这是因为他能长时间地关注事物。如果你的学龄前儿童一遍又一遍地讲同样的故事，不要感到惊讶，这是因为重复的想法和故事有助于了解周围世界的情况。

学会倾听

当你告诉你的孩子你在听的时候，它会传递一个信息，那就是你的孩子在想什么，说什么对你很重要。这条信息对于交流以及你和孩子的关系都是很好的。停止你正在做的事情，尽可能地全神贯注于孩子。进行眼神交流，学会识别孩子的肢体语言。这可以告诉你很多，例如，你的孩子可能愤怒地发抖，或者高兴地上下跳动。当孩子告诉你一些事情时，把它总结回来，检查你是否理解他在说什么。使用表明你感兴趣的短语，当孩子在说话时，点头、微笑并充满爱意。

和孩子交谈

孩子会使用和理解很多单词，但有时还是很难理解你在说什么，试着准确说出你的意思。确保肢体语言和面部表情与你所说的相符。例如，当你告诉你的孩子你爱他时，微笑和眼神交流。如果你的孩子听不懂你在说什么，用不同的方式重复同样的信息。例如，“把你的包放在钩子上”和“把你的包拿起来挂在钩子上”。当你说话时，通过解释来帮助你的孩子学习“为什么”。例如，“我们不会在路上骑自行车，因为我们可能会被汽车撞到”。鼓励孩子在你谈话时轮流发言，这培养了良好的生活交谈技巧，轮流交谈也能培养孩子的倾听能力。给孩子很多特别的表扬和鼓励，以便他们能很好地沟通。

回答孩子的问题

当你认真对待孩子的问题并花时间给出真正的答案时，你会鼓励孩子不断地问问题，这有助于孩子在成长和发展过程中了解世界。如果你不知道孩子问题的答案，你可以一起找出答案。例如，“这是一个非常有趣的问题，让我们看看我们是否能找到答案。我们能问问我们认识的人吗？我们能上网或在图书馆找本书吗？”

（据新华网）

