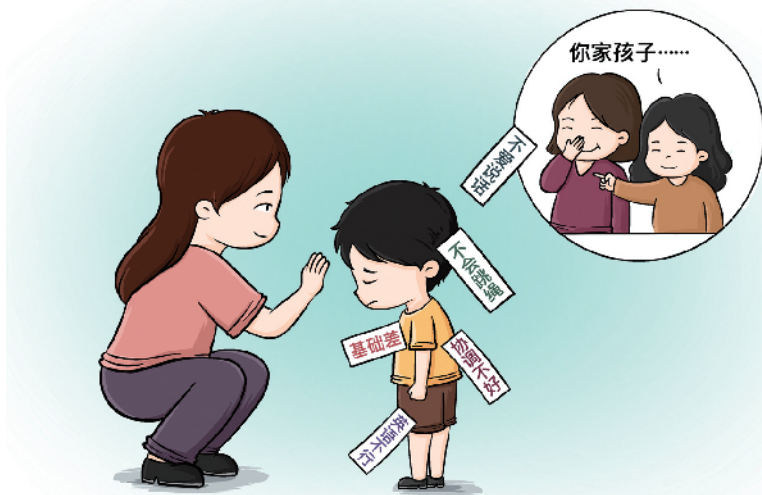


“你骨头长的短,以后肯定长的小”“你英语发音不行,基础没打好”“你连跳绳都不会,肯定是协调有问题”……孩子的心细腻敏感,加上对成人的信任,一些“小事”上的“差评”就可能影响他们的成长轨迹。所以,如何引导孩子正确面对“差评”,就成了人生中非常重要的一课。下面就一起来听听家长和老师的建议吧。

# 如何引导孩子正确面对“差评”?



邵怡明 绘图

## ◎ 鼓励孩子与自己比较 每天进步一点点

李女士 某文化公司职员 女儿12岁

作为一个母亲,从孕育孩子时起,就会陷入各种复杂的情绪中:孩子健康不健康?聪明不聪明……如果再加上跟周围孩子的比较,母亲的心情真的是太敏感、太复杂了。而孩子自出生后,就会陷入各种社会评价中:长得好看不好看?太胖或太瘦……都会受到周围人的比较和评价。

只要有比较,就不可能次次是好评,如果孩子各个方面天资很一般,那获得“差评”的机会就有很多。

对于成年人来说,尚且会因听到别人给自己的“差评”而心情不好,更别说孩子了,他们身体、智力、社会生活各个方面都处于很脆弱的状态。作为家长,怎样引导孩子正确对待外界

的“差评”?此事关系孩子一生的心理健康和生活幸福指数,尤为重要。

女儿成绩一般般,各个方面,像才艺、性格都不是那种讨喜型的,在人群中,永远都是不起眼的那种孩子。她常常感到自卑,但是我经常跟孩子聊天,我对她说,每个孩子在这个世界上,都是独一无二的,都有自己擅长的,如果在目前的各方面,你都不够擅长,那只能说明你还没有找到你擅长的领域。每个人都有自己的

想法,判断标准也不同,对同一个人,不同的人评价也不同,所以,相对于在乎别人的看法,活在别人“差评”的阴影里,不如埋头走好自己的路,专注于自己的事情,寻找自己擅长的领域,并坚信自己可以做得更好。人生最大的成功,不在于比多少人强,而在于,每天自己都比昨天的自己进步了一点点,这就足够了。在我的引导下,女儿慢慢变得独立、有主见,也不再被别人的“差评”影响心情了。

## ◎ 真诚的引导和走心的教育十分重要

于女士 企业员工 女儿16岁

回想起来,那是几年前的事情了。有一天突然发现,女儿越来越不爱说话,不想去上学,看上去心里总是很压抑。慢慢了解才知道,孩子因为长得黑,在学校里常被同学笑话,还有,因为女儿协调能力不好,一些女孩玩的跳皮筋她也玩不好,大家都说她笨、长的难看,不和她玩。最难过的一次,孩子哭着求我们给她转学。

看着孩子的状态,我们想过转学,可是,因为校区的选择等多方面原因,最终没有办成。后来我们也为此和老师沟通过,但是效果并不明显。可以说,女儿的小学时期是痛苦的,也留下了自卑的阴影,这让我们做家长的也十分难受。

原本我们最担心的是,这种情况在紧张的中学学习阶段该怎么办?没

有想到,孩子上中学后不久,老师就家访找了,讲了许多女儿的优点,说女儿是个非常敏感的孩子,在画画上很有天赋,但是性格自卑,不利于成长,请我们家长和学校配合,多给孩子一些鼓励和肯定,让孩子汲取更大的力量自信地面对自己和未来的学习生活。

这位老师热情、阳光的性格和善良深深感染了我。我努力地按照老师的要求,不断鼓励女儿,在家庭中给予她中肯的评价和表扬。

在后来的日子里,我发现女儿慢慢变了,爱说话了,学习成绩也明显提高了,还经常和同学们一起交流。

看着几年来女儿的变化,我深深感触,帮助孩子走出自卑、培养自信,家长与老师的真诚引导和走心的教育十分重要,可以给孩子内心注入阳光。因为孩子毕竟生活在校园里,面对的是群体生活,哪个孩子不希望被肯定和关注呢?所以,希望每个孩子都能遇到一个好老师。

## ◎ 家长要扛住压力 静心陪孩子成长

黄先生 健身教练 儿子9岁

我是做教练的,所以孩子可以说是在健身房长大的,各种健身设施对孩子来说都很熟悉,很小就能正确使用,所以跟小区里的其他孩子相比,协调性等方面都好很多,我一直都引以为豪,感觉自己还是算一个称职的父亲,“教子有方”。

但孩子的语言方面,却让我一直觉得有点尴尬——孩子不爱说话,直

到四五岁的时候,才能正常表达自己的感受。之前,我跟他妈妈也是各种讲故事、讲绘本,听各种儿歌磨耳朵,但是孩子就是不爱说。后来,我跟他妈慢慢就接受了,认为还是看孩子自己发展吧。不过,我们依旧日常会注意鼓励他,现在他度过了这个时期,话也多了起来,成了一个“小话痨”。

孩子成长的过程中,肯定会遇见

很多各种各样的“差评”,跟我们成人的世界是一样的。日常生活中,我们也会遇到各种负面评价,因为我们每个人都是不完美的,我们需要教孩子的是:正确面对这些“差评”,把这些“差评”变成努力成长的动力。

现在孩子还小,很多东西不能理解,这就需要家长去阻挡压力。很多家长让孩子从小就开始上辅导班,从而挤压了孩子的很多自由活动时间,反而不利于孩子真正成长,我觉得让孩子自由发展最重要,所以在孩子成

长中,我并没有给孩子很多压力。

就目前情况来看,孩子的语文不怎么好,但是数学成绩好。每每开家长会的时候,跟其他家长聊起来,别人都说语文需要补补,我也不以为意。事后鼓励孩子道:“我小时候语文成绩开始也不好,但我通过看书,练字,慢慢地语文成绩越来越好,相信你也可以通过努力学习,语文成绩像数学成绩一样好。”听了我的鼓励之后,孩子燃起了学习的勇气,现在都是主动学语文。

## ◎ 在团队中照镜子 让孩子知不足而奋发

宋维萌 2012年度“首都劳动奖章”获得者、北京精诚教育集团老师

面对“差评”,无论对成人还是对孩子,都是一件不愿接受,也是让人产生不愉快情绪的负向事情。所以,面对“差评”时,家长应引导孩子正确对待,免受伤害留下心理阴影,及早走出负向情绪,关键要走好这三步。

第一,“火眼金睛”发现,温暖拥抱共情。一个孩子在面对“差评”时,很容易引起情绪的波动,所以,家长应“火眼金睛”及时发现情绪低落或与平时表现有差异的孩子,给予孩子及时的关注和温暖的拥抱,这些都是

必须的行动。家长可以通过自身举例,比如在处理某一件事时,自己在孩子这个年龄段时,也存在过没有做好的失误,被打上了“差评”,之后自己是如何克服的。首先要让孩子觉得自己不孤单,不是一个人面临这样的处境,帮助孩子把激动的心平复下来,平静才能做出正确判断。

第二,抽茧剥丝分析,寻根溯源解决。在孩子平静的情绪里,家长与其共同分析“差评”的来源。一般“差评”会分为外界和自身两方面,如果

是外界的不理解,或对方因为以偏概全等情况做出错误判断,那就引导孩子以宽厚的心原谅别人无心或有意犯下的错误,用一颗包容的心去对待同学关系。家长同时要告知孩子,自己受到了不公的待遇是如此的心情,就不要用同样的方式对待别人,让孩子的心灵有一次质的成长。

人无完人、金无足赤,要让孩子知道,人不是十全十美的,发现问题,修正自己,就是一个了不起的成长,也是阻断“差评”最好的路径。如果遇到特别情况,也可以实行家校协同,家长参与学校的教育,共同助力孩子成长。

第三,倡导共同协作,营造良好氛围。孩子处在集体中,因为性格、发育、家庭背景等方面存在的差异性,会有着迥然不同的表达方式和话语体系。家长应建议孩子在班级里多参与阅读、运动、志愿服务等方面的主题教育与宣教活动,让孩子们在一个共同奋发向上的氛围里尽情展示自己。团体中照镜子效应非常明显,家长应该让孩子知道,每个人都有自己的优点,也有自己的不足,要学会扬长避短,知不足而奋发,携手共同成长,给成长打上一个不断完善自我、超越自我、自尊友善的印记。

本报记者 任洁 余翠平 博雅 杨琳琳