

俗话说“三岁看大,七岁看老”,学龄前儿童年纪尚小,是不是应该全部听家长的安排?父母能允许小孩子自由表达自己想法吗?他们不爱交流、不听话时怎么办?听听专家和家长的建议吧。

父母如何与 学龄前儿童进行沟通



邵怡明 绘图

刘女士 全职妈妈 儿子5岁

多玩角色扮演游戏 让我与孩子愉快沟通

儿子上幼儿园后,我总是担心他在园的情况,可每次问他,又啥也问不出来。有一次,明明幼儿园开展了趣味消防演习,放学时我问:“今天过得怎么样,有什么好玩的事吗?”他只说了一句:“还可以”。有个不善表达的儿子,老母亲真是操碎了心,为了更好地陪伴他成长,我尝试了很多种沟通

方法,也积累了一些心得。

学龄前儿童,语言能力和认知能力有限,当我们急着让他们讲一件完整的事情时,他们因为说不清,只能用“还可以”回答。这时,就需要我们大人动动脑筋,比如,我会根据老师发的作息表,有针对性地提问:“今天的声乐课学了哪首歌,你可以唱

几句吗?”这时,儿子就会乐呵呵地唱起来,然后还会说唱歌时发生了什么事。另外,还有一招是我百试不爽的:玩角色扮演游戏,让他当家长,我当孩子。在游戏中,孩子会自然而然地表达自己的情绪,有时,我还会故意淘气捣乱,通过观察他在特殊情境中的反映,来了解他的心理状态。

最后我想说,沟通技巧其实都是辅助,最重要的,是营造一个温暖有爱、相互信任的家庭氛围。每天再忙再累,也要抽出时间和孩子聊聊天,哪怕是听孩子说一些“废话”都行,要让孩子知道爸爸妈妈是愿意帮助他,也可以保护他的人,他们会越来越愿意表达。

陈女士 医院护士 儿子5岁

对孩子要有耐心 用孩子喜欢的方式交流

学龄前的儿童就像是出生的“牛犊”,它从来没有听说过、见过老虎,所以根本不知道老虎的危险性。大人之于孩子也是如此,孩子初来乍到,从一无所知到会走路,会说话,会思考,每一项技能都离不开大人的教导。很多时候,家长觉得很简单,但对孩子来说却一点也不简单。作为家长首先要做到的就是有耐心。不能拿

父母成长二三十年的经验来看待孩子。

其次,好好跟孩子说话,孩子不能理解或者接受的事情一定不要嘲笑孩子。这方面我是深有体会。一般都说男孩比女孩发育晚,慢半拍,有时候孩子的做法总是让我觉得好笑,孩子就问我:“妈妈,你是在嘲笑我吗?”我说:“没有嘲笑的意思,觉得你特别有趣。”

此外,一定不要把“为什么”“怎么”挂嘴边。“怎么这道题都会错啊”“你干嘛要这样做呢”……这样的话大都是责备,对解决问题毫无益处。所以,建议家长一定要多从正面说话,提有建设性的建议,多说说“怎么做”,帮孩子一起分析原因,加以改进。

最后一点就是想问孩子什么问题

的时候,一定要会合理引导。比如说带孩子去吃饭,问孩子好吃吗?孩子往往说“好吃”。家长可以带着孩子分析不同食物的味道,跟孩子一起做“美食品尝家”等方法,也是一个不错的主意。跟小朋友玩耍的过程中也是这样,跟孩子交流的时候增加一些细节性的描述,就能很好地让孩子开口了。

付女士 幼儿教师 女儿5岁

让孩子清晰感受到父母的爱意

女儿是上苍赐予我们的礼物,我很爱她,也希望把我的爱意传递给她,让她从小就感受到美好和温暖。所以我经常向她示爱,让她知道自己是爸爸妈妈的宝贝,我们是她的坚强后盾,遇到任何事都可以和我们说,

我们会全力支持、帮助她。

我本身就喜欢孩子,加上职业的关系,习惯蹲下身和孩子交流,用他们的语言沟通,愿意长时间陪伴,说话时也非常有耐心,有时候一个动作、一个任务重复很多遍也不嫌烦。

孩子感受到我的用心,所以尽管年龄还小,但我说的话女儿都听得懂,愿意遵守指令,也很少会发小脾气。

每当在幼儿园遇到不愉快时,女儿就会回家悄悄告诉我,不用担心我没空理睬或是指责她。女儿也会学着

我的样子,经常搂着我表达爱意,“妈妈,我好爱你啊”……我班里的孩子也是如此。我觉得爱是相互的,你想要孩子爱你,首先要付出足够的爱和感情陪伴,孩子是能感知到的,这样,孩子也会更愿意与父母交流。

北京市家庭教育研究会理事、中国心理卫生协会委员 柏燕谊

通过科学沟通帮助孩子勇敢表达自己

家长与不同年龄段的孩子沟通会遇到不一样的问题。发展心理学家埃里克森给孩子的成长过程分成8个阶段,不同年龄段具有不同心理发展任务。其中0~3岁是孩子成长的最初阶段,是安全感获得的最关键时期,属于前语言期。

很多家长以为宝宝刚三个月不会说话,其实不会说话也会沟通,孩子会笑、哭、皱眉头,表现出愤怒等表情,这都是孩子表达的情绪。

还有家长说孩子三岁之前说话不利索,甚至根本不会说话,其实这个阶段是沟通最重要的一个基础阶段,就像建楼地基,是孩子以后跟父母、老师、同学,甚至成年后跟社会关系沟通的基础,都来自于他在0~3岁阶段安全感是否建立得充分。

沟通不是单纯的表达情绪,而是有情感流动的过程,孩子用这些东西去完成对外在世界需求的呼唤,这时父母尤其是妈妈能够给予孩子恰当、即刻的回应,沟通就完成了。

孩子在这个阶段的心理发展任务

是建立信任和怀疑,如果需求能够被恰当的即刻满足,孩子内心就是安全的,对自己存在是确定的。等他真正发展出语言能力时,就敢去表达自己,因为他对世界和自己都是信任的。如果没有,他对世界和自己是怀疑的。我做咨询时经常发现很多人有事不愿意说,追溯他的成长过程就是说了没用,或是当他发出呼唤时没有得到回应,慢慢形成一个相对封闭的自己。

某些0~3岁孩子有类似自闭或阿斯伯格的状况,但他们不是真正的自闭症和阿斯伯格综合征,是在早期成长中没有环境支撑他沟通需求的满足,导致他的自我感受没有办法跟外界有一个安全性链接,因此变得不爱交流。

4~7岁阶段发展的是主动和内疚的心理任务。从3岁开始孩子能自己摸索,妈妈不让干的都干了,这是孩子意识到他能够掌控自己的身体,特别渴望通过对身体的掌控去完成对世界的主动探索。父母这时如果孩子特别多的批评、否定、限制,他的探索行为就会被打击到,变得怯懦、退缩,

主动性就不会很好发展出来。

所以父母给予4~7岁孩子的沟通方式,应该是在确保安全的状态下,允许他以自己的方式感受世界,表达自己的一些需求,给孩子自主性的探索空间,鼓励、支持他完成这部分,孩子的自主性就会发展。不要以为孩子在给父母添乱,总是制止他,孩子会被打击到,如果没有很好的被鼓励和支持,他就容易对自己产生质疑,有特别强烈的自疚、自责。

很多家长说“我家孩子没有目标”,其实是孩子3~7岁时被管理、控制太严或过度保护,他的主动性不能超越内疚感,这时就不会形成目标性。

4~7岁孩子还有特别重要的一点就是父母关系,父母的婚姻能够让孩子内在建立特别强大的安全感和荣誉感。当父母关系出现问题时,孩子会控制不住想法,无意识地认为“是我没能做得更好”;“我要更听话、更懂事、更乖巧,让爸爸妈妈别吵了,让他们高兴”。他不能真正在意识层面上理解“这是父母的事情跟我无关”,因为这

时孩子在心理情感上跟父母处在一个共生的状态,父母关系好,孩子的愧疚感不会太强烈;关系不好,孩子的内疚感或自责感特别强烈,他在未来的人生就不敢主张自己的观点,总会看别人脸色,形成讨好性人格。

所以孩子在学龄前阶段时,家长除了设置必要的一些边界性规则外,剩下的没有那么绝对的对和错,让孩子自主地做游戏,这对孩子自我认识非常重要。

本报记者 任洁 张晶 杨琳琳



更多精彩内容欢迎关注
“北京市家庭教育研究会”微信公众号

北京市家庭教育指导服务“新蕊云课堂”
由北京市妇联主办,北京市家庭教育研究会
承办、北京出版集团父母必读杂志社协办。