

依据父母的教育风格,父母可分为四种:权威型、专制型、放任型、忽视型。但建立良好亲子关系时,父母需要运用的智慧则是多种多样的。怎样做孩子心中的理想型父母?听听家长与专家的建议吧……

怎样做孩子心中的理想型父母?



邰怡明 绘图

欧阳先生 国企职工 儿子11岁

时刻提醒自己做一个不扫兴的父母

要成为孩子心中理想型父母,我觉得首先得能跟孩子玩到一起。现在流行不做扫兴的父母,指年纪大的父母和年轻人的关系,要注意不让年轻人感觉扫兴,其实孩子小的时候也适应这个法则。

就拿美食来说。儿子想去吃薯条,姥姥会下意识说,“薯条没有营养,我们去吃别的吧。”我发现这个问题后

跟她分析,“你一方面问孩子吃什么,让孩子决定,另一方面你又否定她,是不是挺扫兴的。其实孩子也不经常吃,偶尔吃一次也没关系。”之后孩子再说这类的话时,姥姥就说:“走吧,听说他们出了新品,我们去尝尝。”气氛瞬间就好了很多。其实孩子什么都懂,也知道分寸,家长可以放心把决策权交给他们。

做一个不扫兴的父母,要在更深层次的事上满足孩子的情感需求。互联网下成长的孩子,他们的思维跟我们不一样,其实他们的压力更多。家长要注意给孩子减压,懂夸奖、会加油。

一个教育家讲了这样的故事:他儿子回来后高兴地说:“爸爸,你猜我这次数学考多少分。”爸爸说:“68分。”“不对。”“69分。”“不对,再

高点。”就这样一点点往上加分数,孩子开心的跟爸爸分享喜悦。有些家长上来就说“100分”,这就太扫兴了,一下子把孩子心中的火焰浇灭了。

听了这个故事后,我深受感动,时刻提醒自己不要让孩子扫兴,多给孩子试错的机会,可以用经验指引孩子,但不要越俎代庖,父母还要学习在原地等着孩子自己找到正确的方向。

魏女士 国企员工 女儿9岁

理想型的父母 首先要是快乐的大人

我总是认为,生活在现在这个年代的孩子是幸福的:作为父母,我们愿意不断刷新自己的育儿理念,也愿意花费精力、财力在孩子们身上……但是孩子认可这种幸福吗,或者说,他们认为这样的我们就是理想型父母吗?当我自信地向女儿提出这个问题时,她却给出了并不太积极的回答:“你们老是莫名其妙地冲我发火,我都

有点不喜欢你们了。”

女儿指的前几天,吃饭的时候,她一直在挑食、磨蹭,我已经在压制着情绪了,她又提出要吃甜点,我的怒气值瞬间爆表,冲她大喊:“你怎么这么讨厌,我都不想要你了!”女儿被我吓了一跳,眼泪刷地流了下来。我知道吼孩子不对,但事到临头又难免一次次情绪崩溃。事后,女儿对我

说:“妈妈,我总是能记住你对我不好的事儿,对我好的那些事儿反而记不清。”其实每次吼完,我都后悔,这次,女儿的话一下点醒了我:对孩子来说,好的父母不是为他们做了哪些事,而是没有做哪些事。想到了这一点后,我决定调整自己的育儿方式:如果上班累了,回家就不再费劲做饭;如果心情不好,就暂停辅导孩子学习……

总而言之,就是在和孩子相处时,能首先调整好自己的状态。

我认为,理想型的父母首先是快乐的大人,当我们源源不断向孩子传递快乐的情绪,他们很容易就能从这个家庭中收获幸福,会让他们增加对家庭的依赖感和信任感,同时也会更愿意倾听我们的意见,这样,我们在孩子心目中的权威也就自然而然地树立起来了。

张女士 公司职员 儿子14岁

主动向孩子求助可收到意想不到的效果

我是单亲母亲,儿子正处于青春期,两人之间的关系一度紧张到极点。他很叛逆,经常顶撞我,甚至出现逃学的情况。我深感焦虑,但依靠惩罚和苦劝效果都不理想。

转折点发生在一次深夜。那天,儿子又因为琐事与我发生争执,愤怒之下冲出家门。我心急如焚,四处寻

找,最终在小区的活动场地找到他。那晚,我们坐在长椅上进行深入交谈,我第一次放下母亲的架子,以朋友身份倾听他的心声;儿子也第一次敞开心扉,向我吐露了困惑和压力。

通过这次对话,我意识到过去的教育方式过于简单粗暴,没有真正走进儿子的内心世界。我决定改变,开始主动

学习育儿知识,了解青春期孩子的心理特点和需求,尝试用平等尊重的方式与他沟通,不再一味要求他服从,而是鼓励他表达自己的观点和感受。

我还主动向儿子倾诉家里的困难,把他当成大人一般看待;遇到困难时不再自己克服,而是向儿子求助,并意外地得到他的鼓励。儿子和我保证,

他会承担起家庭责任,让我们俩过上好日子。

随着时间的推移,我们的关系逐渐缓和,儿子开始愿意听从我的意见,不再那么叛逆,学习成绩也触底反弹。我逐渐在孩子心中树立权威,这种权威不是建立在严厉和恐吓上,而是源于对儿子的理解、尊重和支持。

北京市教育工会心理咨询中心咨询师 雷秀雅、常子菲

父母要学会以身作则成为孩子可信的依靠

临床和发展心理学家黛安娜·鲍姆林德把父母的教育风格划分为四种,分别是权威型父母、专制型父母、放任型父母和忽视型父母,不同教养方式的父母会对孩子的社会性发展和个性的形成产生不同影响。

权威型父母认为家长在孩子心中应该有权威,但这种权威来自对孩子的理解和尊重,以及经常的交流和帮助。权威型父母以积极肯定的态度对待孩子,同时对儿童有较高要求,对行为表现奖惩分明。这种教养方式下的孩子通常独立性强,善于自我控制和解决问题,自尊感和自信心较强,喜欢与人交往,对人友好。动画片《蜡笔小新》中的小新父母就是权威型父母的代表。

专制型父母要求孩子绝对服从,希望孩子按照他们设计的发展蓝图成长,对孩子的所有行为都加以保护监督,但在情感上可能冷漠、忽视孩子,很少考虑孩子的要求和意愿。这种教养方式下的孩子可能会表现出焦虑、

退缩和不快乐,自我调节能力和适应性较差。这类父母不允许任何不在自己规划中的事情出现,希望孩子能按照自己的设想的一生。

放任型父母对孩子抱有积极肯定的情感,但缺乏控制,他们放任孩子自己做决定,很少提出要求或对违反规则的行为进行惩罚。这种教养方式下的孩子可能不成熟,具有冲动性和攻击性,缺乏责任感和合作性,自信心不足。

忽视型父母对孩子既缺乏爱的情感和积极反应,又缺少行为方面的要求和控制。这种教养方式下的孩子可能具有较强攻击性,对人缺乏热情与关心,更有可能出现不良行为问题。比如孩子在学校和其他同学打架,回家后告诉母亲,妈妈:“你为什么打架?”孩子:“他打扰我玩游戏,所以我就打他了。”妈妈:“早就叫你别惹事,你还是这样,现在弄成这样子,你要自己学会去解决,而不是每次都来找我。”

父母正确的做法是在情感维度上以积极、肯定、耐心的态度对待孩子,满足孩子的合理需求,这有助于建立良好的亲子关系,并促进孩子的情感发展。在要求与控制维度上,父母应该为孩子设定合理标准和期望,并在孩子达到要求时给予适当奖励或惩罚,这有助于孩子形成自我控制和解决问题的能力。专制型和忽视型教养方式可能会对孩子的心理健康和社会适应能力产生负面影响,父母应该避免使用。

权威型父母是最理想化的父母教育类型,他们对孩子的情感需求有较高的接受度但不溺爱,对孩子的行为有所限制但不苛刻,在这种教养方式下成长的孩子,做事既有主见,也不会偏离正常的成长路线。

如何成为权威型的父母呢?首先,成为权威型父母的前提是以身作则,并懂得从第三者的视角评估自身的行为与反应。其次,作为权威型父母,最重要的就是倾听,通过倾听理解孩

子的需求,并以平等的态度对孩子的需求做出反应。孩子看到听到后,就会把这种合理的方式接收进来,成为日后自己的东西。

父母是孩子的第一任老师,要力争成为孩子可信的成长伙伴。父母的目标是培养孩子成为独立、有责任感、能够适应社会变化的个体,走出属于自己的人生道路。

本报记者 任洁 杨琳琳 张晶



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。