

孩子与人交往时胆小、退缩、不自信

# 坦然接纳,让TA更自信勇敢

近日,家长群里的多位妈妈都遇到一个问题:孩子与人交往时胆小、退缩、不自信,这些妈妈的宝贝的年龄分布从1岁到6岁。如果说,1岁多的孩子还因为人际交往少而表现出正常的害羞和不适应,那上幼儿园以后,孩子独立交往和应对事件的能力已大大增强,但仍有不少孩子表现得内向、胆小、退缩、不敢主动与人交往。

专家建议,父母应该去接纳孩子的天性,而不是刻意要求孩子去改变和扭曲自己。此外,父母要注意,别用否定和指责的话语去刺激孩子,不要在意别人对孩子的评价,也不要把帮助孩子交际变成了替代和干涉孩子交际。



孩子内向、胆小、不善交际  
多半是天性使然,家长坦然接纳就好

每个做父母的,都希望自己的孩子活泼、开朗、乐观、大方。大家都觉得这样的孩子好,于是,不符合此标准的孩子就被贴上“不好”的标签。

专家表示,孩子的情商多数遗传自爸爸,若爸爸平时不怎么爱说话,交际也不广,本来就是 个内向的人,那么孩子也很可能具有这样的特性。对此,家长应该坦然接纳,从心底里去认可每个孩子都是独特的,并且无条件地给予孩子爱和肯定。

专家认为,并非性格外向才是好的,相比起来,内向的孩子更

坐得住,从而专注地做他们擅长的事情。父母应该多去欣赏和赞扬,发掘适合孩子特性发展的方式和方法,而不是一味地要他们改变、去做他们不擅长的事。否则,将会打击孩子的自信心,磨损他们的热情,同时制造各种纠结。

有些孩子是慢热的,他们跟人接触相处,首先需要比较长的时间观察才能判断对方是否安全、亲切和值得信任,慢慢地才会主动热络起来。家长可以采取鼓励的方式,最好给孩子做示范,主动打招呼,给孩子做介绍等等,让孩子知道对方不会伤害他们。

成长环境和父母的态度,也可能让孩子在交往中不够勇敢和自信

尊重孩子的天性和发展规律,这是育儿专家首要强调的。当然,凡事没有绝对,我们常常会看到,沉默寡言、畏畏缩缩的孩子背后是同样内向少言的老人、保姆,又或是指手划脚、大声责骂、焦虑烦躁的父母。这些因素对孩子有没有负面影响呢?答案是肯定的。

跟孩子多说话,带孩子多去接触其他小朋友,创造社交环境,是帮助他们更好地融入人群的重要方式。同时,要让孩子在人际交往中更加自信和勇敢,父母的态度和引导的方式方法也十分关键。

面对别人的夸奖,家长的谦虚反而让孩子受委屈

对于别人的称赞,家长应该欣然接受,并肯定孩子的努力。“是的,她比较爱吃东西,不挑食,所以长得好。”“对啊,他最近勤奋练习,骑车越来越熟练了。”这些话不但能让孩子感到高兴,也能起到一定的暗示作用,让孩子知道怎么做是会被夸奖的。

不要在意别人的批评,面子远远没有孩子重要

人际交往中免不了“被批评”,孩子亦如是。作为父母,

你会怎么想?尴尬、难堪、恼怒、失望,各种情绪都涌了上来,最后把孩子当成出气筒臭骂一顿。这是大部分家长最常见的做法。然而,孩子真的有错吗?有错的只是旁人,他们推卸责任、喜欢攀比,还用言语去伤害无辜的孩子,而爱面子的父母不自觉做了帮凶,在孩子的伤口上继续撒盐,这种行径更令人羞愧。

切记不要强化负面的评价,如“我家孩子就是胆小”,“他平时就不能干”之类的话,说得多了,孩子也会索性认可父母的说法,变得更不自信。

不要替代和干涉孩子的交际,即使他们受到欺负和排挤

孩子不会遮掩自己的喜好,所以,他们之间的交往既真实也多冲突。欺负、被欺负、排挤、被排挤,这样的戏码每天都在上演。

父母因为怕孩子受欺负从而替代或干涉孩子的交际,反而对孩子不利。孩子的问题一定要让他自己去面对和处理,家长可以告诉他方式方法,但千万不要代替和干涉。当然,首先还是得关注孩子的感受,要及时安抚,再来核对事实,引导孩子分辨是非,让孩子自己去思考、选择该怎么做。

“中国在哪?”“中国在地球上。”“地球在哪?”“地球在宇宙里。”“宇宙在哪”……

## 当家长遭遇“十万个为什么”

笑笑今年3岁了,喜欢问的问题越来越多。有的问题,实在不知道该怎么回答,但是不回答又怕她失去提问的兴趣,答了又怕答得不对。有的问题,通过翻书上网能找到答案,可是有些问题就是没有答案!

家长们,当你遇到孩子的“十万个为什么”时,该如何应对呢?



### 场景一

有一次妈妈和笑笑坐车,看见车厢里有一副画,笑笑的十万个为什么又来了。这是一幅表现很多人在街上、车上匆匆赶路的情境。

笑笑问:“妈妈,他们去哪儿?”妈妈答:“他们都在回自己的家。”

“他们的家在哪儿”“他们每个人都有自己的家,在不同的地方。”“不同的地方在哪儿?”“泉城广

场在一个地方,省政府是一个地方、每个地方都是一个不同的地方。”“每个地方在哪儿?”“……”

### 场景二

“大连在哪?”“大连在辽宁。”“辽宁在哪?”“辽宁在中国的东北。”“东北在哪?”“东北在中国。”“中国在哪?”“中国在地球上。”“地球在哪?”“地球在宇宙里。”“宇宙在哪?”……

孩子“为什么”太多招架不住怎么办?

1、不要回避,不要听而不闻,视而不见,有时候,孩子需要的只是父母的一个认真的态度。

2、当问题源源不断来时,反复提醒自己:“太好了!这是孩子善于思考,逻辑思维高速发展的表现!”以免失去耐心。

3、不必立即应答,这时候可以反问孩子:“你觉得那是什么?”“你认为这是为什么呢?”“妈妈很想知道你的想法”注意,要和善的询问,而不是质问。

4、没有完美的父母,当我们不知道答案时,诚实的告诉孩子,并和孩子一起寻找答案,帮助孩子借助身边的工具解决问题,也是我们需要示范引导给他们的一项技能。

5、答案有时候可以幽默,比如孩子问:“为什么小蝌蚪会变成青

蛙?”你可以回答:“我猜小蝌蚪觉得四条腿走路更稳当。哈哈,太好了,这样就不用担心摔跤了!”然后配合点一摇一摆蹦的动作,孩子很可能会捧腹大笑的。

6、如果孩子为什么不多,也不必焦虑,孩子的成长有早有晚。生活中多用启发式问题,帮助孩子多思考,多询问。

7、适时地鼓励,“这是一个好问题”,“你的问题角度很独特”,这样会激发孩子更多的思考和兴趣。

8、避免孩子在场时向别人抱怨孩子的“十万个为什么”,可能会打击孩子提问的热情。

9、父母自身要加强学习,拓展知识面,陪孩子一起成长的过程也是父母自身学习的好机会。

## 小朋友,快到我家来玩吧

什么时候开始,我们忘了怎么玩了?那些离我们渐渐远去的石头剪刀布、翻绳子、跳皮筋、打弹珠……以至于我们在陪孩子玩时常常捉襟见肘,对孩子做个鬼脸似乎都有点僵硬牵强。

什么时候开始,我们陪孩子玩就是去逛街购物、窝在家里看电视、对着手机玩游戏?我始终相信,每个人心中都有一个小人,每个人灵魂深处都住着一个孩童。让我们学一些小小的游戏,让孩子的童年充满更多欢笑吧。

暑假到了,本文推荐几款游戏,特别适合宝宝邀请别的小朋友到家里玩时操作。

1、**气球跳舞**。准备一块大布,小朋友一人扯一角把布摊开,把吹好的气球放在上面,大家一起抖这块布,让气球在布上跳舞吧!

2、**猜猜那是谁?**小朋友围成一个圈,由一个人开始,描述另一个朋友的特征,如她是女孩,她穿着裙子,长发等等,然后大家猜他说的是谁?

3、**寻宝**。大家一起决定藏一件或者多件物品,然后大人们分别藏起来,孩子满屋子寻找,必要时给点提示,如在一间卧室里。

4、**抢凳子**。所有人围着凳子转圈走,当音乐停下来就立即找凳子坐下,没有找到的人要表演节目。

5、**我的前面是谁?**大家站成一条竖线,观察一下,每个人描述自己前后都是谁,你是第几个?然后互换位置再玩。

6、**词语接龙**。一个孩子先说出一个词语,如“头发”,旁边的孩子就要说一个“发”开头的词语,比如“发生”,如果半天想不出来就要表演节目喽。

7、**拉圈走**。所有孩子手拉手围成一个圈,在屋里或者室外行走,一边走还可以一边圈住东西,比如共同圈起一个毛绒熊等。

8、**撕纸**。孩子们坐在游戏垫上撕纸玩,撕到一定数量时,就开始一起把纸屑抛到空中,看谁抛得高。这个过程可以尖叫,可以大喊。游戏结束比赛看谁收拾的快。

9、**掷筛子**。准备一些纸条,上面写上好玩的游戏,比如:小兔蹦蹦,毛毛虫走路,夜莺唱歌等等,谁抓到哪个就要表演纸条上的游戏。

10、**沉默雕像**。小朋友们先围成一圈,一起蹦蹦跳跳或者摆动作。当大人说:“时间静止!”大家都要原地保持姿势不动,动的人就输了哦。



(本版稿件均据新华社)