

◆家教实例解析

想让孩子听话，父母要先听孩子说话

如果孩子不听话，父母暴力会留下诸多伤害，为了孩子性格健全又不能要求他听话。那么，作为父母，应该怎么顺利地把自己要求和希望传达给孩子呢？不要让孩子听话，那要求孩子怎么对待家长和老

的话呢？当情绪上来时，就是想打孩子，怎么控制自己呢？本报刊发《家长暴力会给孩子造成终身伤害》后，不少读者认识到暴力对孩子的危害后，又不约而同地提出以上问题。为此，本报记者请教了家庭教育指导师、正面管教注册讲师吴纯和心理咨询师索建萍。

你给孩子提的要求合理吗？

“作为父母，望子成龙的心情可以理解。但事实上，有太多的孩子被这些期待和希望压得喘不过气来。”吴纯说，当父母给孩子提要求和希望时，首先要想想：我对孩子的要求合理吗？我了解孩子吗？我对孩子的要求，是建立在了解孩子的基础上，还是自己的主观意愿？

就拿本案例中的父亲来说，他对孩子的要求“上学”对其他孩子来说，是个合理的要求，而对他的女儿来说，就是建立在不了解孩子的基础上的家长主观意愿。如果这个父亲提前了解孩子的想法和状态，就会避免在校门前的过激行为。再拿家规或者制定规矩为例，对年龄大小不同的孩子，设定家规的内容和过程也不同。对小点的孩子，要明确地告诉孩子言行的

界限在哪里，越具体越好；对于大点的孩子，父母应让其参与到设置家规的过程中。参与的过程，会让他体会到责任感和归属感，会让他在以后的日子里更愿意执行家规。同时，对于家规设置，需要根据孩子的年龄逐渐变宽，随着孩子年龄的增大，不断“放权”给孩子，直至帮助其成为一个健康的独立的人。

不同的孩子，性格不同，回应他人的方式也不同。吴纯说，同样一句话，性格外向、反应敏捷的孩子马上就可以回应；如果是性格收敛、不健谈，或者说对外敏感的孩子，貌似他听见了父母的话没有什么反应，实际上他是思考或者斟酌怎样回应你的话，或者根本不清楚怎样回应。这时他的行为不是针对你的，而是一种正常反应。因此，作为父母，对孩子的性格一定要有所了解。

你愿意听孩子说话吗？

“想让孩子听话，说之前一定要让孩子高兴。”索建萍说，无论哪个孩子，都是在高兴的时候能听进父母的话；在不高兴的时候，耳朵就会自动关闭，甚至听到了也不愿意行动。这种“高兴”，并不是说取悦孩子，而是向孩子传达自己的爱，也就是说在给孩子提要求的时候，先传达出对孩子的爱。这样，孩子就会知道，父母这样说，是因为“爱我”，而不是“管我”。举例来说，孩子都喜欢玩电

脑，父母可以先提前与孩子约定好每次玩多长时间，到时间了，孩子还是不愿意关上电脑。作为父母，甲说：“怎么还不关上电脑？老是说话不算数！”乙则走到孩子身边，扶着孩子的肩膀说：“孩子，这么长时间，你的眼睛多累啊！”两种做法相较，乙的孩子更容易感受到父母的爱，而甲的孩子，直接体会到的只有“管”。

“良好的亲子关系会使很多问题迎刃而解。”吴纯说，作为父母，从孩子小的时候，就应该致力于建立良好的亲子关系。建立良好亲子关系的核心是理解、尊重、包容，同时还要多陪伴孩子。譬如和孩子聊天、读书、做游戏。小时候可以玩简单的躲猫猫、角色扮演游戏，大了可以玩下棋、打球等智力、体能对抗游戏。游戏无论是对大人还是孩子，都是最简单的放松且能拉近人与人关系的方式，作为父母千万不要忽视其作用。

“良好的沟通时机和技巧也很重要。”吴纯说，如果孩子正在专心地做一件自己喜欢的事情，当然不会注意也不会愿意听父母说的话，这时候，父母最好换一个交谈时间。如果父母用审问、责备、抱怨、命令等不尊重的强势的方式和孩子交谈，一般很难得到孩子的回应。对于控制欲很强的父母，孩子的不听话常常是一种消极的权力之争。所以，建议强势的父母，一定要改变和孩子说话的态度和方式。因为孩子是有着自主意识的独立个

体，尊重是一切交流的前提。再就是，如果想让孩子听话，作为父母，首先要学会倾听孩子的话。如果在平时，孩子主动和你交谈时，你常常推脱、回避或是常常说教、表露不赞同态度，那么孩子对父母的信任和倾诉欲望自然会降低，孩子会想，“你都不愿意和我交谈，我为什么要听你的话呢？”所以，明智的父母应该耐心平和、少说多听。

想打孩子时，你能管住自己吗？

父母作为普通人，有七情六欲，也有情绪好情绪差的时候。父母应该对孩子有耐心、多宽容，但工作、家庭等各方面的压力，有时难免会把不良情绪带回家中。这时候如果和孩子沟通不顺畅，父母的耐心，也所剩无几了。“话赶话，到那里了，真想揍他！”很多父母都有过这样的体会，这时候怎么办呢？

“父母想打孩子时，最好先离开现场。”吴纯建议父母，这时候要制造独处的机会，可以深呼吸，心中从一开始默数到十，然后脑海中想象当初孩子刚出生时的稚嫩模样，如果手头有孩子的照片看看更好，想想当初自己的简单愿望，如“希望孩子身体健康、平安快乐”“希望孩子幸福长大”……除此之外，翻书、听音乐、大哭一场等，都可以纾解自己的情绪。当自己情绪平静下来，回头再想想，就发现

没有什么大不了的。这时候，如果再和孩子谈一个问题，语气、语调就会与之前完全不同，与孩子讨论的仅仅是问题本身，孩子会更容易接受。

“在原则性的问题上，家长要学会温柔的坚持。”索建萍说，如果不能从现场抽离，在原则性的问题上，父母要坚持自己的要求，但态度一定要温柔、平和，不能带有任何情绪。即使孩子哭闹、胡搅蛮缠，也不改变自己的态度。孩子有了类似的经验，就会明白父母的底线在哪里，知道自己的界限在哪里。

“最终的解决办法是家长的成长。”吴纯和索建萍都建议父母，学会管理自己的情绪，学会消除生活中的负面情绪。情绪人人有，如何用无害于别人又利于自己的方式化解掉，这是智慧。当与孩子发生冲突时，管不住自己的情绪，用暴力镇压孩子，只是暂时“赢”了孩子，但却失去了孩子的心——这是做父母的最大失败。如果孩子青春期时还不能改变这种拙劣、愚蠢的办法，那就只能把孩子推向别人——同学、老师还好，如果是社会上的闲散少年，那么，父母将悔之晚矣。

农村大众记者 魏新美

黑小麦

曹县三宝黑小麦种植专业合作社 寻求合作
郭社长 13583055138

爱心救助 让贫困重症胎记患者“美丽圆梦”

2000年至今，济南现代皮肤病医院胎记诊疗中心，已先后公益救助青、红胎记患者上百人，其中不乏疑难病例，帮助他们美丽圆梦，广受社会各界好评！

部分救助患者



刘敏 红胎记患者《拉呱》栏目重点报道



王耐松 混合型胎记患者《拉呱》栏目重点报道



刘萌 红胎记患者《拉呱》栏目重点报道



孙长江 红胎记患者《民生直通车》栏目重点报道



尹丹丹 太田痣患者 医院爱心救助



于杰 红胎记患者 医院爱心救助

“齐鲁万名胎记患者爱心救助”——告别胎记 美丽圆梦

青胎记100%康复 红胎记100%有效

2009年，国际先进美国赛诺秀755、585激光治疗系统；2012年，美国哈佛医学院“黑色素细胞失活”、“血红蛋白凝固”技术被济南现代皮肤病医院巨资引进，不破皮、不渗血、不留疤，开创了国内胎记治疗“无疤时代”，一般青胎记1-3次，红胎记3-5次即可完全祛除，实现了胎记治疗领域的“双百”新奇迹，让无数胎记患者重新拥有了美丽和希望！

国际先进诊疗技术

截至至2014年1月，济南现代皮肤病医院胎记诊疗中心已累计接诊胎记患者近20万例，月

门诊量达1000例以上，其中青胎记康复率达到100%，红胎记有效率100%，无论是接诊率还是康复率，都在国内遥遥领先，被患者誉为“中国胎记治疗第一专科”。

胎记治疗优势

专家优势：

“中国胎记专家团”领衔亲诊，根据患者病情采用针对性治疗，通过“首诊负责制”、“专家会诊制”“全程跟踪制”等制度，给疗效以坚强的保障。

技术优势：

★美国赛诺秀755翠宝石激光系统：被

誉为“治疗青胎记技术之母”，1-3次祛除青胎记，终生不复发。

★美国赛诺秀585、美中互利595脉冲染料激光系统：享誉全球的血管病变治疗技术，被誉为治疗红胎记的“金标准”，红胎记3-5次即可轻松去除。

★黑色素细胞失活、血红蛋白凝固：哈佛医学院2010年最新成果，让增生的黑色素细胞失去活性，畸形血管被封闭凝固，治疗效果提高3-5倍。

治疗特色：

安全、无痛、不破皮、不出血、不留疤，10分钟轻松祛除各种青/红胎记，愈后不复发！

告别胎记 美丽圆梦 万名胎记患者爱心救助

主办：中国胎记基金会
协办：济南现代皮肤病医院
1、所有胎记患者，暑假期间，享受国家胎记救助基金20%补助；
2、特困、重症胎记患者，最高享受国家胎记救助基金30%专项补贴。

★活动对象：青/红胎记、血管瘤、咖啡斑、毛痣、雀斑、纹身、疤痕、痤疮以及各种色素痣皮肤病患者