

当孩子说“我不会”时,他其实在说什么?

这场《班主任茶座》帮你听懂孩子口头禅背后的情绪



“完了,芭比Q了”“尊嘟假嘟”……这些都是孩子们常说的“口头禅”。看似“无心之语”,实则“言为心声”,口头禅能“折射”出孩子们的学习生活状态,隐藏着孩子真正想表达的内心。当孩子说“我不行”“无聊”等这些消极的口头禅时,作为家长,您能听懂他们其实在传达一种什么情绪吗?

9月22日晚,名班主任和教育专家们做客《班主任茶座》,从孩子们的“口头禅”中,破译性格密码,探知他们的内心世界。本期茶座获得了家长们的关注,观看人数超45万。家长们纷纷表示,“受益匪浅”,“把孩子当朋友,孩子的心才会对我们打开”。

□现代金报 | 甬派
记者 林桦/文 张培坚/摄

本期嘉宾

翁丹丹:象山县石浦镇中心
小学高级教师、宁波市名班主任
史蓓蓓:象山县丹城第二小
学副校长、宁波市骨干班主任
郑璐:象山县宁波滨海学校、
宁波市骨干班主任
陈艳:象山县实验小学教育
集团高级教师、象山县名班主任
杨娜:宁波市教育科学研究
所副所长

栏目简介



主持人陈艳

《班主任茶座》乘着立德树人、协同育人的宗旨,由宁波市教育局、宁波教育学院主办,宁波大学园区图书馆、市班主任专业发展指导中心联合《现代金报·宁波教育》一起承办,旨在借宁波众多优秀班主任的教学经验,给大家提供有益的育儿指导。

本期《班主任茶座》由象山县教育局、象山县班主任专业发展指导中心协办。



翁丹丹



史蓓蓓



郑璐



杨娜

A 帮孩子“戒掉”不文明口头禅 需要家长的智慧

有调查显示,学生的常见口头禅中,最高频的是“粗俗类”口头禅。老师们在学校也经常听到这类词语。

郑璐表示,学生说粗俗的口头禅原因有很多,很大一部分粗俗口头禅来源于同龄人之间的交流,也有些是受到父母的不良影响。也有同学因为过早接触网络,从网络上学到一些粗俗的话,为了标新立异、彰显个性而挂在了嘴上。也有的口头禅是发怒时因情绪激动脱口而出,或者想挑战权威等。其实,有的学生在说这些口头禅的时候并不一定清楚它是什么意思,只是觉得好玩、有趣。

当孩子把粗俗的话语当成口头禅,家长应该怎么办呢?翁丹丹老师“现身说法”,“记得当时我儿子还在读高中,有一次他情绪上来的时候,说了一句‘傻冒’,听得我一愣。我当时就‘啊’的一声。要改变不文明的口头禅不是一蹴而就的,有一次孩子跟他爸爸出现意见分歧的时候竟然无意识地又说了这句口头禅。”翁丹丹

顿时皱起眉头表达了对这句口头禅的反感,郑重地说了一句“他是你爸!你怎么可以说他‘傻冒’?”“也许是我们对这句口头禅温柔而坚定的态度,此后让他下意识地回避了这句不文明的口头禅。”翁丹丹说。

不文明口头禅会伤害他人,也会损伤自身的形象。杨娜表示,口头禅虽然有“脱口而出”的特点,但是其使用过程中仍不由自主地受到意识控制,因此,对学生而言,要尽可能提升他们对自身口头禅使用的意识程度,有意识地降低使用频率。此外,家长要以身作则,学校要加强语言文明的教育,大众传媒需正确引导。“家长在矫正孩子这类行为时一定要去观察,看看这种行为对孩子来说意义是什么,他通过这样说满足了自己哪些方面的需求,然后告诉他这个行为父母不接受,但是我们可以一起探讨,需要什么其它方法来满足这些需求。尽可能通过行为矫正法帮助孩子找到恰当的行为替代原来的不当行为,形成良好的行为习惯。”

B “我不行”“没意思”“烦死了” 这些口头禅透露了孩子什么情绪?

有不少学生稍微遇到一些困难和挑战,就会退缩,经常把“我不会”“我不行”挂在嘴边。

史蓓蓓认为,如果孩子常说这些消极口头禅,可能有以下几种原因:

第一种:我努力了很久,却一直没有什么起色。孩子看不到坚持的意义,感受不到成就感。第二种:我怕努力之后没有结果。孩子害怕失败,所以不敢尝试。孩子的心里是有畏难情绪的。此时,家长可以帮助孩子找到他的“最近发展区”。

“‘最近发展区’这个理论是由著名心理学家维果茨基提出的,通俗的说法,就是‘踮脚够一够’可能达到的水平。家长要正确了解自己的孩子,通过日常的观察和交流来了解孩子,孩子的兴趣是什么?孩子擅长什么、

不擅长什么?对自己的孩子有了正确的认知之后,制定匹配孩子能力水平的目标,因材施教,最大程度地激发孩子的潜能,消解孩子的畏难情绪。”史蓓蓓说。

孩子们常说的消极类口头禅还有“没意思”“烦死了”等。其实负面口头禅是孩子心理宣泄的通道,家长要怀着一种探究之心去倾听孩子。

郑璐认为,如果低幼的孩子经常说“无聊”,他们可能渴望家人的陪伴。这时家长只需要把手中的事搁一搁,多给孩子一点陪伴就能消解孩子的无聊感;如果是初中的孩子说“无聊”,其背后的原因可能就比较多了,这就需要家长去关心他,慢慢引导他说出原因,以便有针对性地帮助孩子去面对,鼓励他去解决这个让自己消极的问题。

C 相信“暗示”的力量 给孩子定制一个“正向”口头禅

一个人的口头禅,其实是一种心理暗示。时间久了,这种暗示会对孩子的成长产生很大的影响。

老师们认为,常说“我可以,我自己来”的孩子,他们的独立意识往往很强,对自己非常有信心,这样的积极向上的勇气会让孩子有更多的机会;常说“你怎么看”的孩子,往往善于沟通、尊重他人,探讨交流、集思广益也能帮助孩子们更好地走向成功;常说“我可以帮忙吗”的孩子,会培养孩子的“利他思维”,拥有好人缘。

英国有位教育家说过:智慧的教育者会把一种积极的暗示,不断地、自然地传递给孩子,这种积极的暗示,特别是来自亲人、朋友或老师,几乎可以肯定会孩子的心灵和心智

方面产生良好的作用。

杨娜建议,家长们可以给孩子定制一个积极的“口头禅”,甚至可以让孩子们将语言和动作相联结,这也是树立“心锚”的过程,让孩子体会掌控感,让内在更有力量。

老师们对杨娜的提议表示了赞同。郑璐补充道,家长平时也应该多说正向口头禅,比如“你一定可以的”“我们再试试吧”。当孩子遇到一些难题产生畏难情绪时,这样的口头禅会不断地鼓励孩子,给予孩子希望。“作为家长,我们永远不要小看‘暗示’的力量,父母随口而出的口头禅,或许就是孩子未来要走的路。一个在爱、接纳、鼓励中长大的孩子,才能攒足勇气走得更远。”