

專家指導：別總催促孩子“快點”



催促孩子，在生活中是一種正常現象，它能教育孩子，幫助孩子適應外部世界。但是，當催促過多地表現在與孩子的關係上時，傷害就在不知不覺中發生了。

請尊重孩子的磨蹭，別總對孩子說“快點”

孩子與大人一樣，每日生活在催促之中，快速、高效、忙碌、省事，成為最基本和理所當然的生活狀態。曾經，父母叮囑孩子的口頭禪是“慢慢走，小心跌跤”“慢慢吃，小心噎著”，現在孩子聽到最多的是“快點吃飯”“快點做作業”“快點彈琴”“快點睡覺”，甚至“快點玩”。

父母為什麼要不停地催促孩子呢？因為父母覺得孩子太磨蹭，打亂了自己的節奏，於是反過來打亂孩子的節奏。

少兒科技館裡，4歲的夢夢在運動傳送裝置邊，不厭其煩地跑來跑去，轉動把手，看小球前進、落下、再前進，在一旁的媽媽煩躁地走來走去：“老玩一個有什麼意思？再玩這個就沒時間玩其他的了！”不容分說，她拉起孩子就走。孩子則不停地掙扎回頭。

“每次看到兩歲半的女兒笨拙地、慢慢騰騰地舉起小勺子吃飯，我就在一邊按捺不住。儘管女兒也能慢慢地把飯吃完，可我真的忍受不了她的慢節奏，於是乾脆拿勺舀飯往女兒嘴裡塞，而且成了常態。”

32歲的何女士說，自己也知道這種做法不對，“但只有看到飯菜被女兒吃進肚子裡，我才能安心。”

這樣催促乃至代勞的場景，對大多數父母來說並不陌生吧？大人總是希望孩子按自己的想法、自己的節奏行事。

其實，大人與孩子的生活節奏、生理節奏以及生命節奏都是大不相同的。孩子有自己的節奏，對他們而言，感覺最舒服、最順暢、最有利的就是順應自然的生理節奏。如果孩子的生活節奏過快，會影響身體的激素分泌，對身體和心理都會造成損害。



別讓孩子輸在起跑線上、成功論導向的教育方式、更高更快更好的標準……都促使父母按照自己認為正確的標準去催促孩子，就像媽媽帶著孩子匆忙地走在學琴的路上，打仗一般緊張。這其中，孩子的節奏問題普遍被忽視了。

週末、節假日，父母讓孩子趕緊吃飯，吃完飯趕緊做作業、畫畫、彈琴……孩子們不僅在學校裡承受著各種快節奏的壓力，出了校門依然不得清閒。家長忽略了一點：週末不僅應該是放鬆的日子，也是用來深切瞭解孩子各種需求的時機。

42歲的李女士在兒子8歲生日那天大受打擊：孩子想要的生日禮物竟然是“一個什麼都不用幹的週末”。

她說：“我第一次如此真切地感覺到孩子內心的痛苦，這種痛苦深深地震撼了我。”

一個慢性子、愛做夢、做事拖拉的孩子讓父母焦慮恐慌，他們似乎從孩子日常行為中的反應速度及活躍性中看到了他的將來。最終讓孩子認識到這是一種欠缺，從而埋下了將來引起孩子焦慮的隱患。

父母可能看不到這些，他們看到的只有競爭，以及未來越來越激烈的競爭，他們變得緊張敏感，對自己生活中的空洞與空虛充滿恐慌，於是自然而然地充當起孩子的教練，甚至是魔鬼教練。

常被父母催促來催促去，孩子會質疑自己的生活節奏，認為是自己出了問題，要麼逐漸認同父母而變成一個同樣焦慮的人，要麼以一種極為拖遝的方式生活，以這種被動拖遝的方式表達對父母的憤怒。

教育是一個漫長的過程，“不積跬步，無以至千里，不積小流，無以成江海”恰恰道出了十年樹木百年樹人的道理。而今，這些好的教育傳統正不知不覺被很多人忘記，社會上“三天學會寫作文”“補習半個月提高200分”的速成班宣傳廣告比比皆是。浮躁的、急功近利的社會群體心理，已影響了家長們的意識，使他們急於看到結果，這也加劇了他們內心的焦慮。

從孩子的長遠發展來看，把競爭早早地引入其生活，破壞性大於建設性：家長和學校給孩子施加壓力，孩子身上的這種壓力又全部反彈給家長和老師，在惡性互動中，雙方都不堪重負。在競爭焦慮氛圍中成長，並被迫進入競爭軌道的孩子，更容易出現無力感、自卑感和心理失衡。總之，始於童年的競爭很少有贏家。



作為家長，當務之急是嘗試和孩子一起放慢節奏去生活。這樣做不僅事關家庭生活品質，而且對孩子的成長至關重要。如果父母只教會孩子自主使用自己的身體和頭腦，卻沒有讓孩子學會如何產生自己的思想，去勾畫並形成各種概念，豈不是一種失敗？而勾畫並形成各種概念的技能，孩子往往是在遊戲中獲得的。

放慢速度絕不僅僅是為了停下來喘口氣，而是為了感知和感受周圍，去想像，去思考。讓孩子根據自己的節奏去吃飯、穿衣，從而讓他瞭解自己是誰，會做些什麼。讓他用自己喜歡的方式玩耍，以促進他把事物形象化、概念化，從而區分想像與現實，言語與行動。

這一切能夠使他發現自己並瞭解他人，最終形成對自我以及世界的認知。也就是說，一旦掌握了正確的方向，其實並不需要繁雜的指導與指南，父母便可輕鬆減慢日常生活的速度。