

# 你真聪明,你好棒! 如此夸孩子 其实是种伤害

## 家教沙龙

提起“夸孩子”这个话题,相信有些家长会不由自主地撇撇嘴:表扬多简单啊,不就是你真聪明,你好棒!至于批评,不少家长张嘴就来:你怎么这么笨啊!你看你干的好事!你看人家小胖,比你强多了!以上是表扬与批评的经典句型。怎样的表扬与批评才是真正对孩子有益且有效的?尤其是表扬。表扬孩子难道还有错吗?是的,不恰当的表扬也是错。

### 称赞方法:描述,不要评价

有一天,我在书上看到这样一句话:赞扬是一种评价,而评价会让人不舒服。此言深得我心。我也终于明白为什么从小到大,我是如此不喜欢被人评价,哪怕是好的评价,比如聪明、人好。什么叫聪明?什么是人好?一千个人会有一千种答案。而且,每个人都有聪明和愚钝的时候,也都有好和不好的瞬间。这本身就是一个伪标签。

人在什么年龄最敏感?青少年时期。如果不想与孩子发生冲突,不想给孩子带去太多的困扰,那么在面对青春期的孩子时,我们首先要做的是如何与孩子实现真正的沟通,而不是被“好心当作驴肝肺”。

著名的儿童心理学家海姆·G·吉诺特给出了新称赞方法的座右铭:“称赞方法:描述,不要评价。要对待事件,不要赞扬品性。”描述感受,不要评价孩子的性格;对成绩进行客观现实的描述,不要美化人。

**例1:孩子今天心血来潮,把沙发上放了三天的衣服洗了。**

父母:你真勤快。(赞扬品性)

可能的推论:如果我真的勤快,就不会把衣服放三天才洗了。(无益的赞扬)

父母:你今天把衣服洗了,沙发看起来清爽多了。谢谢你。

可能的推论:我能够提供帮助,我的付出父母都看得到。

**例2:孩子考试得了全班第三名。**

父母:你真聪明,考得真不错。

继续努力,争取下次考第一。(评价性格,提出要求)

可能的推论:考第三对我来说已经很难了,还想让我考第一。大人真不知足。(无益的赞扬)

父母:你考了全班第三,看得出来,你这段时间付出了很多努力,我真为你骄傲。

可能的推论:我的努力得到了欣赏,我为自己感到骄傲。

**例3:孩子把房间收拾得很整洁。**

父母:哇,你真了不起。(美化孩子)

可能的推论:这也太夸张了吧,一点诚意没有。(无益的赞扬)

父母:我喜欢你的房间这样布置,看上去整洁又美观。

可能的推论:我很能干哦。

### 为何赞扬反而削弱了孩子好的行为

海姆·G·吉诺特说,评价人品和性格的赞扬,是令人不快的、不安全的。描述努力、成就和感受的赞扬,则是有益的、安全的。我们描述性的称赞,以及孩子由此得出的积极推论,构建了孩子的精神世界。

从我们的话中,孩子会得出结论:“我受人喜欢。我被人欣赏。我受人尊敬。我很能干。”他会默默地一再对自己重复这些结论。这种内心默默重复,会极大地决定一个人对自己以及周围世界的看法。

父母希望通过赞扬强化孩子好的行为,有时候却很困惑,为什么赞扬反而削弱了孩子好的行为?如果你在表扬孩子的时候,习惯性地“你总是那么聪明”“你总是那么厉害”“你好棒”,或许这就是问题所在。因为慢慢地孩子会发现,自己并不总是那么聪明,当然也并不总是那么厉害,甚至有时候会很愚笨。这会让他怀疑自己,也会让他怀疑父母。

### 有益的批评是要处理面临的困难

批评孩子是很多父母的拿手好戏,我们常常美其名曰:批评是为你好,批评是为了使你进步,批评是让你意识到自己的不足。给批评披上了一层“都是为你好”的外衣,甚至忘记了批评是为了什么。

很多时候,我们不愿意睁开眼睛看一看,或者说不愿意承认,在我们的持续批评下,孩子并没有向期望的方向发展,有时候甚至适得其反。因为我们的批评包含了太多个人情绪,如贬低、羞辱、愤怒、攻击。

海姆·G·吉诺特说,有益的批评不会指向人格,而是要处理面临的困难。它绝不会对个人进行攻击,只会就事论事。而无益的批评则是我们每个人都有的一些脱口而出的侮辱人的话。

**例1:孩子不小心把颜料洒得满地都是,父母非常生气。**

母亲:我跟你说了多少次,拿颜料时要小心一点!你老是把事情搞得一团糟!

(攻击人格)

可能的推论:我是一个没用的人,总是把事情搞砸。(无益的批评)

母亲:颜料洒了,拿拖把来,等下干了就不好擦了。

可能的推论:妈妈没有责备我,我下次要小心一点。(擦地,补救)

**例2:孩子数学考试不及格,父母非常失望。**

父亲:就你现在的成绩,以后只能去工地上搬砖头!说

不定搬砖头都没人要,现在搬砖头还要有文化呢。(贬低加羞辱)

可能的推论:难怪你现在只能当个保安,还不是当年没好好学习。自己学不好,凭什么要求我?(无益的批评)

父亲:数学没及格,你心里肯定很难受吧。你看需不需要请一个老师给你辅导一下?

可能的推论:爸爸愿意花钱让我补习,看来我要好好学习了。爸爸挣钱不容易。(好好学习)

**例3:孩子偷偷把手机带到学校被老师没收,老师通知家长。**

母亲:早就跟你说过了,不能带手机到学校,你就是不听!学习没搞好,还好意思玩手机?

父亲:他一直就是这样,大人说话从来不听!学习不行,玩手机还挺能。(讽刺挖苦贴标签)

可能的推论:在你们眼里,我怎么都做不好,我就是个坏孩子。(无益的批评)

母亲:手机带到学校被老师没收了,你心里肯定很难过吧?

父亲:老师说,学校有规定,不能带手机到学校。如果实在想玩,周末在家可以玩一会。

可能的推论:我把手手机带到学校是违反规定的。爸爸妈妈没有责怪我,允许我周末玩会手机,我要好好学习,对得起他们。(遵守学校规定)

来源:张玉石名班主任工作室

