



毁掉孩子的，就是父母长期负面的“消极暗示”

世界上最有征服力的武器是“语言”，一句话可以让一个人心情跌入谷底，一句话也可以让一个人重振力量。父母的嘴，决定孩子的未来。

生活中，父母对孩子的言语评价，是孩子行为的导航。

负面的暗示让孩子越来越自卑，正面的心理暗示会对孩子产生积极的影响。

父母说孩子的作品“丑”，说多了，孩子自己也对自己创作能力不自信，对自己产生怀疑；

家长总说孩子“不行”，潜移默化中孩子也会接受这一点，觉得自己不行。

相反，家长常说孩子“进步了”，孩子会越来越自信，朝着更好的方向发展。

你的消极暗示

是孩子成长道路中的绊脚石

台湾心理学博士洪兰有一项研究：

人的观念和行为之间存在着因果循环，大脑产生观念→观念引导行为→行为产生结果→结果改变大脑。比如家长骂孩子笨，孩子的大脑就会产生“我是个笨蛋”的观念，于是越来越迷糊，脑子越来越不好使。

再比如家长指责孩子粗心，结果孩子不但没有变认真，反而更粗心；

比如批评孩子磨蹭，结果孩子越来越磨蹭……消极暗示就像一个“诅咒”，在孩子身上不停地应验。

或许有一部分父母可能觉得，我这样指责孩子，都是为了孩子好。

很多家长的教育思维就是：认为只有在孩子做错的时候，指责批评孩子，孩子才能长记性，才能知道自己做错了，才会改正，不犯错。

试问：你频繁的纠错，指责，孩子改变了吗？

其实，这样长期频繁的消极暗示，不但没有作用，更像是心灵的腐蚀剂，使一个孩子退缩、自卑、失去面对困境的勇气。孩子最后直接躺平了，妈妈都说我不行了，我就是不行，反正我什么都做不好，最后直接懒得做了……

其实，孩子做错事的时候，是我们跟他建立关系的最好时机。

而真正教育孩子，让孩子变得越来越优秀的时候，是在孩子“作对事情”的时候。用“品质夸奖法”。描述孩子某一个具体的行为，上升到品质，由品质指导未来。当父母一直笃定地告诉一个孩子，你是一个努力又认真的孩子，学习肯定没问题。孩子的大脑就会自动输入，不自觉地用行为证明这个期待，从而脑子越来越好使，成绩越来越优秀。反之，当父母总是贬低孩子，孩子的大脑就会产生“我很糟糕、我不行”的观念，并用各种行为去“证明”父母的话。不仅大脑会“变笨”，整个人生都可能陷入恶性循环。心理学上称这种现象为“自证预言”。

毁掉孩子的 是父母的长期负面暗示

毁掉孩子的，就是父母的长期负面暗示，给孩子贴上了顽固的标签一些父母可能觉得，我都是为了孩子好，才不时地“敲打”他啊！

比如：当我们频繁的批评孩子：你怎么总是撒谎？

孩子感受到的就是：我就是一个爱撒谎的人。

当我们频繁的纠错：你怎么又做错了，怎



么这么笨，怎么什么都学不会！

孩子感受到的是：我就是一个笨蛋，我什么都学不会，我就是不行，我不适合学这个……

当我们频繁的冲孩子说：你怎么这么能磨蹭，就不能快点！

孩子感受到的就是：我就是个拖拉磨蹭的人，我干啥都磨蹭，我高效不起来。

我们的目的和意图都是希望孩子好，可不断的、频繁的提醒，形成了一种强烈的暗示，久而久之，就跟被洗脑了一样，孩子也觉得自己就跟妈妈嘴里说的那样：

“我就是不可爱的，糟糕的，有问题的，差劲的，拖拉磨蹭的，笨的，什么也学不会的……爸妈批评我、骂我，都是因为我不好，我不配被爱。”

最后，孩子逐渐成了父母口中的“问题”孩子：喜欢撒谎、讨厌学习、坏习惯成堆、叛逆顶嘴不听话……若是父母的眼里，只看到孩子身上的污渍和瑕疵，并不断的频繁的提醒，暗示孩子缺少欣赏美好和优点的能力，则更容易养出一个不会爱自己的孩子，因为他觉得自己很差，不值得被爱，孩子们无条件地仰赖着父母。他们的生活积极还是负面，全在父母一念之间。

给孩子积极的暗示 他才会越来越优秀

每个孩子都是被暗示着长大的。

消极的暗示像是心灵的腐蚀剂，使一个孩子退缩、自卑、失去面对困境的勇气。而正面的、积极的暗示像阳光，照耀着孩子黑暗的区域，让孩子乐观向上，拥有战胜困难的自

信。

一项调查曾表明：

常被爸妈鼓励、安慰的孩子，遇到不会做的事，会努力找方法自己试着做的比例高达85%，明显高于很少被鼓励和安慰的孩子。

好情绪才能产生好行为。

多给孩子积极的暗示，能让孩子拥有好的感受，更能激发孩子的意愿和动力。

当孩子表现不错时：

比如：见人主动打招呼，我们可以及时肯定，告诉孩子：你真是个懂礼貌的好孩子；

比如：孩子把桌面收拾的很整洁，我们可以及时肯定，告诉孩子：你真是个爱干净整洁的孩子；

比如：孩子按约定放下手机，我们可以及时肯定，告诉孩子：你真是一个遵守约定，说到做到的孩子……

更多及时肯定，积极鼓励暗示孩子的话术，大家可以看下面这篇文章：

对孩子来说，父母的肯定与称赞会让他充满无穷的力量和变好的决心。经常得到爸妈鼓励的孩子，往往更容易激发内驱力，有去做的意愿和动力，并能坚持给你意想不到的惊喜。

家长如何做才能给到孩子积极的暗示？少用否定句，多用肯定句。

比如，把“你怎么又做错了”换成：“没关系，我们再来学一遍，如果真的学不会，妈妈也不生气，因为妈妈知道，你学不会，自己也很难过。但是你没有发脾气，没有说不学了，妈妈看到了你的努力”；要知道，看到也是一种鼓励。孩子能感受到：妈妈知道我努力了，妈妈是理解我的就事论事，不要动辄攻击人格。

尤其不要说这些戳痛孩子心灵的话：“你蠢得像猪一样”“没见过像你这么差的人”“你让我太失望了”……

永远不要对孩子说这种盖棺定论的话：“你总是……”“你从来都是……”“你怎么老这样……”“你怎么总是……”这样“你信息表达”的话，让孩子感受到满满的指责、批评。长期这么说，就是给孩子一种：我就是不行，我就很差劲的心理暗示，孩子可能会破罐破摔，自我放弃。

另外，多用积极的语言，去改孩子的行为：

比如，当孩子贪玩忘了写作业，不要说：“你就知道玩”“一点儿都不自觉！”“你看你们班XXX，学习那么认真，你看你呢？”可以说：妈妈知道，小朋友们都爱玩，妈妈小时候也爱玩，有时候也会忘记时间写作业，但妈妈相信这次事件是极少数的，你本来就很重视学习的，妈妈相信你会更自律的，如果你有需要妈妈帮忙的，你就告诉妈妈。

当孩子打人时，制止的同时，不要说：“你就是个惹事精！”“肯定是你哪里不对，要不然为什么人家不和别人打架，就和你打起来了”。可以说：妈妈相信你不会无缘无故动手打人，你可以告诉妈妈为什么吗（倾听了解打架的根源）了解情况后，可以告诉孩子：下次遇到这种情况，可以试试用别的方式跟别人沟通，相信你以后会有更好的办法解决问题的。当孩子撒谎时：不要说：“嘴里没有一句实话！长大了还得了？”可以说：“你撒谎，是不是害怕爸爸妈妈批评你惩罚你，所以没说真话？其实你也很想做一个好孩子的，对吗？就是担心被惩罚对吗？”

我相信做错事，你不是故意的，以后再做错了，你可以直接告诉妈妈或者有什么想法需求你都可以表达，只要合理的要求，妈妈都会同意，妈妈不会生气的，你不用担心。当孩子不敢尝试，不要说：“勇敢点，这有什么呀，至于吗”，或者“别那么胆小，太不像个男子汉了。”可以微笑着看着孩子，温和坚定地说：“我相信你行的，再试试看，我在旁边陪着你。”或者，“等你想了，我们再试试，做不到也没关系，办法总比困难多。”

有的家长可能会问，这样子是不是完全不能够批评孩子，只能小心翼翼、一味“捧着”孩子了？

当然不是，也不现实心理学教授约翰·戈特曼提出了5:1的“家庭洛萨达比例”。即，我们对孩子的每一句批评，要配上5句鼓励，通过鼓励，用好的感受覆盖掉前面批评带来的不好的感受。

让孩子继续充满动力前行，好感受产生好行为所以，多说鼓励孩子、肯定孩子、赞美孩子的话……帮助孩子走向卓越吧！

请相信，每个孩子都有变好的力量！

据铸基教育网