

鼓励孩子上台演讲大有讲究

这三个关键之处千万要注意

作为父母，你认为孩子第一次上台演讲，对他来说有多重要？如果孩子不敢站在演讲台上，不敢面对众人开口讲话，你会用什么样的方法来鼓励孩子呢？

图片来自网络



演讲这件事，对大人来说都是个不小的挑战，对小朋友来说就更难了。很多家长根本没有想过这个问题，也没对自己的孩子能演讲成功抱有过高的期望。

其实家长之所以没有想过这件事，就是因为没做好接受这件事结果的准备。如果孩子讲的不好你能接受吗？可能很多父母没做好这样的准备，也没想过那么多。

孩子演讲成功与否，并没有那么重要。家长要做的，就是把孩子当成独立的个体，给孩子充分的尊重。即使孩子讲得不好，家长也要看到孩子的勇气和闪光点。

不过问题是，现在很多孩子根本不愿意上台演讲。别说演讲的好坏了，孩子连登上演讲台都不敢。在众目睽睽下讲话，哪个孩子不会觉得害羞，不好意思呢？

看看心理老师是培养孩子演讲能力的

有一位妈妈，她是一位优秀的心理老师，看了她教育孩子的过程，也许大家可以得到一些经验。这个妈妈家里有个六岁的孩子，才刚刚上小学。

这个妈妈带孩子参加的不是演讲，而是户外拓展，但是和演讲一样，孩子需要克服很大的心理障碍。害怕、不敢，对未知的事物感到特别害怕。

这个户外拓展的内容是，在几棵树之间绑上绳索、软梯和木桩，孩子要在这几棵树之间穿行。因为有一定的高度，还要求孩子保持平衡，孩子刚一上去就怕了。

孩子们刚走上去的时候，别的家长都在给孩子加油打气。而

这个学心理学的妈妈则没有说话，只是站在树下面看着自己的孩子，安安静静一言不发，面带微笑。

后来走到中途，孩子们都有点害怕了，这个孩子也和妈妈说，我也有点害怕。这个时候这个妈妈对她说，妈妈知道你害怕，但是你试试往前走，妈妈在这儿。

从这个妈妈的回答中，我们明显可以感觉到一种信号，那就是她并没有否认孩子的想法，而是对孩子的情绪感同身受。她没有说别害怕，而是说你试试。

这种对孩子内在体验的关注，是这位妈妈最成功的地方。没有因为孩子年纪小，就否定了他们对生活的感受和体验，从而激发了孩子的内在力量。

当孩子要进行演讲的时候，父母们也可以从这一点入手，给孩子带来更好的帮助。鼓励孩子进行演讲，主要有三个关键的地方，我们一起来看一下。

鼓励孩子进行演讲的三个关键之处

一、无条件接纳孩子。

父母要告诉孩子，演讲的结果怎么样不重要，重要的是孩子在这个过程中体验。这是一种经历，而不是什么成绩单之类的东西。

有的孩子还会认为，我这次表现得不好，爸爸妈妈就会更爱我。如果我这次表现得不好，爸爸妈妈就不爱我了。这样的话，孩子的压力就会很大。

这个时候父母要告诉孩子，不要这样想，要把这次演讲当成一件很有趣的事情。你只是把自己内心的故事，整理好了和别的

小朋友进行分享而已。

二、给孩子预设情景模拟。

前面也说到，孩子之所以紧张，就是因为孩子对未知的状况充满了恐惧。如果给孩子做好预设，孩子紧张的情绪就消减不少。

父母可以这样告诉孩子，当灯光亮起来的时候，爸爸妈妈就坐在台下看着你。不过你不需要找爸爸妈妈，眼睛要一直看着前方，这样的话才不会紧张。

三、给孩子足够的安全感。

在孩子演讲之前，父母要对孩子说，不管你的表现怎么样，爸爸妈妈都觉得你是最棒的，而且下一次你可以做得更好。

在孩子结束演讲之后，父母依然可以给孩子这样的鼓励。比如，你第一次上台演讲，就已经讲得这么好了，我们真的很为你高兴，以你为骄傲。

在日常生活中，父母给孩子这么高的关注度，其实是很困难的。但是起码在孩子有重要的事情时，父母要到场。一次演讲也好，一次比赛也好，父母都应该在。

演讲这件事是比较难的，小朋友只要敢站在演讲台上就是一种成功了。作为父母，还是应该给孩子更多的鼓励和帮助，关注孩子在整个过程中的表现。

在前面举到的例子中，我们看到作为心理老师的妈妈，对孩子的鼓励是这样产生的：我知道你很害怕，但是你可以带着害怕去试一试，我一直在这里。

听了妈妈这样的话，孩子的心里会觉得特别安全，因为他知道妈妈是理解自己的。这种理解比什么都重要，可以带给他克服困难的力量，其他父母可以尝试下。

来源于网络

陪伴也要给孩子留空间

多数年轻父母都懂得陪伴孩子的重要性，不过真正会陪伴、懂得高质量陪伴的却不多。有的家长看似陪着孩子，眼睛却一直盯着手机或电视，对孩子的反应敷衍了事；有些父母的陪伴更像监工，一个劲儿唠叨或不停打扰孩子。殊不知，这样做也是在伤害孩子。

亮亮一出生就成了“小太阳”，全家围着他转。上学了，爸妈开始辅导功课，节假日带他上辅导班。慢慢地亮亮越来越黏人，时刻要大人陪着，出门见了陌生人不敢打招呼，学习时注意力非常不集中……

对孩子过度关注，首先会影响其注意力。当孩子正在做一件事时，家长不断打扰，会让孩子的注意力变得很难集中。其次，影响孩子的自我学习能力。大脑是通过“感受”来学习，前提就是自己习得。再次，抑制思维能力。过度陪伴容易影响孩子的自我探索能力。很多事物不能单纯靠爸妈的介绍认知，而需要自己去体验感知。最后，可能养出怕生的孩子。总处在家长的庇护下，孩子接触陌生人，甚至与同龄人交往的机会减少了，可能出现交往障碍，难以融入集体生活中。

最好的陪伴是在场，不打扰，留给孩子独立玩耍的时间和自己做主的空间，让他以自己的方式去活动、去探索。既要杜绝“人在心不在”，又要以孩子的需求为导向，在必要时给予一定帮助。当孩子在客厅玩耍时，可以问他需不需要陪，如果孩子说不需要，那就在一旁做自己的事情，同时留意他的安全。爸妈学会适度陪伴时，会发现宝宝发生了很大变化。比如，解决问题的能力增强了，懂得创造性借助工具，安全地拿到高处东西；思维可能变得天马行空般发散，创造力增强了；孩子能养成做事更专注的习惯。最重要的是，孩子能从小学会独处，对他未来大有益处。

来源：生命时报