

孩子动作慢，没时间观念？

心理学家：耐心引导，顺其自然

曾听一位妈妈说过，她儿子今年5岁了，和同班孩童在一起时，总会慢别人一拍，当别的小朋友吃完饭去玩了，他还在痛苦地吃着，除了吃饭慢以外，做其他事也慢，比如起床、做作业等等。遇到问题也会畏惧退缩。这位妈妈担心孩子与他人互动不够，担心孩子的自信心，也担心孩子时间观念不足。和这位家长进一步沟通发现，这孩子并没其他“问题”，他和老师朋友间互动良好，沟通正常，唯一有点不一样的就是性子“慢”点而已。其实在心理学家看来，算不上是严重问题，无需过度担心。

图片来自网络



关于儿童树立“时间观念”问题

人类对时间的认识都是慢慢发展的。比如：

8个月左右的孩子会对时间有了初步的认识，知道要先掀开盖子才能看到里面的物件；

1岁半左右的孩子能借助记忆记得过去的事，比如他曾经去过的地方；

2-3岁的孩子，仍在对时间的慢慢理解中，仍旧未能很好地区分过去和后来；

4-5岁的孩子，能较好地使用一些时间介词（之前，后来）来连接时间的发展先后。但5岁前的孩子时间观念可能有些仅限于此了。

首先，要知道“时间概念”是个复杂的概念，时间顺序只是其一。此外，还有对时间的感知（判断时间的长短）和对时间长度的认知。

感知时间直接和“时间管理”相关，因为如果一个人写几个字用1个多小时是一个很长的时间，又如何懂得时间管理？这种“时间管理”是对“时间观念”的高级认知，通常，10岁以前的孩子未能具备这种认知能力。

认知时间长度，比如知道春天有几个月，从今天起，还有多少天才到生日，晚上睡觉6小时是多久？……研究发现，5岁孩童还未能很好地掌握了解时长，一直打10岁以后，才会慢慢做到准确地判断时长。当然，因为孩子个体存在的差异，有个别孩子认识时长会早一点，也有可能晚1-2年。

因此，作为家长，在孩子时间观念问题上，无需过度担心，随着时间延长，孩子对时间观和

管理能力，一定会越来越好。

但不必过度焦虑不等于放任不管了。相反，家长要做的是，在生活中，通过潜移默化影响与灌输，帮助孩子掌握时间的概念，让孩子从自己碎片化的经验中摸索建立对时间的感知。比如：引导孩子观察四季的变化，花开春到，叶落秋来等，借此丰富孩子的时间表征。又比如引导孩子知道几分钟是多久给孩子一个他能感知的“度量”，如20分钟是一集汪汪队的播放长，5分钟是一集小猪佩奇，当父母跟孩子说5分钟之后你就要洗手吃饭，那么就意味着他还可以看一集小猪佩奇。

“慢性子”是大问题？

首先，我们要清楚知道儿童的气质类型只要分为以下3种：

一、容易型。这类型的孩子容易适应周围环境的变化，是“天使宝宝”型，通常是吃了睡，睡醒了笑，不哭不闹的孩子。

二、困难型。这类的孩子对新环境较难适应，常见的表现为离不开人、爱哭闹、不好好睡觉等。

三、迟缓型。这类型的孩子适应环境比较慢，情绪温和，人们常说这类孩子胆小、不自信、憨厚、慢性子等。

这时，有家长就又会焦虑了，我的孩子是困难或者迟缓型，这能改吗？需要明确的是，不管哪种类型，都不是病情，这只是一种气质特点划分而已。虽然困难/迟缓型，听起来很负面，但其实这两类的孩子也是没有任何毛病的。

孩子的未来会成长为怎样，跟他儿童的气质类型并无关系，重要的还是要看他受到的教育方式的影响。

例如：困难型的孩子，情绪本身就较其他儿童敏感，如果父母粗暴对待，待孩子长大后，因为小的时候无人给他正确的情绪引导，导致他更容易激动；但如果小的时候，父母能够给予他足够的关爱、陪伴等，给足孩子安全感，这样教育下的孩子，往往长大后能善解人意，心胸开阔。

又比如“迟缓型”孩子，这类孩子如果家长能耐心引导，他会更有恒心，有毅力，更专注。很多名家，如爱因斯坦都是具备这类品质。

由此可见，儿童是哪种气质类型，并不重要，重要的是父母能否给予良好的教育以及耐心的引导。

用什么心态去应对孩子吃饭慢？

孩子吃饭慢，没关系，就让他慢慢吃好了，因为如果不让他吃完，会影响他的营养，如果催促他快吃或者强迫他别吃了，又会给他造成心理压力，吃饭会成为他的一种负担，有些人天生性子慢，又何必要求每个人都统一步伐？让孩子自己选择慢慢吃或者不吃，家长要做的是，别把孩子吃饭慢这件事太当一回事。也许就吃饭这件事情上，孩子达不到老师的要求，他会有所压力，但是没关系，压力本是人生的一部分，但是你再人为强化这个压力就没必要了。本来50分的压力他自己也许能够消化，但是家长又特意把它当个重点圈出来，敲黑板每天强调，压力变成100分，说不定反而超出了他自我消解的范围了。”

千言万语化作一句智慧之言：耐心引导，顺其自然。

来源于网络

这四个举动会伤害孩子的自尊

养育孩子，培养他们的自尊自强非常重要。而孩子自尊心的培养，同家庭环境密切相关，尤其是父母的一言一行。近日，“今日心理学”网站刊文指出，父母的4种不当言行会严重打击孩子的自尊心，与孩子相处时应当避免。

怒吼以及打孩子。生活中，一些父母总是试图通过大发脾气让孩子就范。尽管吼叫或打骂让孩子停止了不当行为，但这只是暂时的。长期这种情况下成长的孩子，不懂得如何与父母进行良好沟通，遇到难题时，更是显得自卑与无助。

揪着孩子过往的错误不放。父母总是揪着孩子过往所犯的过错不放，就会让孩子长时间心有愤恨。父母应该让孩子明白，一个事情的终结就意味着成为了过去。父母对孩子越采取积极行为、加以鼓励，孩子就会自我感觉更好。自然而然，他们就会更少地重复过往的错误选择及不当做法。

让孩子感到内疚。一些家长会因孩子不当的想法、感情或行为，对其批评教育，让他们感到内疚。但是，如果家长利用引发孩子内疚感来控制他们，就会面临疏远孩子的风险。孩子一时犯点错，更需要支持和理解。父母应态度平和、循循善诱，让孩子认识到错误，而不是有意地让他们内疚不安。

讽刺挖苦孩子。讽刺挖苦会令孩子们很“受伤”，因为孩子会感到羞辱。讽刺挖苦、贬损蔑视孩子会在父母和孩子间竖起沟通障碍，使得双方难以有效地交流思想和想法。

来源：人民网