



不少家长一味地要求孩子听话、懂事,不允许孩子说个“不”字。而要想孩子未来发展好,家长需要从小培养敢于说“不”的孩子。为什么说敢于说“不”的孩子,未来会发展更好呢?懂得说“不”的孩子,首先是尊重自己的,他重视自己内心真实的感受和想法,自我价值感高,自我完善的动力更强;其次,他是有主见的,敢于提出和别人不一样的意见,而不是人云亦云。在与人交往中,敢于说“不”的孩子,界限感明确,通常也能接受别人对自己的拒绝,不会玻璃心、对别人的情绪过于敏感,能够建立更加清爽、健康的人际关系。懂得说“不”的孩子,成长更有力量。

#### 允许孩子对爸爸妈妈说“不”

很多家长教育孩子时独断专行,常常忽视或否定孩子的感受和诉求,只按照自己的意愿来安排孩子。孩子想吃苹果,不想吃草莓,家长非要说草莓好,强行给他买草莓;一家人都要去奶奶家,孩子想在家做自己的事情,家长非要把孩子拉过去……当孩子表达不同意见,只会被父母压制、否定,长此以往,就会扼杀孩子表达自己意愿的能力。有些家长把教出一个听话、懂事的孩子当做教育目的,不允许孩子表现出反抗、不乖的一面。孩子可能到了青春期,叛逆行为会突然爆发,做出很多超出家长控制的事。也可能在长期压抑下,形成“讨好型”人格,习惯委屈自己,把他人的需求放在第一位。演员马伊琍在一次谈到对女儿的教育时,就曾坦言:非常后悔平时教育女儿爱马过分懂事、过分听话。她说,爱马出生后,自己最初的教育方式是非常严格而专制的,就连今天穿什么衣服这种小事,也是“你必须听我的”。直到有一天,爱马回家说起她在幼儿园和小朋友玩过家家,有个小朋友总要当妈妈,而让爱马当宝宝。这让爱马感到很委屈,因为她也想当妈妈。马伊琍说:“那你可以拒绝啊。”爱马却弱弱地说:“我不敢。”马伊琍才意识到,这个“乖孩子”已经习惯了屈服,习惯了压抑自己的感受,“懂事”到连“不”都不敢说了。孩子作为一个平等独立的人,有自己的情绪和想法是再正常不过的事情。家长尊重孩子的感受和想法,愿意倾听和理解,孩子会从中学会长大、从而懂得尊重别人,自我价值感高,成长的动力更强。因此,在生活中,家长要给孩子说“不”的权利,表达自己的意愿。

#### 允许孩子对伙伴、对陌生人说“不”

《家有儿女》中有这样一个片段:邻居阿姨过来串门借电熨斗,看到桌上的杂志,很喜欢,就想借去看看。小雪在房间听到后,马上走了出来。和阿姨简单聊了几句后,就问她:“阿姨,把你手上的那本杂志给我,行吗?”阿姨愣了下,没想到会被拒绝,便开始撒娇:“借阿姨看看嘛。”小雪说:“对不起,阿姨。这本杂志我不能借给您。”阿姨走后,小雪的父母好奇地问:“你是怎么说出这个不的,而且不需要理由。”小雪淡定地回答说:“说不,本来就不用理由,我有权利拒绝别人。”这个道理,许多家长却不明白。

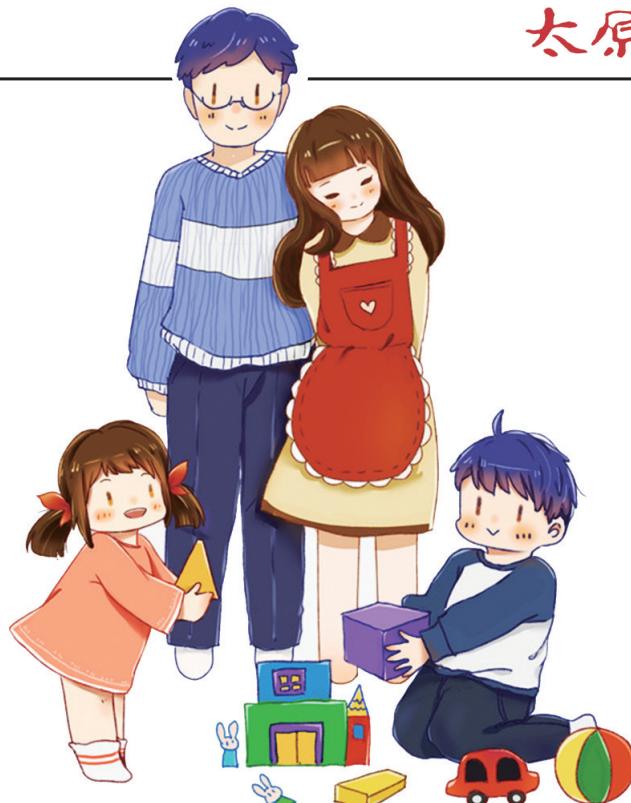
很多人都有这样的经历,小时候当家里来了客人,家长就要求自己特别大方,什么好吃的好玩的都要跟其他小朋友分享。过度要求孩子礼貌、谦让、懂得分享,却忽视孩子自己的感受,这是本末倒置。在这样的教育下,孩子会慢慢变得把别人的感受和需求放在第一位,轻视或压抑自己的需求,未来会过得很拧巴。一个孩子只有先拥有过、自私过、有决定自己物品的自由,才能真正学会分享;只有先看见并尊重自己的感受和需求,才能真正懂得考虑别人的感受。

敢于对别人说“不”,坦然接受别人对自己说“不”,是社交当中一项很重要的能力。在平时引导孩子时,家长不要一味要求孩子谦让、忍让。告诉孩子如果不愿意,可以拒绝别人,并说明原因。此外,可以教孩子礼貌拒绝别人的方式,用正确恰当的语言来表达自己。志亮

#### 家长话题

最近,《小舍得》在荧屏热播,这部剧聚焦小升初阶段孩子的学习和生活,再度引发全民教育焦虑。一起来看看这篇文章《小舍得还是大牺牲?教育内卷引发全民焦虑》,各位家长,看了这部剧后,你有何感想?你会像剧中的父母那样焦虑吗?你有过类似的体会和感受吗?

截稿日期:4月28日



# 允许孩子说“不”

**小记者白欣雨、白欣冉的爸爸:**我们家长有时很怕孩子说“不”,好像孩子一说这个字就是大逆不道,准备要“造反”了似的。其实不然,作为一个独立的人,孩子虽小也有自己的个性,遇到自己不喜欢或者受不了的事情就会自然而然地拒绝。孩子说“不”只能证明他们对事情不接受不理解,家长大可不必上纲上线或者放任自流,而是应该俯下身子和孩子交流沟通,了解孩子的真实想法再进行疏导,这样才是上上之策。

**小记者芦秋水的妈妈:**是否允许孩子说“不”,我觉得具体要看是什么事情。有些事情是孩子必须承担和面对的,就不允许说“不”。比如女儿小时候不愿上幼儿园、不要打针、不想弹琴等,那她再怎么说“不”也没用。还有一些行为习惯的养成,我也不允许她说“不”,因为这关系到一个人的教养。对事物的认识和看法,我们允许她有不同的见解,同时还会鼓励她说出自己的见解和想法。而对于别人的一些无理要求或者不文明行为,我们会教育孩子坚决地说“不”。

**小记者张娅琪的妈妈:**我不希望孩子成为一个“老好人”,本来应该拒绝别人的,可担心别人会不高兴,所以就要勉强自己。敢对别人说“不”是社交当中一项重要的能力,平时我们会教育孩子用合适的语言来表达自己的情绪,学会适当地拒绝别人,并说明原因。当孩子说“不”的时候,我会站在孩子的立场去想究竟有什么问题,孩子为什么会这样说,并和孩子一起解决问题。

**小记者刘晓瑶的妈妈:**孩子说“不”是有独立意识的表现,允许孩子说“不”是父母对孩子的认可与肯定。孩子小时候,总是吃上几口饭就跑去玩儿,姥姥就追着喂,孩子说不吃了,可姥姥还觉得孩子吃得太少,硬让孩子吃,结果导致孩子生病了。所以在日常生活中,我们就允许孩子表达自己的意愿和想法,给孩子选择和参与的机会,不要把大人的想法强加给孩子。



## 不做乖宝宝

学会说“不”是一门艺术,而掌握这门艺术不容易。孩子很小的时候,相信每一位家长都教育孩子要听话懂事,希望自家的孩子是一个乖宝宝。但当我们要求孩子听话的同时,也应该允许孩子说“不”。

以前,我在教育孩子的时候,免不了会有家长作风,要求孩子必须绝对听话。但随着孩子年龄的增长,她有了自己的主意,开始反抗,经常和我们顶嘴,虽然她最后还是按我的意愿去做,但看得出来她很不情愿。比如我想让孩子多吃点,孩子往往不满意地反问:“为什么要逼我吃?”我想让孩子早点睡,但孩子却找各种理由不睡觉。刚开始,我真是气得怒火中烧,大声呵斥孩子,可冷静下来想一想,孩子为什么要顶嘴?为什么越来越不听话?为什么要逼孩子按我们的意志做事?慢慢地,我学会了多和孩子沟通,了解孩子的真实想法,有些事情也会在商榷之后按她的想法实施。

社会在发展,孩子在成长,她更需要广阔的空间,她更愿意独自翱翔,应该允许孩子反驳我们,给孩子独立自主的成长空间。

进山中学  
陆佳齐的妈妈

## 自己有主见

以前,当孩子对我说“不”的时候,我总是很生气,找各种理由让孩子勉强答应自己的要求。

有一次开家长会,老师对我们说:“家长不能太约束孩子,必须让孩子有自己的主见,不然孩子会变得没有自信,不能独立。”从那以后,我就下定决心改变教育方式,允许孩子有自己的想法和感受。他的想法正确,我会鼓励和赞赏;他的想法不对,我也不再横加指责,而是让他说出自己的想法或建议,不会强迫他完全听我的。

试着这样做之后,孩子有了更多的选择权和主动权,慢慢地我发现孩子在一些事情上有了自己的见解,他更清楚地知道自己喜欢什么不喜欢什么,还学会了吃一堑长一智。看到孩子“翅膀硬了”,我很欣慰。因为家长不可能一直陪着孩子,更多的道路和事情还是需要他们自己选择和判断。

杏花岭小学  
赵博胜的妈妈

## 大声说出来

生活中,孩子认为父母是她的保护伞。一般情况下,她还是会听从父母的安排,不会轻易说出“不”这个字。遇到不顺心、不如意的事情时,孩子也不敢反对,只是表现得有点不太配合。

看到孩子的表现,我心里很不是滋味,直接了当地告诉孩子:遇事要多分析、多思考,分清对与错,该说“不”的时候一定要大胆说出来:“我不同意,我不愿意,我不能去做……”该做的事情要做,不该做、不想做、不愿做的事情可以不去做,自己一定要有主见。

父母是孩子的主心骨,一定要为孩子指引方向,让孩子学会如何保护自己,健康成长。

杏花岭小学  
张斯琦的妈妈