

### 13 步暗示法引领孩子进步

随着教育理念的不断更新，在日常生活中父母不知不觉地会给孩子们一些暗示。这些暗示在培养孩子的性格、学习和生活习惯、品质等方面起到了不可低估的作用。其中，对孩子的“暗示”可以分：“积极暗示”和“消极暗示”。-

积极的暗示：能促进孩子的健康成长，培养良好的性格和心态。-

消极的暗示：是孩子心灵的腐蚀剂，让孩子情绪低落，产生自卑和自弃心理。-

我们发现许多家长在教育过程中不同程度的犯有“消极暗示”的错误。所以，我们总结了13大“暗示法”引导孩子进步的技巧。-

“暗示”法一：使孩子积极做功课-

1. 母亲确信孩子的功课一定会很好，是培养孩子功课进步的第一步。-
2. 对待孩子就好像对待优等生一样，逐渐地孩子就会变成优等生。-
3. 让孩子具体想象做功课会得到的好处。-
4. 故意让孩子不做功课，也是一种矫正不想做功课的[暗示疗法]。-
5. 孩子发劳骚不想做课时，故意说:[反正你就是这样的小孩!] -
6. 偶尔说:[你去玩玩吧!]反而会使孩子感到不安。-
7. 当孩子不想做课时，让他整理桌子，以培养想功课的情绪。-
8. 当孩子做功课的引击尚未发动时，让孩子先拟定功课的预定表。-
9. 因不擅长的科目而陷入低潮时，让孩子暂时只做擅长的科目。-
10. 对于不能专心做功课的孩子，让他抽签选择先做哪一科。-
11. 父母批评学校或老师，会使孩子讨厌老师与学校，也讨厌做功课。-

“暗示”法二：使孩子听从劝诫-

1. 借着第三者传达母亲的担心给孩子知道，以消除孩子的欲求、不满。-
2. 和孩子发生对立时，可利用信函或日记传达你的想法及心情。-
3. 要让情绪激动的孩子坦然接受，就要用比平常低的声音说话。-

4. 先说父母的失败经验再进入主题，孩子较能接受父母的劝诫。 -
5. 对[ 孩子的诱惑 ]表现出漠不关心的态度，孩子自然会忘记。 -
6. 以提议或商量的语气提出意见，孩子会感觉是自己所下的决定。 -
7. 想给孩子很多注意事项时，先限定于一个问题。 -
8. 对孩子强调[ 你一定可以做到 ]，孩子会有不想辜负你期望的心理。 -
9. 纠正孩子时，不要说[ 别做什么 ]，而要说[ 应该做什么 ]。 -
10. 孩子失败时，不要指责，只要要求他再做一次，自然可以减少失败。 -
11. 对孩子的细小过错，要当场劝告，较大的问题则过一段时间再劝告。 -
12. 以[ 现在也不错，但是还要更好 ]的方法劝诫，孩子会更乐意接受。 -
13. [ 你太邋遢了 ]的指责性词句，容易让孩子产生负面性暗示。 -

“暗示”法三：导引孩子意愿-

1. 为了让孩子向讨厌的科目挑战，可把喜欢的科目留到最后才做。 -
2. 要让孩子做不太喜欢的事情时，可以说[ 隔壁的小朋友也做…]。 -
3. 给孩子太好的环境，会在不知不觉中丧失孩子的意愿。 -
4. 在孩子的房间贴上他所喜欢的明星或风景照片，可提升其向上心。 -
5. 对于妄自菲薄的孩子，要经常使用鼓励的语句。 -
6. 如果在孩子面前常说[ 反正…]等话语，孩子就不会努力。 -
7. 有时用[ 你要考虑妈妈的想法 ]等哀求性刺激疗法也很有效。 -
8. 当孩子反省时，父母可以采取出其不意的方式。 -
9. 使用报酬诱饵时，其报酬要有具体形象，以引导孩子提高意愿。 -
10. 有时候，不妨利用假日，一家人去爬山或看辽阔的海洋。 -
11. 对于孩子提高意愿去做的事情，都要给予评价。 -

12. 赞美孩子时，必须由衷地表现出和他一样高兴的心情。 -
13. 故意责骂过于自信的孩子，激发他的自尊心，以促其提高意愿。 -

“暗示”法四：使孩子自动消除不满情绪-

1. 由父母选定选择条件让孩子选择，使孩子有参与的意识。 -
2. 有时候干脆装作接受孩子全部的要求。 -
3. 先倾听孩子的不满，让孩子发泄欲求不满的情绪。 -
4. 对细微的不平或不满，要夸张地重视。 -
5. 即使孩子的要求过于无聊，母亲也要以认真的表情倾听。 -
6. 对于孩子不当的要求，不妨附带提及比他要求还高的条件。 -
7. 让孩子自己思考不能的理由，再冷冷地说：[ 不行就是不行 !]-
8. 要阻止孩子的任性，不要提善恶，而只刺激孩子的损益感情。 -
9. 对于孩子的不平不满，不要全面否定，应先肯定一部份。 -
10. 对孩子提出的[ 朋友都有 ]的理论，以[ 也有人没有 ]对应。 -
11. 安排发泄情绪的另一个场所，孩子的不满就能解除。 -

“暗示”法五：解除孩子厌烦心理-

1. [ 只做三十分钟的功课看看 !]给予几个小目标。 -
2. 不要让孩子在做功课时的休息时间发呆，而让他做一些杂事。 -
3. 让孩子拥有每天都必须做的简单事情。 -
4. 做功课当中的点心或宵夜，具有[ 再继续做下去 ]的暗示效果。 -
5. 趁孩子还感兴趣时，利用[ 中断效应 ]，宣布[ 下次再继续做 !]-
6. 当孩子因做功课而感厌烦时，可利用溜狗等做适度的运动。 -
7. 孩子若说[ 做功课真辛苦 ]，不要附和他，应说[ 那并不痛苦 !]-

8. 孩子开始懒散时，就下最后通牒：「现在不做就来不及了！」-

9. 如果挑唆孩子可以失败，孩子就会忘记厌烦，而想重新再挑战。-

10. 将不同性质的科目组合起来，让孩子达到调剂情绪的效果。-

11. 当孩子开始感到厌烦时，可改变做功课的桌子和地点。-

“暗示”法六：解除孩子紧张与不安-

1. 对于因犯了错而强烈不安的孩子，安慰他，人总是会犯错的。-

2. 「只不过是考试而已嘛！」母亲的一句话可以使孩子轻松下来。-

3. 对孩子说：「考完试我们一起去吃冰吧！」以改变孩子的情绪。-

4. 孩子在兴奋状态时，故意以缓慢的态度对应。-

5. 对因时间而焦躁的孩子，称一小时为六十分钟，可减轻其心理负担。-

6. 孩子害怕失败而感到不安时，尽量加以赞美。-

7. 对害怕陷入低潮的孩子，先给与简单的问题解除其心理上的劣势。-

8. 容易紧张的孩子，让他在纸上涂鸦，以消除其紧张情绪。-

9. 孩子呈现焦急和战战兢兢状态时，教他慢慢吐气使之缓和。-

10. 孩子为了考试而紧张时，母亲可以试着故意说错话。-

11. 对于容易紧张的孩子，平常给他带吉祥物。-

12. 孩子太紧张时，让孩子说出自己紧张的情形。-

13. 给孩子和紧张感完全无关的小小欲望满足，就能解除其紧张。-

“暗示”法七：使孩子集中注意力-

1. 让孩子用非整数的时间，拟定做功课的时间表。-

2. 将闹钟铃声作为上床时间，以决定结束做功课的时间。-

3. 孩子精神散漫时，让他听一会儿时钟的滴答声。-

4. 做功课无法集中注意力时，试着用嘴巴念出内容。 -
5. 无法热衷做课时，可将预定表加以改变。 -
6. 限制[ 只有一次而以 ]，孩子反而会产生自动自发的情形。 -
7. 平常就培养让孩子帮忙做家事及所规定的工作习惯。 -
8. 对无法认真准备考试的孩子，不妨积极地劝他猜题。 -
9. 做功课之前进行固定的仪式，就能马上集中注意力。 -
10. 担心的事情太多的时候，不妨先着手做所担心的事。 -
11. 对于无法集中注意力的孩子，不要以时间而用数量来拟定计划。 -

“暗示”法八：使孩子摆脱困惑-

1. 为选择甲或乙而困惑时，针对孩子会选后者的心理加以询问。 -
2. 为了升学或就业而困惑时，应诱导地问:[ 要考私立或公立 ?]-
3. 对到处碰壁的孩子说:[ 假如甲不行，还有乙和丙 !]-
4. 为了考公立或私立学校而困惑时，断然地说:[ 你适合考私立 !]-
5. 孩子走头无路时告诉他:[ 这时反而可以发挥二、三倍的实力 !]-
6. 对于孩子更高的欲望，加以封锁地说:[ 不能再高了 !]-
7. 故意装作没看到，以消除孩子的迷惑。 -
8. 当孩子迷惑时，早上让孩子打开窗子看看充满生气的外面。 -
9. 让孩子看漫画或幽默笑话，以克服想不开的情形。 -

“暗示”法九：使孩子的态度由消极转为积极-

1. 让孩子在父母面前宣布目标，可促使孩子向目标挑战。 -
2. 让孩子学习柔道等运动，不仅能锻炼孩子的身体，也能振奋精神。 -
3. 看到孩子气馁，就加快生活步调，以造成积极的态度。 -

4. 平常就让孩子养成大声说话的习惯。 -
5. 对于畏首畏尾的孩子，偶而让他一到早就去上学。 -
6. 对于畏首畏尾的孩子，尽量让他和积极的孩子交往。 -
7. 培养让孩子写舒展且大的字的习惯。 -
8. 对于有气无力的孩子，不要用[ 你不要有气无力 ]的负面性暗示。 -
9. 上餐馆时，让孩子冒险选择他从未吃过的菜肴。 -
10. 对不擅长带头做事的孩子，试着刻意让他帮忙做家事。 -
11. 欲使孩子活泼发言，应常问他不能只回答[ 是 ]或[ 否 ]的问题。 -
12. 即使最后需由父母决定的事情，也要故意询问孩子的意见。 -
13. 孩子被赞美了自己意想不到的地方，会自我扩大而变得活泼。 -

“暗示”法十：使孩子更有自信-

1. 偶而刻意给可以做得很好的课题，让孩子获得成功的体验。 -
2. 孩子正向困难问题挑战时，故意忽视错误，只赞美做得好的部份。 -
3. 不要赞美结果，而赞美过程，孩子就会产生肯做就会成功的自信。 -
4. 为了避免指责成为负面暗示，所以在指责前先赞美。 -
5. 赞美优点比指责缺点，更能培养孩子的自信。 -
6. 告诉孩子[ 只让你考一流学校 ]，使他产生向二流学校挑战的自信。 -
7. 父母说出[ 没出息 ]一句话，会使孩子真的没出息。 -
8. 看到自己亲近的人事物受到毁谤，孩子会感觉自己也被毁谤。 -
9. 在第三者面前批评孩子，比直接责骂孩子更伤孩子。 -
10. 掌握一些幸运事迹，告诉孩子[ 你走运了 ]，孩子会增加自信。 -
11. 孩子对于前途快丧失自信时，提醒他以前所获得的成绩。 -

“暗示”法十一：解除孩子自卑感-

1. 常说[ 绝对 ]的语句, 会使孩子的自卑感逐渐淡化。 -
2. 对于只获得五十分而沮丧的孩子说:[ 已经五十分啦 !]-
3. 要拒绝时, 应该附带提出[ 因为… 所以不行 ]的限制条件。 -
4. 避免孩子只注意[ 做不到的部份 ], 而留意做到的部份。 -
5. 将缺点看成优点, 孩子的自卑感会减轻。 -
6. 针对孩子的自卑感, 让他阅读伟人传记。 -
7. 故意指责成绩好的孩子, 而让丧失自信的孩子解除自卑感。 -
8. 不管多么微小的事都无所谓, 让孩子感觉他具有特别的技能。 -
9. 孩子失败或做错时, 强调[ 运气 ]也是一种方法。 -

“暗示”法十二：矫正孩子缺点-

1. 在孩子面前指出其它孩子的缺点, 也能收到控制的效果。 -
2. 对于缺点多的孩子, 告诉他他会很有前途, 以鼓励他。 -
3. 安排孩子去传达其它孩子的缺点, 孩子会主动矫正自己的缺点。 -
4. 孩子为了缺点而烦恼时, 将缺点转为优点。 -
5. 不要直接矫正缺点, 而排除藏在缺点背后的欲求、不满。 -
6. 如果孩子常常失败的话, 应暗示说:[ 失败也无所谓。]-
7. 惩罚或威喝的暗示, 如果偶尔加以使用, 就会减弱。 -
8. 不要直接指出孩子的缺点, 而利用自言自语的方式较好。 -
9. 对于孩子的反抗, 不要以父母的权威加以压制。 -

“暗示”法十三：使赞美具真实感-

1. 和孩子的父亲、祖父母并肩作战, 使赞美词成为事实。 -

2. 藉第三者所说的话，淡化孩子的疑心。 -
3. 先指第三者的缺点，赞美词才会更有真实感。 -
4. 将孩子的优点浓缩成一点加以赞美，会感觉全部都被赞美。 -
5. 赞美孩子时，至少赞美三个优点的方式非常有效。 -
6. 他人赞美自己的孩子时，坦然地加以接受。 -
7. 孩子做好事时，刻不容缓的赞美孩子。 -
8. 在别人面前赞美孩子时，孩子被赞美的喜悦会加倍。 -
9. 赞美孩子时，每次的赞美词要有变化。 -

由此可见，暗示对孩子起着重大的潜移默化的作用，在不知不觉中从侧面去影响孩子，从而避免了鼓励和表扬容易让孩子对自己产生不真实的判断，教育孩子要慎言慎行。