

少给孩子戴“紧箍咒”

北京市和平街第一中学教师 刘志宏



案例

小李经历了高三近期的一次月考，成绩并不理想，他很沮丧。回到家里，父母知道小李的成绩后十分生气，批评道：“就你这个分数，能考上什么学校？考不上好的大学，你以后还能干什么？”“为什么隔壁小红每次考试成绩都很好，你却老考成这样。”“我看你开学这段时间，心思就没有放在学习上。从现在开始，你没有看电视、玩手机的时间了。你要全身心投入到学习中。”小李很委屈。他觉得自己这段时间不是没有努力。因为没考好，自己心情本来就不好，父母还不理解，更加没信心努力学习了。他把自己锁在屋里，不愿意出来跟父母交流，书也看不进去，晚上失眠严重影响了上课状态……小李慢慢有点自暴自弃，不想学习了。



分析

小李的事例可用“皮格马利翁效应”解释。“皮格马利翁效应”指人们基于对某种情境的知觉形成的期望或预言，会使该情境产生适应这一期望或预言的效应。也就是说，自己期望什么就会得到什么，得到的不是自己想要的，而是期待的。只要充满自信地期待，只要相信事情会顺利进行，事情就会顺利进行。相反，如果自身相信事情会不断受到阻力，这些阻力就会产生。

案例中，父母向小李传递“你很笨”“你不如隔壁小红，这次考不好你就考不上好大学了”等消极期望，会让小李越来越自暴自弃，最后放弃努力。

有的父母在跟孩子交流的过程中，总是有

意无意地给孩子戴“紧箍咒”。父母的言语、行为会引导孩子朝着这些方面发展。比如，父母总对孩子说：“你怎么这么笨呢？”孩子会觉得父母认为我笨，我真的笨吗？多说几次后，孩子就会

真的认为自己很笨。父母对孩子说：“你这个成绩考不上好大学。”孩子虽然很努力证明自己，但实际上，父母的“紧箍咒”一直起着作用，孩子最后可能真的没有考上好大学。



对策

耐心陪伴孩子

一次模拟考试成绩对整个备考并不能起决定性作用，父母要耐心陪孩子总结考试经验，制定下一阶段的学习目标。而不要一直纠结一次考试的结果，不停批评孩子。这样不仅不能帮助孩子下次考得更

好，还会打击孩子的自信心。制定下一阶段的学习目标时，要以孩子的意见为主。只有这样，孩子才会知道学习是为自己而学，达到什么样的目标都是自己的选择，并要为自己的选择负责。

多用鼓励言语

孩子考试没考好，

父母与其抱怨愤怒，不如处理好自己失望、愤怒的负面情绪，给孩子一个空间，让他学会接受考试带来的结果，然后更努力地面对下一次考试。父母要多对孩子说：“没事，我相信你只要努力学习，下次一定可以考好的”，“我相信你可以成为更好的自

己”等话。

不比人家孩子

父母要尊重每个孩子的独特性，每个孩子都有自己的生命轨迹，因此是无法真正进行对比的。每个孩子生来就是不一样的，都有各自的闪光点。父母要不断寻找孩子身上的闪光

点，支持孩子发展自身特长，培养孩子的自信心。

有时，孩子的成长和进步不能一蹴而就，也不能着急。父母要做的是不给孩子施加压力、戴“紧箍咒”。在这个快节奏、纷杂的世界里，父母要学会改变自己的心态，然后静待花开。



咨询电话：400-1133-118

全托辅导 助力高考

► 适用学生：

冲击更高级别院校的普通考生、已有专业目标校的艺考生、不适应学校大班复习进度的其他考生。

► 核心特点：

把学生所有学习任务全都落实在课堂上，吃透基础改变习惯，落实到位，实现大幅度提升！

► 教学特色：

1.讲练结合 2.单独辅导 3.改错与抽考 4.基础为本



十里堡校区：北京市朝阳区八里庄北里一号院7号楼四层

学习热线：010-85819828

人大校区：北京市海淀区中关村南大街甲10号银海大厦北二层200室

学习热线：010-82514001

远大路校区：北京市海淀区远大路20号宝蓝世纪大厦E座二层

学习热线：010-88408490