

# TA 不起床、TA 大哭大闹、TA 不想走路

## “北比”不讲道理的时候“爸比”怎么才能搞定TA



湖南卫视大型真人秀《爸爸去哪儿》的火热播出,引发众多年轻父母的关注。他们在八卦明星为父酸甜苦辣的同时,也在感叹原来脱去明星的光环,他们也和自己一样不易,尤其是面对节目中5个孩子的各种哭闹、各种不配合时,许多80后父母坦言,束手无策。“如果换成自己,也许还没有他们做得好。”

本周,针对节目中星爸们的各种“搞不定”,我们采访了汇爱教育机构刘芳华老师,希望她的建议可以给年轻父母更多指导。  
郑州晚报记者 吴幸歌

### 难搞镜头三:不愿走路

在节目里,各位星爸还遭遇了一个共同的问题,那就是面对孩子撒娇不肯走路时该怎么办。对此,张亮选择的做法是将儿子直接扛在肩膀上走;郭涛自己在前面跑,让儿子在后面追;一向和气的全能奶爸林志颖先给儿子抛出一个选择题,“那你站在原地等好了”,紧接着又选择转移注意力法,让儿子看蝴蝶,看飞机等,总之坚决不抱。

### 专家建议:主动向孩子示弱,让孩子想办法解决

“刚刚走出家门,孩子就说走不动了,还没有走两步,就拽着父母的腿要求抱。”刘芳华说,生活中,她经常会碰到有这样问题的家长和孩子。有的家长像张亮一样抱起就走,还有的家长像郭涛一样,自己在前面跑,孩子在后面追。事实上,这两种方法都不太可取。

她的建议是,如果孩子要求不强,可以试着给孩子一个期待,如再走多长时间就到了,前面有什么好玩的,好吃的。如果孩子强烈要求要抱,先抱一下也无妨,因为当孩子提出一种需求时,他不仅仅是一种身体上的需求,更是一种心理和精神上的需求,他需要这种身

体上的接触来安抚自我。

简单的抱抱之后,孩子的情绪稳定了,家长可以试着向孩子示弱,如:“妈妈好累啊,走不动了,儿子该怎么办?”让孩子想出一个好的解决办法。有的孩子心疼妈妈,会说“那我下来吧”或者“那我背着你走吧”,问题很快就解决了。

如果孩子想不出好的办法,家长也可以提出自己的建议。如,我们一起赛跑吧,我们一起玩捉迷藏吧。刘芳华说,通常父母向孩子示弱后,孩子都会像大人一样变得很有责任感,积极想出各种各样的办法来,而且在这个过程中还可以培养孩子的责任感,解决问题的方法和能力。

### 难搞镜头一:不愿起床

在《爸爸去哪儿》里,叫孩子起床成为考验星爸星妈的第一课。虽然几个爸妈各显神功,但效果实在一般。李湘的做法是轻轻喊着angela,王诗龄一下子坐了起来,然后说没睡醒就开始哭。田亮的女儿还没清醒过来,他就忙着帮她穿衣服,所以女儿基本跟个八爪鱼一样黏着他。张亮在儿子喝过奶后,直接就抱起来了,但当他去刷牙时,孩子趴在床边又睡了起来。

### 专家建议:轻轻拍一拍孩子,来一段轻音乐

在刘芳华看来,孩子早上不愿起床,大部分和前一天的作息有关。如晚上睡得太晚、白天玩得太累、晚上休息质量不高,因为孩子没有睡醒,所以孩子不想起床。

“大人有时还不想起床,更何况是孩子呢?”刘芳华提醒家长完全没有必要纠结。如果当天没有别的安排,孩子想睡完全可以多睡一会,等孩

子睡醒了再叫他,孩子一天的精神也会比较好。

如果当天有重要的事情,就像节目中安排的那样需要出发,可以试一别的方法。如轻轻地拍一拍孩子、给孩子放一段轻音乐等,让孩子慢慢地从睡意中苏醒过来。等孩子睁开眼睛之后,可以像李湘那样简单地抱一抱,给孩子说说话,告诉

孩子当天的行程是什么,我们要去什么好玩的地方,会遇到哪些好朋友。家长给孩子一种期望,孩子觉得有趣,很快就会打起精神来。

“有些孩子早上不想起床可能和身体原因有关,如头疼、肚子不舒服等,孩子由于年纪小不会表达,或表达不清楚,家长一定要多加留意。”刘芳华提醒道。

### 难搞镜头二:各种哭闹

哭是孩子的天性,在第一期节目里,各位星爸也着实为难了一把。先是节目组要求交玩具、交手机,张亮的儿子天天和林志颖的儿子kimi各种不想交,泪流满面。天天质疑节目组“这是什么破约定啊?”紧接着,当田亮女儿cindy发现农村原来和她想象的不一样时,就开始了漫长的哭泣,并一直吵着要回家,想奶奶之类的。面对女儿的各种哭泣,田亮似乎束手无策,除了简单的语言安慰,“别哭,弟弟妹妹都没哭”,“你是大班的,小班的都没哭”,想不出别的办法。

### 专家建议:先认同想法和情绪,再去安抚和讲道理

如何面对孩子的哭闹,是很多年轻家长每天都要遇到的问题。但无论是什么原因引起的哭闹,刘芳华的建议都是:先认同孩子的想法和情绪,再去安抚和讲道理。

“就像节目中当田亮女儿cindy发现农村原来和她想象的不一样而哭泣时,田亮可以先认可孩子的情绪,告诉女儿:‘我知道你不喜欢这里,你

很难过,你想回家。但是,我们是在上节目,等节目录制完毕,我们很快就可以离开这里,你很快就会回家了。’这样情绪和想法的认同,会比简单的语言安慰‘别哭,弟弟妹妹都没哭’,‘你是大班的,小班的都没哭’好很多。”刘芳华说。

刘芳华告诉我们,在早教中心和幼儿园,她经常会遇到一些得不到满足、不愿意和别

人分享或不想和妈妈分开而引起哭闹的孩子,但只要认同他们的情绪,再加以简单的安慰和讲道理,孩子很快就会停止哭闹,有些孩子还会主动道歉和承认错误。

此外,她建议家长也不妨向林志颖学习一下,试着转移孩子的注意力,只要能引起孩子的好奇心和兴趣点,孩子自然就会从原来的情绪中走出来。

### 难搞镜头四:拒绝合作

在第一期节目的第一天,爸爸们还接到了一个共同的任务,那就是教孩子唱歌。面对孩子的不愿合作,5个爸爸的反应各不相同,当cindy表示不想学时,田亮的做法是随她而去。Kimi不愿唱了,林志颖说你当伴舞好了。当angela表示要先玩小羊时,王岳伦则表示:那中午你就没饭吃了……

### 专家建议:当孩子没有准备好时,不要强迫

在刘芳华看来,孩子的世界是最简单的,也是最单纯的,他们对任何事情的喜怒哀乐都放在脸上,他们会第一时间表达他们的情绪。

因此,当孩子明确表示拒绝合作的时候,家长首先是引导而不是强迫。节目中,王岳伦的做法,虽然赢得女儿angela的配合,但显然是不合适的,因为angela是迫于没饭吃的“威胁”而同意的,而这本身并不是她的本意。相反,张亮一边陪孩子给菜地浇水,一边教儿子唱歌的做法和林志颖自己唱,让儿子当伴舞,退而求其次的做法要好很多。

生活中,很多家长都会遇到孩子拒绝配合的时候,如,不愿和妈妈指定的小朋友玩、不想去陌生的朋友家做客、不愿意别的小朋友动自己的玩具。遇到这种情况,刘芳华的建议是,当孩子还没有准备好的时候,父母千万不要强迫孩子听话,更不要强迫孩子顺从,更不要用“你不听话,我就不要你”,“你不去,从此以后都不带你出门了”之类的语言来威胁孩子。家长要学会引导,尊重孩子的想法,了解和体谅孩子,然后利用自己的智慧找出最好的解决办法,让孩子在愉快的中学会配合,学会合作。