

暗示的力量

◎錢志亮

一般來說，年齡越低，孩子受到心理暗示影響的程度也會越高。積極的暗示讓孩子從中受益，消極的暗示卻讓孩子徒留傷害。

雖然父母絕無傷害孩子的意思，但在養育中，還是會不經意地把那些負面暗示灌輸給孩子，成為孩子一生的魔音。孩子身上的很多問題，有時候就是這樣不斷被父母暗示和強化出來的。

暗示1：因為擔心，常向孩子強調負面結果。

人們都說：“擔心是一種詛咒。”意思就是當父母對孩子充滿負面消極的思想，擔心孩子闖禍、吃虧、受傷，那麼孩子非常有可能如你所擔心的那樣，糟糕的事情接二連三。

相反，當父母對孩子充滿相信並祝福孩子，那麼孩子的行為也會趨於正向和積極。

父母時常對孩子生出很多擔憂，如孩子去幼稚園會不會哭鬧？離開家孩子會不會照顧自己？哪怕當著孩子面，我們也忍不住給孩子一些“好意”的提醒：“杯子拿穩了，不要像上次一樣又弄灑了！”“你小心一點啊，千萬別弄到衣服上。”

然而，父母越是這樣提醒，孩子心裡就會越緊張，最後的結果就如預料的那般。因為這種充滿擔心的語言就是一種暗示，暗示孩子：你可能會招致壞結果。潛移默化地影響孩子對自己的認知。

看到這，有的父母會說：“難道我們就不能提醒孩子注意了嗎？”其實提醒孩子，不一定總是要向孩子表示擔憂，不妨多用一些正面的語言：“捧杯子時走慢點。”“這條路坑坑窪窪，我們放慢速度。”正面的語言，往往帶有明確的指導，這比向孩子強調負面結果要好得多。

暗示2：貼標籤，誇大孩子身上的某一氣質。

孩子基本上都是從父母的言談舉止中得知自己是什麼樣的人，以後能成為什麼樣的人。有的孩子一犯錯，父母就愛給他們貼上各種各樣的標籤：內向、膽小、笨、脾氣壞、悶葫蘆等等。

這些標籤說白了就是以偏概全、以點概面。它在暗示孩子：你天性就是這樣一個人，沒得救了。一位媽媽曾經抱怨道：兒子小時候有段時間比較霸道、執拗，不像其他小孩那樣嘴甜，奶奶常常說他“性格不好”，甚至有時候不依不饒地在客人面前說。幾次之後，兒子不僅僅變得更加沉默，而且越來越固執不聽勸。

當我們只批評孩子的行為時，目的是要他減少此類“行為”，比如上面這個小男孩，我們可以引導孩子分享，培養他的同理心。而當我們說孩子性格有問題，那就意味著他今後無論怎樣做都沒有用了。當孩子出現問題時，比起蓋棺定論的結論，孩子更需要的是你的愛和幫助。

有一個朋友他自己就是一位比較內向的成年人，從小深受“太內向沒出息”這個標籤的影響，他的6歲兒子也可能是隨他，也不如其他孩子活潑，特別是見人就躲在爸爸媽媽背後不出來。

他沒有像其他父母那樣，逼著孩子打招呼，而是根據自己的經驗，教給孩子問好的其他方式，比如微笑、點頭、揮手，他還為孩子買來一些兒童社交類的繪本。

最開始，孩子遇見陌生人還是躲在他身後，他會替孩子解圍道：“孩子第一次來，需要時間適應。”有時候，他會拍拍孩子的頭，介紹來人給孩子認識，孩子雖然沒有開口叫人，卻會害羞的微笑。等人走後，朋友就會鼓勵孩子：這次表現比上次好多了。經過很多次的積極暗示，如今孩子面對陌生人，漸漸不再那麼膽怯，有時候甚至會主動叫叔叔阿姨。

西維亞·洛肯的《性格拼圖》中有句話：“你的性格塑造了你，但沒有鎖定你。”身為父母，我們更不應該用性格標籤“鎖定”孩子不管孩子早期的性格如何、氣質如何，只要正確引導，孩子都能順應自己的特點，發揮出自己的潛能。

