

关注孩子的安全感

汪洁

(宁夏回族自治区中卫市第六小学 宁夏 中卫 755000)

[摘要] 从事小学一二年级教育教学工作十几年,发现了一个奇怪的现象——班里总有那么几个孩子有事没事地喜欢咬手指。经过多年的观察、研究,最终发现这些孩子都是缺乏安全感的孩子。一个人缺乏安全感,心理成长就会停滞。如果老师和家长能早点发现,并及时的给予孩子足够的安全感,那么孩子就能健康地成长了。

[关键词] 咬手指;缺乏安全感;危害及成因;如何建立

从事小学教育教学工作几十年,发现了一个奇怪的现象——班里总有那么几个孩子有事没事地喜欢咬手指。他们中有男孩,有女孩,有时在听课时咬,有时在集会时咬,有时在写作业时有意无意地咬,学习程度也不一,这是怎么回事呢?经过多年的观察、研究,最终发现这些孩子都是缺乏安全感的孩子。

心理学家把安全感称为认得心理免疫系统。研究发现良好的安全感是发展完整人格的基础。有安全感的孩子情绪稳定,性格坚定平和,遇事不会惊慌失措,能较好地融入与同学的交往关系。缺乏安全感的孩子,则表现为情绪波动大、胆小怕事、社会回避、自闭、性格孤僻、承受挫折的能力弱等人格倾向。孩子一旦缺乏安全感,对其的心理发育是非常不利的,如果老师和家长能早点发现,并及时的给予孩子足够的安全感,那么孩子就能健康地成长了。如何及时发现孩子缺乏安全感呢?

1 孩子缺乏安全感的具体表现。

1.1 脾气暴躁,爱闹脾气。有的孩子在和小朋友一起玩的时候,稍有不顺心就和别人打架。很多人觉得这样的孩子不会吃亏,也一定不会缺乏安全感。实际上恰恰相反,脾气暴躁的孩子正是缺乏安全感的孩子,他们因为没有安全感,显得脾气非常暴躁,才用暴力对待他人来保护自己。还有很多孩子因为没有安全感而易闹脾气,可是却往往被家长认为孩子这是在无理取闹。

1.2 特别容易紧张。孩子适当的紧张,确实没必要担心。如果孩子特别容易紧张,一遇到点事就表现的手足无措,不敢抬头,神情不自然,自己的小手还会不停地动或者是拉扯自己的衣角。老师提问时,明明他刚才和同伴们一起已经大声把答案都说出来了,可是只要老师请他单独回答,他马上就脸涨得通红,说话也结结巴巴,声音小得像蚊子,这些都是就是缺乏安全感的表现。

1.3 睡觉不踏实。睡觉是最能看出孩子安全感的时候。有的孩子很难入睡,非要抱着一件东西才能睡觉,而且即便睡着后,也很容易醒。有的孩子睡觉的时候不敢关灯,要么是因为夜晚天黑没有安全感,要么是有分离焦虑症。

2 缺乏安全感的危害。

2.1 男孩缺乏安全感往往形成以下不良性格:1.怕失去,形成讨好型人格。他们经常会考虑别人的感受,没有主见,因为怕别人对自己有什么意见,只想成为别人眼中的自己。2.不善于交际。他们喜欢一个人生活,也很少说话。主动跟他说话的时候,会发现他会以一种防护的眼神去看你。有时候遇到一件事情也无法求别人帮助,自己一个人独立完成。3.形成两种截然不同的性格。内向的孩子,什么事都喜欢憋在心里,一意孤行,不爱与人沟通。外向的孩子就比较独立,好胜心强,总是很想什么都是自己的,绝不会让别人。

2.2 女孩缺乏安全感长大后怎样呢?1.依赖他人,没有自我。她们比较被动,胆小,就算有自己的新点子也不会主动提出来,在遇到困难、不开心的时候会把所有的事情都憋在心中,做出一些出人意料的事情,往往容易出现精神疾病,抑郁症较多。2.外强中干,自卑感强。没有安全感的女生自尊心强,凡事追求完美,实际上内心深处特别自卑、脆弱。有时像只刺猬,扎疼别人也扎疼自己。3.不能控制自己的情绪。没安全感的女孩比较情绪化,

做事容易以偏概全,一竿子打死一船人。

3 孩子缺乏安全感的原因。

一个人的安全感,与生命早期“母体”的关系密切相关,主要与幼年父母对孩子的理解、关爱和保护有关。

原因一:缺乏交流。孩子总是希望能够和自己的爸爸妈妈在一起,但很多时候,家长白天忙于上班,晚上忙于应酬、玩乐。有许多俗称的“假日父母”,平常都将孩子托付给保姆或是长辈照顾,自己则难得与孩子见上一面。由于缺乏最直接的亲子沟通,导致孩子情感的不满足,引发了孩子的不安全感。

原因二:所定目标太远。孩子上小学以后,有了学业的压力和生活自理的琐事,如果父母总是过分的操劳或干预孩子的事情,会对孩子造成不成比例的压力,如果父母给孩子定的目标太过遥远,孩子就会承受更多的压力,进而没有了安全感。

原因三:安全感的本质是害怕。孩子需要的安全感无非就是被保护、被关注、被认可和被爱这些因素。害怕自己被抛弃,害怕自己有危险,害怕自己不值得被满足,害怕自己不能承担面对这个世界。

4 如何建立安全感。

4.1 父母提供充满爱心的、细心的照顾。随着社会生活水平的提高,许多父母虽然说是物质条件上,孩子们并不缺啥,但是,对于孩子,最关键的一环——母爱,却往往不能保证。尽管大量的零食、玩具、漂亮的衣物都被家长用来作为传达或补偿“母爱”的方式,但是,她们恰恰忽视了最重要的一点:来自于母亲无微不至的触觉情感刺激!触觉情感刺激才是孩子安全感满足的基础,才是与孩子进行各种心灵的交流的纽带,才是孩子精神愉悦的先决条件。

4.2 运用正确的教育方式。给孩子树立恰当的规则意识,不要对孩子说“你不听话,我就不喜欢你”之类的话。更不要讽刺、斥责孩子,请用欣赏、鼓励支持的话语代替批评、惩罚。欺骗和吓唬是一个简单有效的方法,可是家长如果经常使用的话,就会给孩子人格的健全发展带来损害,时间长了,父母的威信也会受到影响。不拿孩子和别人比较,要有针对性的夸夸孩子。比如:“看,你的衣服多干净”,“声音真响亮”等,这些都会让孩子的不安全感消除许多。

我们看到身边人格状态平稳、性情温和、自信乐观的人,无一例外都是安全感良好的,而从容、自信、乐观也是一个人快乐的源泉;相反,安全感差的人,对周围的人和事常常充满戒备,不能正确评估自身的价值,一生的精力好像都在寻求外在的认同,因而无法获得真正的快乐,也无法投入地发展自身能力。小时候孩子的安全感很重要,希望父母和老师给孩子多点关心,站在他们的立场上来考虑问题,让他们健康快乐成长,将来做一个自信满满的人。

参考文献

[1] 张秋菊,阳德华.家庭婴幼儿安全感建立思考[J].教育与教学研究,2015,29(04):121-124.

作者简介:汪洁,1971年12月生,女,宁夏中卫人,大学本科学历,一级教师,现任中卫市第六小学教师。