游戏力

替你读完整本书，只留下 7 件非知道不可的事

把书读薄 编

liugeixiang.com

第1节 · 游戏力养育方式的价值

追他三圈 比吼三声管用

> 他不想穿衣服，你追着他跑三圈，他笑着穿了。你吼他三声，他哭着穿了。结果一样，代价不一样。

NOTE

游戏是孩子的语言，是重建联结的桥梁。

第2节 · 加入孩子的世界

坐地上玩五分钟

> 你坐在地板上跟他玩五分钟，比你站在高处喊他五十句都管用。

NOTE

“放下身段”两层含义：身体蹲下来，心态降下来。

第3节 · 建立联结

他惹你烦 最需要你

> 他惹你烦的时候，往往是他最需要你陪的时候。别推开，拉过来。

NOTE

联结是亲子关系的根基，目光、触碰、笑声都是联结。

第4节 · 培养自信

让他摔 你在旁边看着

> 你替他避开所有坑，他就学不会自己爬出来。让他摔，你在旁边看着就行。

NOTE

自信力是挺身而出、冒险、坚持、快乐游戏的能力。

第5节 · 打闹与角色置换

他怕打针 你当医生

> 他怕打针，你让他当医生给你打针。他笑着扎你的时候，怕就少了一半。

NOTE

打闹游戏教孩子控制力量；假想游戏让孩子在安全距离处理恐惧。

第6节 · 给女孩勇气，给男孩关怀

男孩可以哭 女孩可以爬树

男孩也可以哭，女孩也可以爬树。你按性别发剧本，他就只能演你写好的角色。

NOTE

性别刻板印象限制了男孩和女孩的潜能。

第7节 · 跟随孩子与情绪

他说我恨你 你接住

> 他哭着说‘我恨你’，你接住这句话，他就不会把恨憋到二十年后。

NOTE

玩孩子想玩的游戏就是真正的倾听；情绪需要被释放而不是被压制。