做对懒爸妈 养出省心娃

替你读完整本书，只留下 4 件非知道不可的事

沈奕斐 著

liugeixiang.com

第1节 · 懒爸妈不是不管，是不瞎管

纠错还是找优点

> 你天天纠错，他满脑子都是'我哪儿都不行'。你天天找优点，他满脑子都是'我原来这么行'。

NOTE

管得对比管得多重要。瞎管=盯着错误随时纠正；对管=抓住优势定期放大。

第2节 · 优势累积替代错误批评

给优点立碑

> 他今天主动倒了一次垃圾，你说'你真有责任心'——不是骗他，是给他立个碑。他下次还会去倒。

NOTE

把注意力从"改缺点"挪到"放大优点"：具体的欣赏让孩子把偶然行为变成稳定品格。

第3节 · 孩子的课题，还给孩子

课题还给孩子

> 你把他的课题全接了，他只能把人生全躺平。你懒得管的那部分，才是他长本事的那个部分。

NOTE

分清谁的课题：学习是孩子的，焦虑是父母的。越位的爱，养出无力的人。

第4节 · 家庭角色不越位

角色不越位

> 奶奶当妈、妈妈当老师、爸爸当保安——每个人都在别人的岗位上加班，孩子自己的岗位空着。

NOTE

爸妈做爸妈的事，祖辈做祖辈的事，孩子做孩子的事。角色错位是家庭矛盾的总开关。