你就是孩子最好的玩具

替你读完整本书，只留下 4 件非知道不可的事

金伯莉·布雷恩 著

liugeixiang.com

第1节 · 控制型和放任型都是坑

控制放任都是坑

> 你吼'再闹就回家'，是控制；你说'随他去吧'，是放任。孩子两种都学不会'我该怎么办'。

NOTE

控制型（命令威胁）养出要么软弱要么叛逆的孩子；放任型（不管不问）养出没有边界的孩子。第三条路是情感引导。

第2节 · 情感引导四步走

种子提前播

> 你去超市前说好'只买一样零食'，比在货架前跟他battle十分钟，省力十倍。种子要提前播。

NOTE

播下种子（提前说清期待）→ 观察判断 → 聆听接纳 → 引导解决。四个步骤缺一不可。

第3节 · 帮他把感受说出来

帮他把感受说出来

> 他推倒积木大哭，你问'是不是搭不好很着急'。他愣住点头——词找到了，眼泪就退了。

NOTE

孩子情绪上头是因为词穷。你替他把感受命名，他就多一种表达、少一次爆炸。

第4节 · 你也是人，不是完美父母

道歉是最好的示范

> 你吼完他睡前说一句'妈妈今天没忍住，对不起'——这不丢人。他学的情绪课，比任何绘本都真。

NOTE

会犯错、会失控的父母不可怕，可怕的是不肯道歉。修复关系的道歉，本身就是最好的示范。