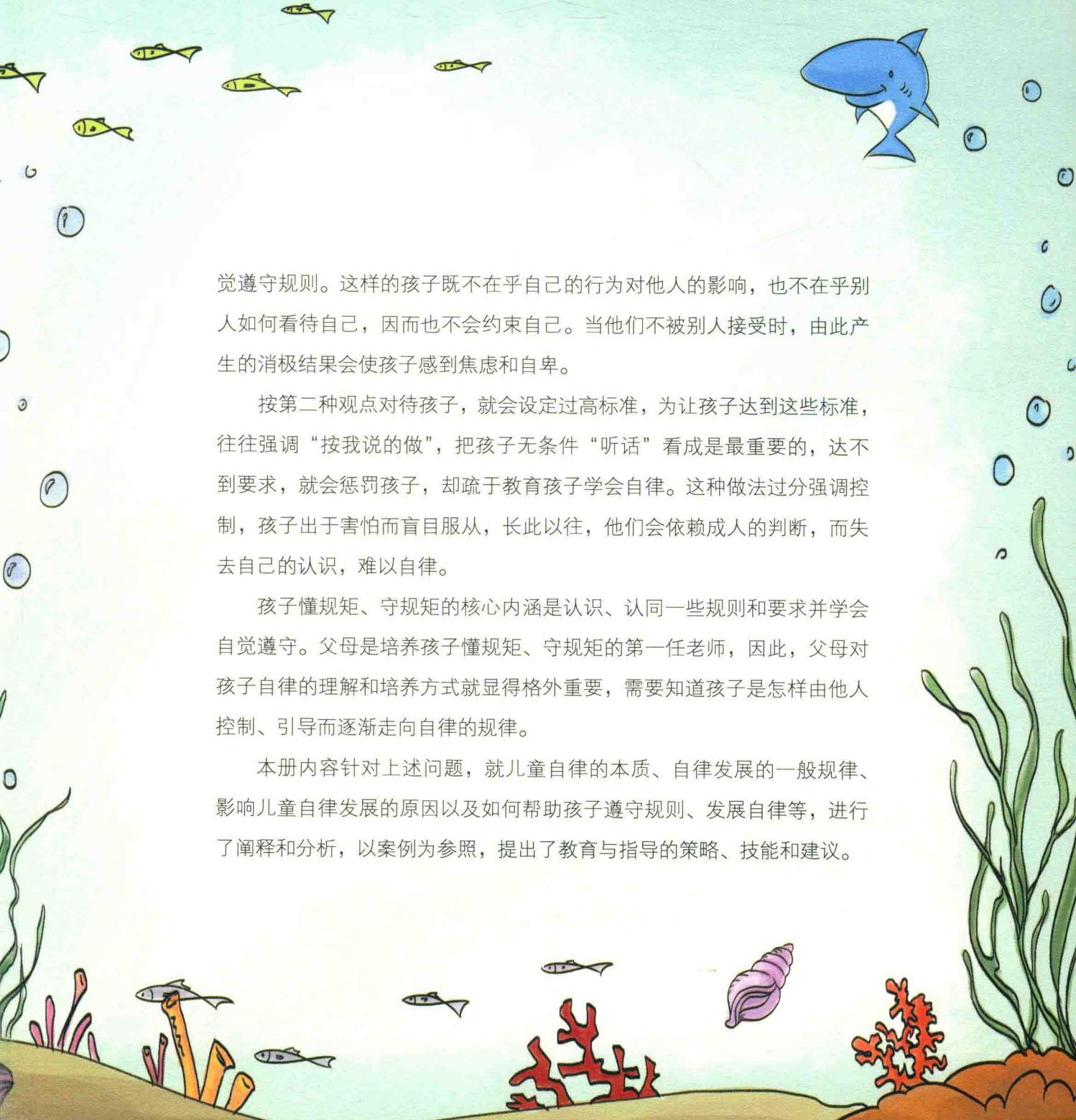


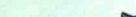
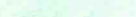


觉遵守规则。这样的孩子既不在乎自己的行为对他人的影响，也不在乎别人如何看待自己，因而也不会约束自己。当他们不被别人接受时，由此产生的消极结果会使孩子感到焦虑和自卑。

按第二种观点对待孩子，就会设定过高标准，为让孩子达到这些标准，往往强调“按我说的做”，把孩子无条件“听话”看成是最重要的，达不到要求，就会惩罚孩子，却疏于教育孩子学会自律。这种做法过分强调控制，孩子出于害怕而盲目服从，长此以往，他们会依赖成人的判断，而失去自己的认识，难以自律。

孩子懂规矩、守规矩的核心内涵是认识、认同一些规则和要求并学会自觉遵守。父母是培养孩子懂规矩、守规矩的第一任老师，因此，父母对孩子自律的理解和培养方式就显得格外重要，需要知道孩子是怎样由他人控制、引导而逐渐走向自律的规律。

本册内容针对上述问题，就儿童自律的本质、自律发展的一般规律、影响儿童自律发展的原因以及如何帮助孩子遵守规则、发展自律等，进行了阐释和分析，以案例为参照，提出了教育与指导的策略、技能和建议。



一、孩子学会“懂规矩”，有一个发展过程



孩子“懂规矩”不是短期内可以形成的，需要在整个儿童期逐步经历一个“由外向内”的发展过程。完成这个过程是复杂的，涉及一系列影响儿童自律发展的重要因素，如情绪、认知能力等对自律的影响。



作为父母需了解，婴儿一出生是谈不上懂规矩的，但学会“懂规矩”是有规律的，孩子随着年龄的增长会经历不同的发展阶段，从由成人控制、监督、要求，逐步走向孩子发自内心地认为应该遵守“规矩”，也就是说，要经历由他律逐步走向自律的过程。父母如果能了解不同阶段的特点，以及影响孩子自律发展的重要因素，就会认识到，孩子学会懂规矩，是一个发展过程，要在不同的阶段采用不同的标准和策略去帮助孩子才会奏效。



1. 儿童自律的发展有哪几个阶段

★ 儿童自律的含义

儿童的自律简单地说就是不依赖别人的控制，自己可以按一定的规则和要求去行动。

儿童自律的形成需要成人的引导、教诲和规则的约束，也就是说，成人要让孩子逐步知道一些要求和规则，如安全、健康、行为礼貌的要求、交通规则等。成人不仅要对孩子提出要求，还要进行指导、监督、控制，使孩子逐步走向自己能判断，能努力约束自己的行为，经历一个渐渐地“由外向内”的发展过程。儿童自律的发展要经历四个阶段，即前道德阶段、遵从阶段、认同阶段和内化阶段。

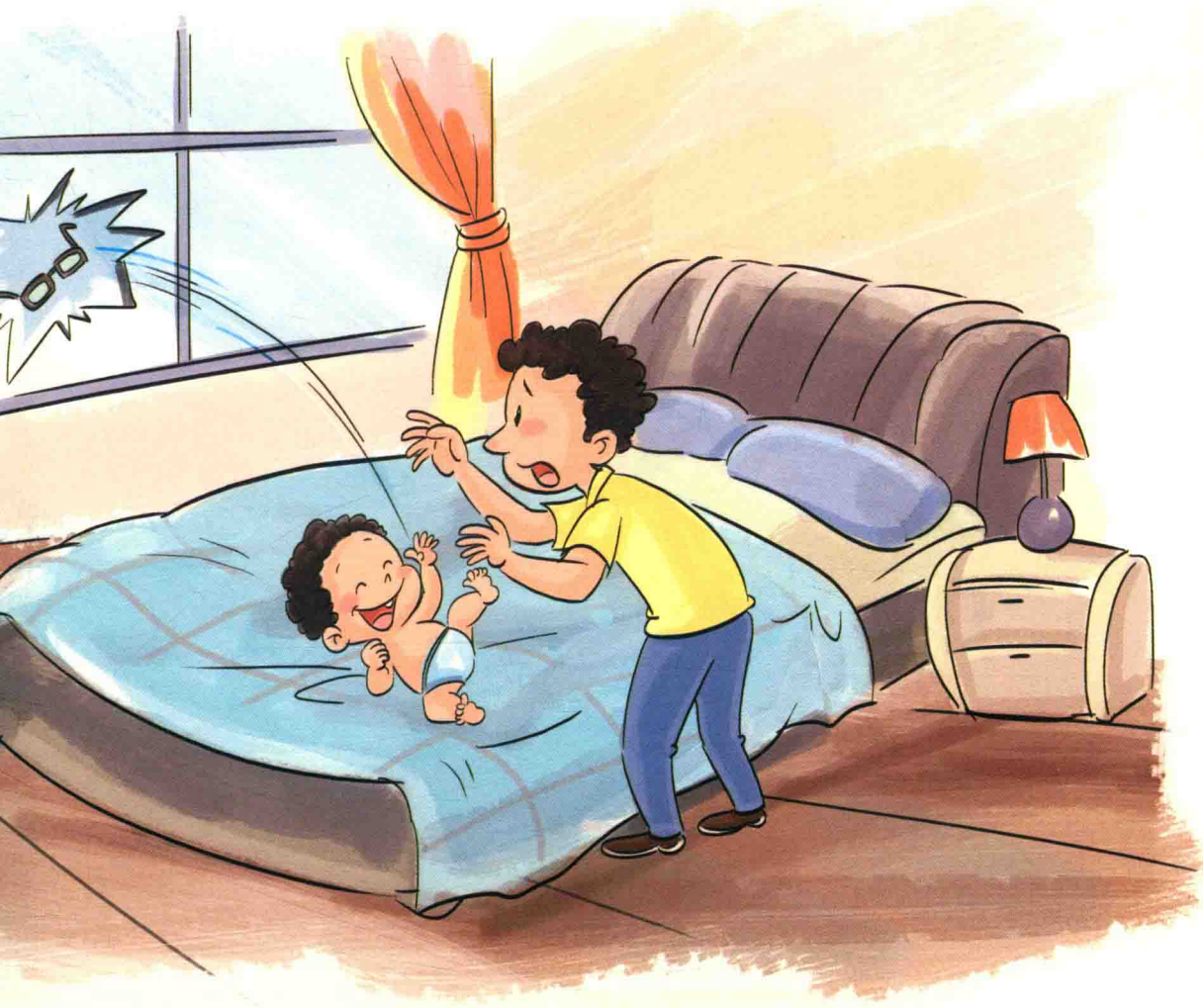


★ 前道德阶段

婴儿是没有是非观念、道德观念的，他们不能理解哪些事可以做，哪些事不能做，处于缺少自我控制的状态。

案例：叮叮9个月了，健康而且精力充沛，他喜欢把爸爸的眼镜抓过来，再扔出去，还高兴得咯咯地笑！



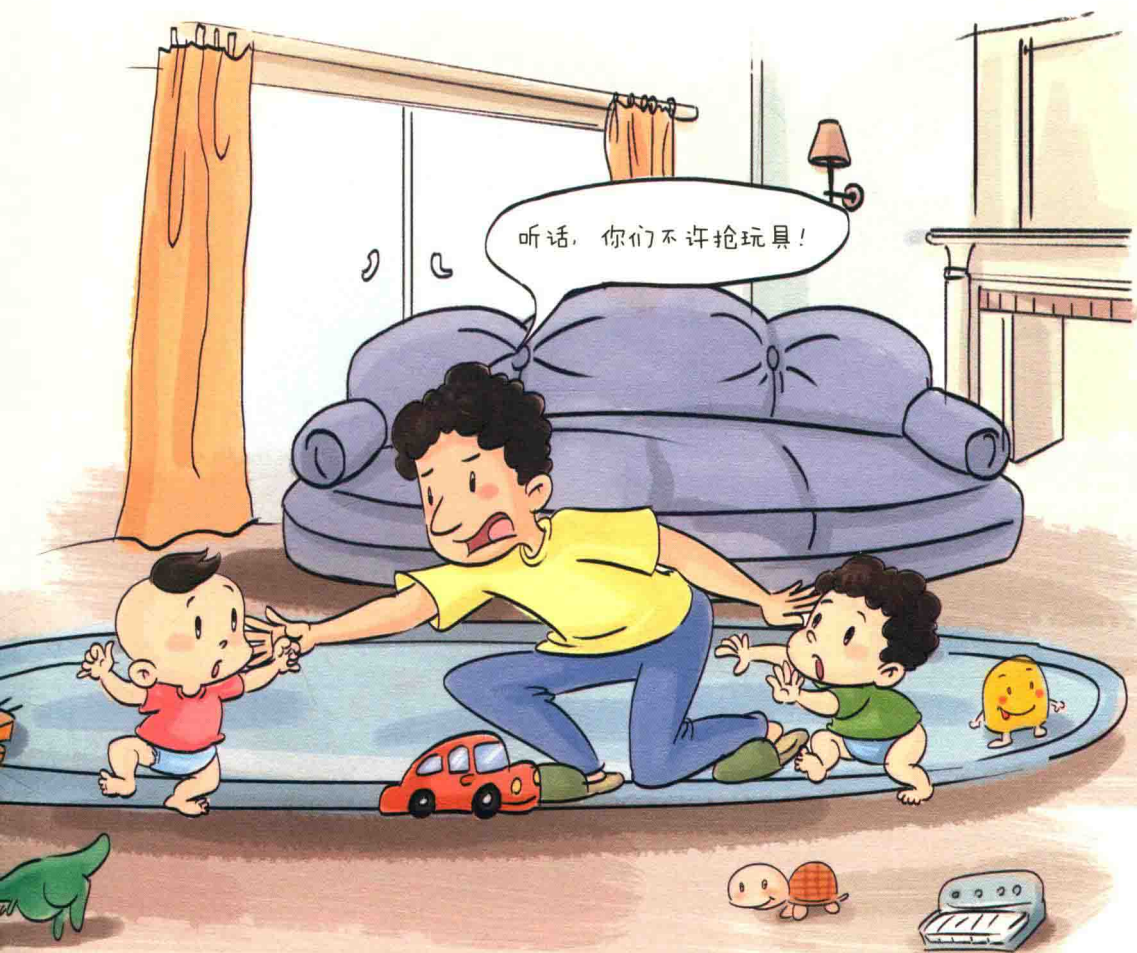


★ 遵从阶段

从学步儿阶段开始，大多数孩子可以在成人的控制下“听话”，心理学称之为“遵从”，这是自律的最初级阶段。导致儿童“遵从”的原因有多种。

· 在成人的控制下表现出遵从

案例：叮叮和小西 2 岁左右时，经常互相推搡、抢玩具，但只要爸爸把他们分开，就各玩各的，不再推搡了。



· 为得到奖励或避免惩罚的遵从

案例：爸爸规定，饭后只要叮叮帮忙擦桌子，就奖励他5毛钱。爸爸不在家时，叮叮想：“我还擦桌子吗？”



案例：妈妈规定，叮叮必须每天早上刷牙，否则就不能看动画片，为了看动画片，叮叮只好天天刷牙。



· 由于敬畏权威人物所表现出的遵从

案例：叮叮很怕爸爸，只要是爸爸提的要求，都会乖乖地去做。妈妈比较温和，所以妈妈的要求经常被叮叮忽略。



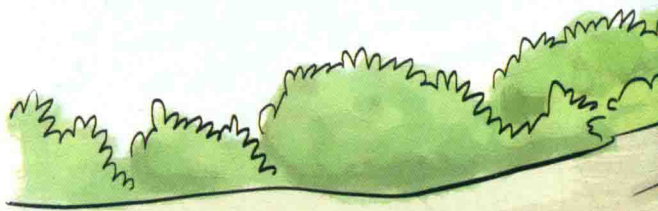
- 提示：**1. 当孩子处于遵从阶段时，他们还没有判断是非的能力，父母对孩子的要求和监督是必要的。
2. 对孩子的奖励要适当，避免孩子依赖奖励而遵守规则，导致难以形成自己判断对错的能力。



★ 认同阶段

当孩子不再是由于简单的奖励或惩罚“听话”，而是想得到崇拜偶像和最亲近的人认可，并模仿他们的行为、态度、价值观时，“认同”就出现了。

被孩子首先认同的人，往往是老师或父母，因为老师作为教育者，在孩子心目中是权威的代表；父母则是与孩子有着深厚情感的人。





· 模仿崇拜的偶像

案例：叮叮的爸爸热爱运动，很注意饮食的热量和营养均衡。叮叮很崇拜爸爸，当香喷喷的红烧肉端上桌时，他并不多吃，还说：“爸爸说不能多吃肉，否则要变成大胖子。”

· 认同崇拜偶像的标准

案例：叮叮非常喜欢幼儿园的张老师，张老师要求小朋友在吃饭时不能砸吧嘴，吃出声音，也不能剩饭。叮叮在家里吃饭时，不仅自己全部吃光，还监督着所有的人不许吃出声。

张老师说饭菜要吃干净，
不能浪费粮食。

