

經常跟孩子說這 10 句話！

養成自信又樂觀的性格，小孩幸福感更加倍

編輯/ Vicky 圖/ shutterstock

你經常跟孩子說的話是什麼？是「等一下！」、「快一點！」，還是「不要！」其實，這些話語不但無助於溝通，更會讓親子關係越來越不好。以下推薦 10 句話語，可以引導出他們的優點與長處，更能幫助他們養成樂觀又自信的個性！



經常跟孩子說這句話 1：你今天過得如何？

記得每天陪孩子聊聊天，尤其第一句話不妨問問，「今天過得如何？有沒有發生什麼有趣的事情？」進而鼓勵孩子表達自己，而且記得不要任意打斷或是責備，這可以幫助你更加了解孩子，同時讓他們習慣與你分享所經歷的一切。這不僅可以促進親子關係，還能避免將來在外發生事情，能夠勇於告知爸媽。

經常跟孩子說這句話 2：很高興你是我的孩子

孩子都是來考驗父母耐性的，雖然我們明白這個道理，但是還是經常會動了脾氣！如果你太過嚴厲以待，孩子可能會覺得你不愛他，所以一定要和緩且溫和地告知他們應該怎麼做並同時一定要明確告訴他們：「我很高興，你是我的小孩。」

經常跟孩子說這句話 3：記得說謝謝

尤其當你請孩子幫忙做事時，一定要記得說謝謝，孩子就會記住這樣的「正面回饋」，也會更願意更主動幫忙。

經常跟孩子說這句話 4：你一定可以

對於孩子來說，很多事情都是陌生的！身為大人千萬不是用言語刺激他，我們應該告訴他，要勇敢克服恐懼，也可以分享自身經驗給孩子聽，教導他從中面對生活中的各種挑戰。

經常跟孩子說這句話 5：你想怎麼做呢？

一旦父母經常替孩子做選擇，孩子長大後只會更加被動、依賴，所以讓孩子思考想要什麼，未來不要害怕拒絕與自己興趣或期望違背的建議。

經常跟孩子說這句話 6：寶貝，對不起

父母做錯事應該要勇於承認，同時也是在教育他們做錯事情時，必須向對方道歉並得到諒解，這樣才能讓他們記取教訓與經驗。

經常跟孩子說這句話 7：我知道，你很難過

千萬不要壓抑孩子的情緒，大人會生氣孩子當然也會！當孩子難過時，爸媽的任務就是教導他們表達情緒，而不傷害他人與自己。

經常跟孩子說這句話 8：我會支持你

當孩子比賽失敗了，父母都應該這麼說：「沒有人一次就會的！」、「沒關係，再試一次！」、「我相信你可以！」讓他們意識到，每個成功的人都是在犯錯中成長，而且不論成功與否，爸媽永遠會陪在他身邊，並且支持他。

經常跟孩子說這句話 9：我以你為榮

「你把衣服摺的真整齊！」、「你這麼快就把玩具收好，好厲害！」雖然只是一些簡短的話語，卻可以瞬間讓孩子感受到你對他的鼓勵，同時增強他的自信心。不過要提醒的是，讚美孩子時，一定要利用明確的事情來讚許他們的努力，讓孩子感到心情愉快，形成一個好的體驗，孩子就會越來越自信與樂觀。

經常跟孩子說這句話 10：寶貝，我愛你

「我愛你」，這 3 個字雖然簡單，但是對孩子來說卻有著魔法般的力量。除了每天多花一點時間陪伴孩子，多遊玩、多擁抱、多聊天外，最重要的就是，記得每天都要對孩子說，「寶貝，我愛你！」。



<https://www.mombaby.com.tw/articles/9929407>

((文章節錄修改自：媽媽寶寶網頁，[掃碼看完整文章](#)↑))

微笑老師♥心發現

師長經常跟孩子說，可引導他們更自信與樂觀，更能表達自己、面對困難挫折。