

## 如何拯救孩子的“拖延症”？

要讓磨蹭  
付出代價

很多家長都很發愁，面對孩子的磨蹭該怎麼辦？真是拿孩子一點辦法都沒有似的，說過很多次依然沒有效果。其實那是你還沒有掌握方法，看看以下這些建議。

## 1、幫孩子認識時間的價值

孩子做事磨蹭很大程度上是因為他還沒有時間觀念。家長要想辦法使孩子認識到時間是世界上最寶貴的財富，可以給孩子講一些古往今來的成功人士十分珍惜時間的故事，還可以在孩子的臥室裏張貼一些名言警句來提醒孩子。

另外，與孩子一起討論磨蹭的害處也必不可少，家長要明確向孩子指出磨蹭是有害終生的壞習慣。

## 2、多一些鼓勵和獎賞

如果父母能經常對孩子說：“你如果再快一點兒就更出色了”，“你現在比過去有進步了”，“你看你做得多快”，“做得真棒，加油啊”，“真好，現在用不著老提醒你”，這些真誠的鼓勵是能夠打動孩子的，孩子為了不讓父母失望，下次做事就會有意識地提醒自己快點兒。

另外，當孩子做事的速度比以前加快時，父母還可以適當地給予一些物質獎勵，比如帶孩子外出遊玩，給孩子買他想要的玩具等等。

## 3、讓磨蹭付出代價

比方說孩子早晨起床後磨磨蹭蹭的，家長不要急，也不要幫他，可以提醒孩子一下“再不快點要遲到了”，如果他依然在那裏磨磨蹭蹭的，不妨任由他去，不必擔心孩子上學會遲到，其實我們恰恰就是要讓孩子親身體驗上學遲到的後果，孩子如果真的遲到了，老

師肯定會詢問他遲到的原因，孩子挨了批評後，就會認識到磨蹭給自己帶來的害處，幾次以後孩子自然就會自己加快速度。

## 4、不能責備打罵

其實，對於孩子做事磨蹭，家長採用發脾氣的辦法是于事無補的，比如有的時候孩子做一件事比較慢，這時如果家長再在一旁火冒三丈，孩子便會越發不知所措，做事的速度反而變得更慢了。

另外，面對家長發脾氣、責備和打罵，孩子的心理感覺一定不好，有時他就有可能採取不理不睬的態度，或者乾脆故意拖延時間來表示對家長的反抗。

## 5、讓孩子覺得“快得值”

孩子只有感覺到做事快對他自己是有好處的，他的動作才能夠“快”得起來。比如做作業磨蹭的問題，許多家長在孩子完成了學習任務之後，經常給孩子增加額外的任務，老師布置的作業做完了，家長的一大堆作業還在那裏等著。孩子心裏很不情願，但是父命難違，于是就想了磨蹭的招數。

這個問題解決的最好方式就是，不要老對孩子層層加碼，要把孩子節約出來的時間還給孩子，在孩子較快完成了任務之後，孩子可以用省下來的時間做一些自己感興趣的事情。

## 6、教會孩子必要的技能

有些孩子做事磨蹭可能是因為他對所做的某件事動作不熟練，沒有掌握操作的技巧，不

知道如何合理安排以提高做事的效率，家長就必須教會他們一些基本的技能，比如怎樣穿衣服才能穿得更快，怎樣洗漱才能不浪費時間，怎樣整理玩具才能取用方便。另外，對於一些手部動作的協調性和靈活性比較差的孩子，家長還應當增加一些有針對性的特殊訓練，以提高孩子的動手能力。

## 7、消除分心因素

比如孩子進餐的時間可能正好是電視裏播放動畫片的時間，於是許多孩子會情不自禁地就邊吃邊看起來了，這樣一來孩子當然會吃得很慢，這時，家長正確的做法應當是關掉電視機，或者把進餐的時間要麼提前要麼推後。

再如在孩子學習時，家長應當盡量給他創造一個較為安靜的、不受干擾的學習環境，這時家長不要上網玩遊戲，不要給朋友打電話嘮嗑，不要不時地去問寒問暖，即使是在做家務也要盡量防止發出很響的聲音。

## 8、拒絕包辦代替

比如孩子早晨起床後磨磨蹭蹭的，家長由于害怕孩子上學遲到而急得不得了，可是孩子卻在一旁依然慢條斯理的，因為孩子心裏明白，自己動作磨蹭一點沒關係，到時候媽媽會來幫我的，反正上學是遲到不了的。所以，要想讓孩子不再磨蹭，父母就必須剔除對他的多余的關愛，讓孩子遠離對父母的依賴，更不能因為看孩子幹得慢就包辦代替。

小孩子總是會有著“拖延症”的現象，其實就是懶，他們可能會慢慢的走路，慢慢的穿衣服，慢慢的吃飯，寫作業拖延，做家務拖延，這些都是孩子拖延症的表現，其實這是病，父母們需要更改孩子的拖延症，讓孩子吃吃“拖延症”的苦頭，才能讓他們學會變得勤快。

## 1、人們總是愛拖延

人們總是會享受于安逸時光，孩子們也是一樣的，他們會變得懶怠，不願意動手，不願意做很多事情，他們更加傾向于賴床，傾向于慢吞吞的吃飯，晃悠悠的走路，所有的時間都在被耗費中，這不僅僅是孩子，父母也會有拖延症，他們也會安于現狀，可能覺得自己的工作足夠家庭支出了，便不會去開拓，不會去做更加遠大的事情，或者是不會想著讓自己的工作更上一層樓。可以說拖延症是人的通病，但是小孩子從小養成拖延症，在以後會非常的麻煩，他們可能會更加容易遭受挫折，蹉跎時光，所以家人們要改正孩子拖延症的毛病，讓他們吃些苦頭，盡早改正拖延症。

## 2、孩子拖延症的現象

在生活中，家長們會經常見到這樣的現象，孩子可能會在洗澡的時候慢慢的洗，一個澡洗上一個小時，即使是在夏天，還有就是孩子在清晨會賴床，不願意早起，即使起來了也會慢吞吞的穿衣服，父母們把早餐都準備好了，甚至是把書包全部整理好了，孩子還沒有穿好衣服，沒有洗漱好，這樣的毛病，會使得早上上學，上班都變得非常匆忙。另外還有的孩子在寫作業的時候會非常的緩慢，他們會摸摸這個摸摸那個，不願意早點把作業完成，這樣的孩子會在功課上較為薄弱，時間久了，甚至在考試的時候也會慢悠悠的，導致功課較差，很多父母會忍受不了這樣的孩子，覺得他們是在太過拖延，這時候，父母們就需要幫助孩子改正這些缺點了，拖延症會影響孩子以後的成就的。

## 3、讓孩子承受拖延症的後果

如果你的孩子慢悠悠的，那麼不妨讓他們嘗試下拖延症的後果，因為孩子需要知道自己的錯誤，這樣才能及時的改正。例如孩子早上慢悠悠的，那麼就讓他們遲到，被老師罰站，孩子拖延著不穿衣服，那麼就讓他們受凍著涼生病，這些都是孩子應該去承受的後果，不這樣的話，孩子們會記不住，也就不知道去改正自己拖延的毛病。

## 保險服務中心

代理多家公司・代尋最佳保費

直撥 314-363-8435 傳真 314-828-4008

2187 Pardoroyal, St. Louis, MO 63131

汽車  
Auto房屋  
House商業  
Commercial健康  
Health人壽  
Life餐館  
Restaurant紅藍卡長者保險  
Medicare奧巴馬醫保  
Obamacare陸勤  
John Lu  
通國、粵、英語

Email: johnlurx@gmail.com

RAYMOND CHANG  
張良睿

Real Estate Professional

cell (314)275-0750

office (314)878-9820

email raymond.chang@cbgundaker.com

web RayMovesMO.com

COLDWELL  
BANKER

GUNDAKER

13718 Olive Boulevard, Chesterfield, MO 63017

★ 房屋買賣

★ 地產投資

★ 外州搬遷

★ 協助蓋新屋



誠信可靠 熱誠服務

卓越的售後服務

致力於為您和您的家人提供

最好的房地產經驗和最高質量服務



www.weichuanusa.com

山東手藝 水餃

內餡鮮美道地・外皮勁道十足

不出門,也能享用相聚一堂的好滋味!



Made in USA

美國農業部駐廠監督製造

Find us on

