



AI制图

分享人:初二学生家长 陈女士 记录整理:婧文

不贴标签、不放弃 我陪“多动”儿子逆袭

我是一名初二学生的妈妈,回想陪伴儿子成长的路,满是坎坷与感动。曾经,儿子因调皮捣蛋频繁被老师投诉,我深陷自责与恐慌,甚至不敢参加家长会;当在医生那里得知儿子有多动症倾向后,我们走上了自救之路。如今,儿子不仅能管理自己的情绪和冲动,还赢得了老师和同学的接纳。这段经历让我明白,孩子的“问题”,或许是成长的特殊馈赠,而家长的接纳与引导,是照亮他们前路的光。

频繁被老师投诉,我和孩子都陷入困境

儿子刚上小学时,我最害怕的就是手机响起,尤其是班主任的语音。那时老师找我,每次都是说儿子在班里的调皮捣蛋:上课传纸条、腿不停晃动、无法专注……最让老师头疼的是爱插话,老师讲课讲到一半,他就突然打断发表自己的想法,让课堂秩序大乱。各科老师都来投诉,班主任更是经常找我去学校谈话。

每次从学校出来,我都觉得抬不起头,心里满是愧疚和自我怀疑:是不是我没把孩子教好?是不是我自己有问题?那段时间,我的生活一团糟。班

主任时不时发来的语音,我连点击播放的勇气都没有,我一看到就浑身发紧、血压升高。我不敢去开家长会,怕被其他家长指指点点,每次都让孩子爸爸去。

在老师的建议下,我带儿子去了医院。医生给了一堆量表,要评估孩子在家和学校的双重表现:爱插话、冲动、坐不定,这些表现其实儿子从小就有,但我从未想过是多动症。当测评报告出来,提示儿子有多动症倾向时,我慌了。医生告诉我,儿子还未发展到多动症,但如果不干预,后果不容乐观。

放下“多动”标签,把家变成练习场

我告诉自己不能倒下,必须靠自己救孩子,也救这个家。我开始疯狂查资料、读多动症相关的书籍,报各种育儿课程,只为找到能帮助儿子的方法。在学习的过程中,我有了一个新的认知:多动症是一种神经发育障碍,并非孩子故意捣蛋。他们的内在藏着一股能量,因为年龄小、前额叶没发育完整,无法很好地掌控。回想我自己小时候,要是有多动症这个标签,我大概率也会被贴上,这让我更能理解儿子了。

我不再用“多动”的标签定义儿子,而是换了一种语气跟他沟通:“宝贝,你体内藏着一股能量,只是你现在还没学会掌控它。妈妈会陪着你,一起把这股能量变成你的利器。你将来一定会很了不起。”我还告诉他,他不是一个人在战斗,

爸爸、姐姐和我都会陪着他。这些话仿佛有魔力,慢慢驱散了儿子眼里的怯懦。

儿子爱插话,我知道在学校没法时刻提醒他,于是决定从家庭沟通入手,帮他练习掌控冲动。每当他插话时,我不会指责他,而是温柔地提醒:“停一停,先等姐姐、爸爸、妈妈把话说完再讲,好吗?如果实在忍不住,就用手抓抓裤子。”在一次又一次的练习中,儿子慢慢学会了等待。我还会跟他说:“你看,这样姐姐更愿意跟你聊天、陪你玩了吧?”儿子很喜欢姐姐,这成了他改变的巨大动力。久而久之,他插话的次数越来越少,到了学校,竟然也能忍住不打破老师讲课了。我终于明白,育儿的核心理念不是指责孩子的问题,而是教会他们如何管理自己的情绪和冲动。

家校配合,把孩子的能量变成优势

儿子的改变让我更有信心,我主动找老师沟通,跟老师说明情况并承诺:“孩子学习上的问题我们会全权负责,只要他不影响课堂纪律就行。如果他上课实在坐不住,能不能允许他看课外书?”老师见我态度诚恳,又愿意承担责任,便同意了。

儿子上小学三年级时,有一次,班主任找我谈话,说孩子语文只考了65分,这个阶段很重要,如果不想办法改变的话,后续会越来越跟不上。我当即跟班主任说:“我们会尽全力帮他赶上来。”

回家后,我首先安慰儿子,让他不要因为65分就否定自己。之后,我们陪着他配合学校一点点补知识。儿子精力旺盛,午休时根本睡不着。我又想到一个办法,跟老师沟通后,给儿子准备了他喜欢的课外书,让他睡不着时就看书,不要影响其他同学。这个

办法既改善了班级纪律,又培养了儿子爱阅读的习惯。那段时间,他读了大量书籍,知识面越来越广。

慢慢地,老师对儿子的看法也变了。五六年级时,儿子的语文成绩从65分提升到了80多分,老师再也不找我投诉了,反而经常夸他。临毕业时,班主任给我打电话,欣慰地说:“你家儿子真不错,读了那么多书,说话一套一套的,而且从来都不生气,批评完没多久就会主动跟老师打招呼,特别可爱,我越来越喜欢他了。”听到这些话,我热泪盈眶,所有的付出都值得了。

如今儿子已是一名初二学生,虽然刚升中学时也存在适应问题,但我用同样的方法引导他,他很快就融入了新的学习环境。现在的他,已经能很好地掌控自身的能量,成为了一名阳光、自信的少年。

注:本文为个人经验分享,不可替代专业诊疗。多动症的干预方案请听从专业人士的具体指导。

小编轻聊

用接纳与陪伴 改写孩子的成长轨迹

陈女士的育儿故事,道破了不少家庭的育儿困局——孩子一出现“不一样”的表现,我们就急着给他们贴标签,同时陷入自责内耗。

育儿的核心理念从不是“修正”孩子,而是接纳他们的与众不同。陈女士的可贵之处,在于她放下了标签,把家变成了孩子练习成长的“安全区”,用温柔的引导代替指责,用耐心的陪伴化解焦虑。更关键的是,她主动搭起家校沟通的桥梁,不推诿责任、不放弃希望。

别让标签困住孩子的未来,也别让焦虑蒙蔽家长的双眸。多一份接纳,少一份评判,每个孩子都能在爱里绽放独属于自己的光芒。

走心回音

@小太阳:看哭了!“老师发语音不敢点”那段太真实了。我家娃也总被老师找,我天天焦虑到失眠。陈女士的自救之路给了我希望!

@琦宝妈妈:不给孩子贴标签太重要了!我小时候就被贴过“调皮鬼”的标签,自卑了好多年,至今都有心理阴影。

@上善若水:家校配合才是关键!这位班主任愿意配合家长提供个性化帮助,真的很难得。

@华华:我家娃也爱插话,明天就从家庭沟通开始练。

@燕子:从自我怀疑到坚定自信,家长的状态真的会影响孩子。

@大鹏展翅:育儿路上没有标准答案,不放弃、找对路,孩子就能发光。