



我的教养方式属于哪一种？

教养方式指的是父母对孩子所表现出的态度和行为，对孩子的情绪发展、社会性以及认知能力都有着重要影响。积极的教养方式有助于孩子形成健康的观点和良好的人际关系，而消极的态度则可能对孩子的成长造成不利影响。因此，了解自己的教养方式类型并寻找改善方法非常重要。请参考以下内容，共同为孩子创造更好的成长环境

我是哪一种类型的父母？

溺爱型

“孩子想要的我都会满足。什么都想给孩子，这不就是作为父母对孩子的心意吗？”

- 父母对孩子充满爱，也愿意积极回应孩子的需求，但在管教上缺乏明确的界限与约束
- 这样的孩子往往自信心较强
- 但也可能因为缺乏规则意识而变得任性、我行我素

放任型

“因为工作太忙，平时顾不上孩子，所以有时都不知道应该怎么陪他们玩。”

- 父母对孩子缺乏关爱，态度比较冷漠，也缺乏必要的管教
- 这样的孩子往往缺乏独立性，过于依赖他人
- 自我控制能力也比较弱

严厉型

“孩子不听话或者闹脾气时，适当惩罚一下不是应该的吗？”

- 这类父母对孩子要求严格、控制较多，但往往缺乏解释，倾向于通过惩罚来管教
- 在这样的环境中成长的孩子，可能社交能力较弱，容易依赖父母，或表现出叛逆的性格
- 他们在人际关系中也可能遇到更多困难

民主型

“我会向孩子说明遵守约定的重要性，让他们学会遵守规则，同时也会给予关爱和称赞”

- 这样的父母既有爱心，又善于倾听和回应孩子的需要，同时在教育中保持一致性与合理的原则
- 在这样的家庭中成长的孩子，通常责任感强，社交能力好，也更有自信

我应该用怎样的教养态度呢？

在了解自己的教养类型之后，不妨从对孩子发展有帮助的方向出发，选择几项自己能够做到的改变，慢慢开始实践。

溺爱型态度

设定行为界限 提出行为准则

对不当行为保持一致反应，让孩子明白规则的重要性。只有当父母态度一致时，孩子才不会去挑战权威。

制定家庭规则 执行规则

明确的规则能帮助孩子培养独立性，也能让他们清楚地知道自己该做什么、不该做什么

放任型态度

与孩子沟通 与孩子沟通

孩子通过与父母的沟通，不仅学习语言表达，还会学会如何与他人相处、表达和调节情绪。

玩耍、互动 陪孩子玩耍

玩耍是孩子释放压力、学习新事物的重要机会。通过游戏，孩子能在快乐中学习和成长

严厉型态度

采取积极的教育方式 称赞孩子正确的行为

当孩子表现出良好行为时，父母应多给予表扬。体罚不仅会影响孩子的情绪发展，还会破坏亲子关系，让他们的行为问题更加严重

禁止体罚

尊重孩子的权利 给予孩子选择的机会

让孩子在可以选择的事情上拥有决定权。通过自主选择的过程，他们能学会承担责任，并建立积极的自我认知 当孩子提前知道每天的计划时，会感到更安心、有安全感，也能提前调整自己的行为

告知日程安排