

亲子关系是 最好的补习班

丁世洪



人生的第一所学校是家庭,父母是孩子的第一任“老师”。好的亲子关系是双赢的。当父母与孩子都以最佳的生命状态相互对待时,双方都能真切感受到生活的幸福。相反,坏的亲子关系则如同“互掐”,呈现出“母不慈,子不孝,家庭一味鸡飞狗跳”的混乱场景。如何将“互掐”变为“共赢”?答案就藏在日常沟通的细节中。

●多讲爱,少冷落

家是充满爱的地方。然而,现实中部分家庭却面临情感匮乏的困境,致使家中爱意缺失。家人之间关系冷漠,彼此仿若陌生人,或是相互抱怨,鲜有关心之举,缺乏真诚的沟通与家常的交流。

还有部分父母过度关注孩子行为的对错,却忽视了孩子的情感需求。他们对听话的孩子宠爱有加,对调皮的孩子则多有排斥,“不许坏”“必须好”的严苛要求,让孩子倍感压抑。当孩子试图冲破这无形的“牢笼”,挑战既定秩序时,父母往往以大道理相压,甚至搬出“你是我生的、我养的,就必须听我的”之类的话,让孩子不知道如何辩驳。如此一来,在家庭中,情绪感受被置于道理是非之后,理性思考与感性表达严重失衡,不仅难以维系和谐的家庭关系,对孩子的社会性发展也极为不利。

小学三年级学生小宇数学考试考砸了,考了62分,攥着试卷忐忑回家。

母亲接过试卷第一句话:“怎么又没上80?你看邻居家的小薇都考95分。”小宇低声说:“有几道题没看懂……”话未说完,父亲插话:“没看懂就是上课没认真听,哪来那么多借口……”小宇欲解释近期课堂上跟不上节奏,父亲直接打断:“少找理由,今晚把错题重做三遍,以后每天加练20道题。”

整个过程中,父母未关注小宇的焦虑情绪,未关注其畏难心理,全程围绕分数讲道理,忽视孩子的情感需求。后续观察发现,小宇逐渐回避与父母交流学习问题,课堂积极性也有下降。

●多倾听,少说教

在现实生活里,不少父母习惯在孩子面前滔滔不绝,觉得说个不停便能教化孩子。实则这更多是父母的自我安慰。

父母首先要允许孩子拥有自身感受,既不代劳解决问题,也不强行解救,更别妄图劝说孩子摒弃感受。接着,不妨引导孩子参与头脑风暴,一同想出解决办法,并挑选出最有效的方法。随后,父母只需认可孩子的感受,闭上嘴巴,让孩子自我修复。实际上,父母惯用的吼叫、说教等方式,不仅于事无补,反而会使孩子陷入恐惧、焦虑和紧张,徒增

心理负担。

睿智的父母会运用接纳、理解、支持等方式,以问句表达好奇,以陈述句表达同情,以感叹句抒发感慨,有效刺激并训练孩子,给予他们积极的情感支持,增进亲子关系,提升孩子情绪与行为的自控能力。

当小宇拿着试卷回家,眼眶红红的。妈妈接过试卷,先轻轻抱了抱他:“考砸了心里肯定不好受吧,妈妈小时候也有过这样的经历。”没有急着说教或追问错题,而是等小宇情绪缓和一些后,提议道:“我们一起看看哪里出了问题,你觉得下次怎么能做得更好呢?”小宇慢慢开口:“计算总出错,应用题也没看懂。”妈妈点点头:“那我们想想办法,比如每天练10分钟口算,遇到不懂的题及时问老师,怎么样?”小宇想了想,又补充:“我还可以用彩色笔标出题里的关键数字。”两人商量后选出每天练口算和错题整理这两个办法。

妈妈笑着说:“这些主意很不错,妈妈相信你能做到。”便不再多言。

●多鼓励,少指责

当孩子犯错,部分父母常采用指责、精神歧视、语言暴力,甚至棍棒相加等不当教育方式。这种做法会给孩子带来诸多不良影响:

其一,孩子易将这些负面评价内化,产生自我否定,觉得自己糟糕、无能,严重伤害自尊心,摧毁自我价值感。其二,若每次犯错都遭严厉惩罚,孩子心中会形成“犯错很可怕”的观念,致使他们不敢尝试新事物,畏惧冒险。其三,有些孩子为逃避惩罚选择掩盖错误,难以养成诚实面对错误的品质,进而可能引发更严重的问题。

犯错乃人生常态,无人能避免。面对孩子的错误,父母应合理接纳,将重点置于从错误中学习,专注寻找解决方案,而非惩罚错误行为。待双方冷静后,借助启发式问题,引导孩子探究错误产生的原因,造成的后果,思考从中的收获及今后的做法。

教育的本质是唤醒,而非灌输。当父母放下“教师”的角色,以朋友的身份倾听,以伙伴的姿态鼓励,亲子关系往往便能成为孩子成长路上最温暖的“补习班”。

而这,正是学校教育无法替代的力量。

融入情境 快乐阅读

5月6日,柯城区教工幼儿园的小朋友刚过完假期便又进入了他们的阅读世界。老师通过实物演示、音乐感染等,创造了一个别样的学习氛围,让孩子们走进一个快乐的阅读世界。

通讯员 吴铁鸣 夏丁航 摄



教师手记



把儿童世界 还给学生

朱东亮

足球比赛结束后,一位班主任牵着一个学生往教室走。学生一边哭,一边发脾气。作为校长,我担心这状态回教室会影响其他学生,于是想让这个学生先在操场冷静冷静。

我陪着这个学生,顺便用手机拍摄校园景色,想让学生感觉我的注意力不全在他身上,给他营造一个相对宽松的发泄环境。

“傻子。”学生嘟囔着。

“你说我是傻子吗?”

“不是。”学生终于有了回应,这是好事。

“那谁是傻子?”

“不用你管。”

“我当然要管,你有什么委屈可以告诉我。”

“就不用你管。”

我心想,这下是碰到硬茬了,试试从这次的足球比赛切入:“刚才比赛上场了吗?”

“没有,可我以前在培训班学过。”

“既然学过,就应该知道在足球场上控制不住情绪会怎样。”

“不知道,教练没教过。”

“如果情绪不能自控造成犯规,会被红牌罚下,这样你们班的球队就会少一个人。有些足球运动员就是因为情绪出了问题,作出过激的举动而被罚下场,最终使自己的队输掉了比赛。严重犯规的还要被罚款和停赛呢。”

他若有所思:“我就是很暴躁。”

“嗯,说明你对自己有清醒的认识。能解释一下刚才发生的事情吗?”

他慢慢打开了话匣子,原来是和班里同学在玩耍时发生了矛盾。我建议他先回去上课,下课后再约那个同学沟通。他同意了。

我想起省特级教师俞正强的一次演讲,大意是:现在学生心理问题的背后是“儿童世界”的缺失。学生整天生活在家长和教师的“成人世界”中,不能锻炼自己处理问题的能力,总是在我们成年人的指导下做着“正确的事”,缺少了“犯错误”的机会。

“让学生在自己的世界里去解决自己的事。”我的脑海里冒出了这个想法。

我想让两个当事学生自己尝试着沟通解决。在一间空教室,我们特意让他们并排坐在一起——避免面对面产生的对立感。没想到,一个学生却把椅子拉远了。

“你怕见我吗?”刚才那个情绪激动的学生说。

“我怕你打我。”

我心中一喜:双方愿意开口说话就好。

在班主任的耐心调解下,我大致弄清了事情的原委:两人玩耍时,那个学生误以为对方把草丛中的狗屎涂到他身上。

按照约定,只要他们自己能沟通,我们教师就秉持不干涉、不追问的原则离开现场。

过了一会儿,他们出来了。我用手机拍下学生此时的表情——微笑中带着轻松。他们告诉我们,矛盾解决了。

直到现在,我都没有去询问两个学生是怎么解决矛盾的,就让他们在自己的“儿童世界”里吧。

经此一事,那个学生进步还是比较明显的,发脾气的次数减少了,程度也有所降低。一次校园偶遇,他还主动和我打招呼,看到他松弛的状态,我感到很欣慰。

学生在交往中难免会有误会,教师习惯当“包青天”,用成年人的方式强迫他们握手言和。学生那句“不用你管”时常萦绕在我耳边,或许,学生说得对——我们可能管得太多了。