

# 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。

## 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。

“让学生在自我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从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。

## 融入情境 快乐阅读

5月6日,柯城区教工幼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

