

家庭是人生第一所学校,帮孩子扣好人生第一粒扣子



爱的尺度

■ 宜宾市教工幼儿园 张洁

我所带班级中有这样两个孩子:一个属于“以自我为中心”类型,一个属于“生活自理能力较差”类型,综合分析这两种孩子,主要由于错误的家庭教育方式导致孩子养成了不良的生活习惯、行为习惯。作为教师,需要针对孩子存在的问题,对孩子进行教育,同时,要跟家长沟通,更好地帮助幼儿改正不良习惯。

家校合力,树立正确育人观

随着经济的发展,如今大部分家庭物质生活条件较好,对孩子的生活和教育也十分重视。家长总想把最好的都给孩子,但在这种情况下,很容易出现过度的溺爱孩子的极端行为,始终将孩子保护在自己的羽翼之下,不让孩子受到一点困难和挑战,完全以孩子为中心。

我的班上就有这样一个孩子,自己喜欢的东西一定要抢过来玩,经常和其他小朋友抢玩具。一次,因为和其他小朋友抢积木,直接咬了另外一个孩子。还有一次,因为抢凳子,导致小朋友摔倒。孩子说:“我喜欢这个凳子,我想要它。”我告知他:“每个小朋友都有自己的凳子,你喜欢其他小朋友的凳子,可以跟小朋友沟通,问问看能不能用自己的凳子和他交换,如果可以,你们相互交换凳子,如果不行,你应该尊重别人,用自己的凳子。”可孩子还是坚持自己的意见,认为自己喜欢的东西就一定要拿到手。

此时,我意识到这个孩子在教育中存在的问题,他的物品归属概念不清,经过思考和分析,我认为可能是家庭教育出现了问题。家长对孩子过于溺爱,导致孩子养成以自我为中心的性格,这样并不利于孩子成长。我在对孩子进行教育,告诉孩子什么是分寸感,让他知道事情是需要靠协商来解决的,而非一味地强势抢夺。之后,我联系了家长,告诉家长,过度溺爱不利于孩子良好性格和行为习惯养成,帮助家长树立起正确的教育观,

知识培训,提高幼儿独立能力

在幼儿阶段,多数家长认为孩子年龄过小,便忽视了对幼儿独立能力的培养,导致很多幼儿独立能力较差,过分依赖家长。从小进行独立能力的培养,有助于幼儿全面健康地成长,能够帮助他们更好地适应今后的生活。

我的班里有这样一个孩子,已经上中班了,还不会自己上厕所,经常因为不会脱裤子和提裤子不敢去上厕所,常常尿裤子。为了改善这种情况,我走进了孩子家中,开展家访。我跟家长聊了聊孩子在幼儿园的具体情况,并了解了孩子在家的情况。通过沟通,我发现孩子父母工作较忙,平时是奶奶带的,奶奶为预防孩子尿裤子,长期帮助孩子脱裤子、提裤子等,孩子形成了习惯,每次上厕所都要大人帮忙。大人为了省事权代劳,导致孩子已经5岁了,生活自理能力还比较差。

为了让更多的家长重视孩子自理能力的培养,我组织了一次家长会,让家长观看关于幼儿独立教育的影片。影片中展示了各种因为独立能力较差导致的生活自理能力问题,让家长们意识到培养幼儿独立能力的重要性。我还在幼儿与家长之间开展了角色互换活动,使家长切身感受到环境对一个人的影响多么重要,并且通过相关案例,使家长明白家庭环境营造的重要性,通过多层次教育,帮助家长树立正确的教育观。

变化是可喜的。通过活动,家访以及跟家长的多次沟通,给家长渗透了正确的教育观,让家长明白了“过度溺爱”是对孩子的另一种伤害,他们开始改变教育思维,懂得了教会孩子沟通能力、生活能力能够让孩子更好地融入到集体生活中。幼儿的问题和行为也得到了矫正,案例中的两个孩子如今已经掌握了基础的沟通交流能力和生活技巧,第一个孩子争抢玩具的次数逐渐减少,第二个孩子也慢慢学会了自己上厕所。

教育是长期的过程,作为幼儿教师,应该善于观察孩子的点点滴滴,并在点滴生活中寻找教育契机。同时,要了解孩子的家庭教育情况,及时和家长沟通,协助家长掌握正确的教育方式,提升教育质量。

家校携手,破解“开学综合症”

■ 本报记者 马晓冰

调节情绪 帮孩子消除“开学恐惧”

“新学期刚开始时,作为一名心理教师,我最明显的感受是,来咨询的孩子数量增加了很多。”花都小学专职心理教师丁娜举例,有一些孩子会在校门口哭,迟迟不愿意进学校;有的孩子会说自己身体不舒服,找各种借口迫切想回家;还有些孩子会直言作业没写完,格外抗拒假期的结束及新学期的到来。

当孩子出现“开学综合症”,就说明学校和家庭要开启“开学抚慰期”了。花都小学班主任、语文教师卢诗雨表示,消除孩子对开学的抵触情绪,要先从心理方面进行疏导。对于“作业完成情况”的担心,需要家长提前去检查和指导,避免出现因欠了作业的“债”而不敢上学的情形。

除了假期作业,开学对于孩子而言,更大的挑战在于状态的转变,从自由、舒适的假期时光,切换到规律、充实的校园生活,每个人与生俱来的“惰性”更是一只“拦路虎”。对此,四川省教育科学研究院中小学德育、家庭

教育教研员马云飞指出,在生活状态的切换上,成人尚会出现一定的畏难情绪,孩子想退缩、有懈怠是正常现象。家长需要接受孩子当下的状态,才能帮助他,和他一起找到更好的状态。

“孩子在开学阶段出现‘不适应’是很普遍的,只有很少的一部分孩子能够做到在家里和在学校完全一样,大部分孩子只能做到间歇性地自律。”马云飞就客观情况进行分析,孩子不能做到“持续性自律”并不代表一种失败,家长也不必过于焦虑和纠结。不断地“唠叨”孩子,向他们输出指示和要求,是孩子最厌恶的行为,不利于他们情绪状态的调整。

“学校在这个阶段也可以多给学生设计一些互动性的课程活动,让他们有一种‘学校比家里有意思’的感觉,慢慢地,他们就会淡化状态转变的不适,把关注点更多投入在趣味性的探究中。这就考验老师寓教于乐的课程设计能力了。”马云飞说。

共创氛围 唤起孩子的“开学向往”

“营造向往校园生活的氛围,需要家长和老师的主动引导。”马云飞认为,孩子是学习的主体,但他也离不开正确的引导和正向的鼓励,在好的环境创设下,孩子往往能够更主动、更快速地投入到新学期的学习生活中。

“孩子刚上小学一年级,很多事情都是第一次遇到,我们在家中采取了一些措施,帮助他更好地适应新学期的生活。”花都小学家长代表涂灵分享了她的经验,“我会和孩子说,你们班老师可能会很想念你哦,老师布置的任务你有好好完成吗?见到老师,你有没有什么想说的话……这些情境的预设也是给孩子的‘预警’,让他有个心理准备的同时,想想自己有没有任务还没有完成。”

这样的方法也得到了老师和专家的认可,马云飞表示:“勾起孩子在学校平常的、美好的回忆,家长可以在聊天中间问孩子,喜欢哪些同学、爱上哪个老师的课、最爱吃中。学校食堂的哪个菜等等,让这些美好的回忆成为孩子的念想。心中

有向往,孩子自然会主动想要迎接开学。”

关于开学前要做的铺垫,马云飞认为,不仅要“说”,还得要“做”。临近开学时,家长可以带着孩子一起去准备新学期的文具;可以提前几天,带孩子在校门口转转,让孩子和阔别已久的校园打招呼;也可以在家做学校日程、环境的复刻,帮助孩子提前融入“开学氛围”中。

“家庭教育中,有一点我觉得至关重要,那就是鼓励和爱的输出。”涂灵说,在运用各种小妙招激励孩子的基础上,她会在家中给孩子准备很多小星星、小桃心形状的贴纸,日常生活中奖励给孩子。在孩子需要的时候随时为他送上拥抱,不管遇到什么问题,爸爸妈妈都和孩子一起用爱的方式来解决。

“爸爸多陪伴,妈妈好情绪,真正走进孩子的内心,营造一个充满巧思与爱的氛围,孩子才能健康快乐地成长,所谓的开学困难也自然能迎刃而解。”成都市温江区花都小学德育副校长范泽洪说。

问答时间

现场,来自温江区各小学的部分家长也提出了他们当下在教育孩子的过程中最关心的问题,专家、老师们——就这些问题作出了解答。

Q:孩子学习能力的提升应该聚焦哪些方面?

马云飞:在学习过程中孩子的学习管理能力很重要,它涵盖了学习能力的各个方面。

家长要帮助孩子树立目标意识,不是说让孩子立志要做宇航员、科学家,而是要让他们明白,成为那样的人需要哪些素养、知识、能力,需要进入怎样的状态。学习管理能力就要求孩子自己能够把大的目标层层剥开细化到每天的小目标、每一个小计划上。

有计划,接下来就是执行,促进行动的最好方法是用执行后的反馈来反向促进下一次执行的发生,做好这个过程其实也是完成适应的过程、学习的过程。

Q:如何帮助孩子做好心理调适?

丁娜:心理问题主要是情绪问题,需要家长关注到如何去调节孩子的情绪状态。只有先把孩子的情绪稳定下来,再去谈道理、谈学习、谈思考才有意义。

孩子大哭大闹时是无法思考的,家长可以先抚摸孩子,等孩子情绪平复下来后,再让他尝试着说出自己困扰的问题是什么?想怎么做?如果他说不出来,可以用写下来的方式,总之,要积极引导孩子去思考解决问题的办法。

保持运动的好习惯和积极的心理暗示也很重要。保证每天

30—60分钟的运动时间,是一个健身又悦心的过程。给孩子正向期待,孩子也会朝着更好的未来迈进。

家长还需要降低预期。只有家长先降低预期,才能看到孩子身上好的变化,才能不因为孩子偶尔打破一些预期而焦虑、发火,从而有一个更温和的家庭环境。

Q:孩子做作业总是难专注,怎样提升孩子的专注力?

马云飞:第一,不能随便打断孩子,只要孩子在做有益的事情,家长要尽可能不去打断。第二,加强生活化的学习,比如亲子阅读、相互讨论,这也是培养孩子专注力的一种方式。第三,提供好的环境,不要在孩子学习时进行干扰,要尽可能地营造一个适合学习的氛围。第四,通过游戏的方式来培养孩子的专注力,比如需要静下心来思考的棋类游戏、益智游戏。第五,孩子在做事情时,家长需要引导他一次做一件事情,并以身作则,多任务并行处理,往往一件事也做不好。

Q:高年级孩子即将进入青春期、叛逆期,家长应该怎样跟孩子建立信任,帮助他们更好地适应青春期?

丁娜:家长要做的首先是保持界限感。接受孩子、不冒犯孩子、尊重孩子的隐私与个人空

间。其次,每一个孩子都期待被理解,他期待的是,当他能够毫无顾忌地把所有想法说出来时,能够得到爸爸妈妈的理解,爸爸妈妈能够耐心地听,能够共情他的感受,并且在他需要的时候给予一些帮助。

家长在孩子进入青春预备期时已经可以介入了,比如大方告诉他们身体和心理会发生什么样的变化以及情绪可能出现的波动。提前告知孩子,也能避免孩子因为好奇而做出一些冒险的举动。

Q:孩子“屡教不改”,家长应该怎么办?

卢诗雨:在严格要求孩子前,家长要先反思自己有没有做好榜样,如果有,就清楚地展示给孩子看正确的习惯应该是怎样的,要让孩子明确你对他的要求及原因,还有他应该做出的正确行为。

同伴学习也是一个好方法,可以让孩子去观察他的小伙伴,对孩子来说,同伴之间的赞美和欣赏,更具有激励作用,他们会不自觉地向他欣赏的同伴学习。

另外,家长要让孩子明白,你与他随时随地都是站在同一战线的,不要让孩子觉得父母随时都在指责他。在发现孩子坏习惯的同时,也要发现孩子的好习惯,孩子是越夸越好的。在与孩子沟通时,家长也不应只把怒气、拒绝传

递给孩子,更应该让他感受到爸爸妈妈希望他变好的那份满满的爱。

Q:如何通过家校共育来改善孩子的拖延症?

丁娜:在小学阶段,很多孩子都存在拖延的问题。造成拖延的原因有很多,家长总提出一些很严厉的要求,或较多的唠叨,孩子内心会形成一种潜意识的抵抗,并表现在行为上。此时的心理指导策略第一是指令清晰,减少唠叨。第二是态度明确。最后,一定不能忘记给孩子正向的强化。

除此之外,家长也要反思一下,自己是不是也有拖延问题,或者分析一下孩子的行动什么时候开始变慢的,他的自信心是否受到打压?这将更有利于拖延问题从根本上解决。



现场提问环节,专家、老师们耐心作答。