

家庭是人生第一所学校,帮孩子扣好人生第一粒扣子

编者按

随着网络和电子产品的广泛应用,手机成了人们生活中不可或缺的一部分,怎样避免孩子沉迷手机,也成了不少家长面临的难题。如何智慧地帮助孩子摆脱手机依赖,回归现实生活?一位妈妈在与女儿因手机爆发冲突后的思考和做法给家长们提供了行之有效的策略。或许,比起没收手机、严控使用时间等方法,与孩子良好沟通,建立和谐的亲子关系更加重要。

# 一场母女间的“手机争夺战”

陶敏

冲突

## 手机引发的“亲子大战”

这天晚上,孩子与我彻底打破了掩藏许久的“伪和谐氛围”。那时,她正在书房里写作业,我来到她跟前,巧妙地说,现在电费越来越贵,我们俩在一个房间学习可以节约用电,还可以相互监督,共同进步。征得她同意后,我便坐在一旁看书。

但我并没有认真看书,因为我要实施一个预谋已久的计划,那就是“刺探”女儿有没有认真学习。我假装翻着书,偷偷观察她到底在做什么,不料很快便有了成果。在写作业的间隙,女儿总是频繁地把手机拿出来翻看。我先是只言片语,可她每每用一句“知道了”回应。几个回合后,我败下阵来,只好忍气吞声继续观察。

听声音我就知道,她是在浏览短视频,一刷几分钟,或者看群消息,信息提示音响个不停。半小时就这样过去了,我不能再忍了,得主动出击。于是,我让她把手机放到书房外,没想到她毫不犹豫地回绝:“不行,我要关注老师发的消息!”又经过几次严正交涉未果,她甚至变本加厉地拿着手机不放,并扬言“你要看着我玩,我就玩!”明摆着一副你奈我何的表情。

我隐忍了许久的情绪在此刻彻底爆发,一个箭步冲到她面前,以迅雷不及掩耳之势从她手上夺下手机,狠狠地砸向地板,只听得

“砰”的一声,她瞬间跳了起来,像一头愤怒的小狮子发出咆哮,开始歇斯底里地哭诉:“我平日里学习压力那么大,回来抽个时间玩玩手机都不行,你赔我手机,你赔我手机里的图片,那是我辛辛苦苦积攒了两年的动漫图片。……”

我还在想应对之策的时候,她不停地数落着,说讨厌这个家,讨厌我,说我抹灭了她的爱好。“你把你未完成的目标和心愿都强加在我身上,对我不公平。我每天都在高负荷的学习状态,周末回家放松一下,还要被你监视,真没意思!”我跟她分析手机带来的弊端,试图打断她的说辞,却越发激起她的逆反心理。

我一时没有办法,只好以静制动,认真、耐心地听她说,默默地记下她说的每件事。或许是说累了,愤怒的“小狮子”趴在沙发上,变得萎靡不振。看她这副模样,我便见缝插针,搞起了“怀柔战术”。我去客厅里冲了一杯蜂蜜水,端到她的面前,然后走开。我用余光瞥了她一眼,只见她先是犹豫了一下,还是悄悄地端起来喝了几口,又轻轻地放下。又过了一会儿,她终于起身,捡起地上的手机,冷冷地说了一句:“你摔的手机,必须负责给我修好,手机我可以不用,但里面的图片必须在。”我赶紧举手赞同,低头看了一眼手机,屏幕已经摔得惨不忍睹,外壳也碎了。

“小狮子”最后“哼”了一声,关上了房间的门。

改变

## 用心陪伴,拉近亲子距离

女儿一直以来都是个乖巧懂事的孩子,周末我加班或者晚回家时,她总会给我制造小惊喜,有时我进门就可以直接吃饭。偶尔在我忙的时候,她会冲杯自制的奶茶端给我,看着我喝完,晚上也总是嘱咐我早点睡。不仅如此,她人缘很好,还特别能担事。一放寒暑假,大人、小孩都喜欢找她玩,各种活动邀约、出游,她一直扮演着大姐大的角色,呵护着每一个比她小的孩子。

每次远行,吃穿用度女儿也会操心备好,我也就落得清静,只需要跟着她的步伐前行。手机事件后,我开始反省自己,平日里对孩子的所作所为是否得当,思索她控诉的每一个微小细节,怎么解开她的心结?怎样回到开心、快乐的亲子时光?

我决定从改善周末伙食着手修复我们的关系,我开始变着花样做她喜欢的美食,给她准备喜欢的零食。然后,我主动去接她放学,以前,她都是自己独立上学、回家,现在,我利用接她的机会跟老师沟通她的近况,看看她平日阅读的书籍,沿途再找一个共同话题,跟她闲聊一会儿,拉近彼此距离,默默改变那些让她不满的行为。偶尔,我也会不露痕迹地提及手机带来的影响,适时引导孩子转移注意力,多跟她探讨她喜爱的历史书

籍,和她一起去图书馆,并有意识地引导孩子与同龄人交流,用丰富的生活体验和高质量的亲子陪伴,把孩子从手机里“解放”出来。

我知道,目前,孩子正处在青春期和叛逆期,家长只有以身作则做好引导,真诚地和孩子交流,多与孩子聊聊理想,谈谈感受,关注孩子的心理变化,才能让孩子从内心真正感受到家庭的温暖。

和解

## 以身作则,与孩子共赢

为了跟孩子保持同步,我果断卸载了手机里的短视频APP;也不再拿着手机或智能音箱听书、听音乐,在孩子面前减少看手机的频率;在家里,我会自觉把手机放得远一点。孩子写作业的同时,我也会认真读书、写作,间或送去牛奶、温水,适度关心;周末,孩子去上兴趣班了,我便收拾收拾房间、拖拖地,让孩子回家后能在干净、整洁的房间心情愉快地学习、玩耍。

慢慢地,孩子的态度有了改变,对我也逐渐敞开了心扉。她会主动跟我说说学校的趣事,谈谈学习上的困惑,聊聊自己的想法。在又一次愉快的聊天氛围中,她再一次问起我手机能否修好时,我以一种诚恳的态度告知她已无法修复,只听她说:“没事,确实坏了,就当是在提醒我不要沉迷了。”我那颗悬着的心终于放下了。

我也渐渐领悟到,父母在子女成长过程中需要扮演各种角色,当跟孩子意见产生分歧时,需要快速找到一种适合、有效的教育方法,一边摸索,一边总结,陪伴孩子成长的同时,自己也要做出改变,和孩子共同成长。

正如《父母的觉醒》一书里所写:父母能够放弃虚荣心、自负感、控制欲,尊重孩子的天性,接纳孩子的本真,才能与孩子建立亲密和谐的关系。

这场手机事件,最终以“化干戈为玉帛”告终,而我和女儿都是胜利者。



## 多给孩子精神上的激励

林凡瑞

自从吴老师做了儿子的语文老师后,儿子的学习积极性被调动到了巅峰,尤其是勤奋读书的习惯被真正地培养了起来。

这样一来,儿子回家除了写作业就是手不释卷地读那些大部头的书籍,自由玩耍的时间就少了。凡事都有利有弊,孩子缺少了玩耍的时间也是一种缺失。

记得有这样一个故事:有人问弗洛伊德,怎样才可以过快乐而有成效的一生?他说,爱着,工作着。而《玩耍的力量》一书的作者戴维·艾尔肯德

却在这个答案的后面加了一个词:玩耍。这样就成就了人生的“金三角”——热爱、努力、玩耍。热爱、努力却无玩耍,则生疲惫,身累;热爱、玩耍却不努力,则无长进,心累;努力地玩耍而无热爱,身心俱累。遗憾的是,我们很多家长往往不认同“玩耍”这一要素,最喜欢给孩子的评价是“刻苦学习”,这就多少有些画脂镂冰了。

看见儿子回家之后就“刻苦学习”,毫无松懈的时候,我真担心他招架不住,或者说失去了全面发展的契机。于是,我有目的地给他制造一些

轻松的时机,让他劳逸结合。

那天,我发现儿子读书累了,很疲倦的样子,便跟他说:“最近你读书真用功呀,又该给你奖励了!”

儿子抬起头,无精打采地说:“又要奖励一束花,或者一本书吧。”我神秘兮兮地说:“才不是呢。一束花,你不需要;书,你有很多。你现在最需要什么呢?”

儿子挠挠头,一时说不上来。我说:“你呀,现在最需要的是放松,我奖励你1个小时的时间放松心情。”

“啊?奖励我‘时间’?”儿子顿时来了精神,“还有这样的奖励呀?”

“是呀,不欢迎吗?”我笑着说。

“嘿嘿,当然欢迎了。”儿子问,“奖励我1个小时的时间干嘛去?”

“由你自己选择吧。”我说。

儿子莞尔一笑,说:“我想打乒乓球,但没人陪我。”

我立马回道:“怎么没人陪?我不是闲着吗?”

“真的呀?”儿子瞅瞅我,“那我们一起去打乒乓球吧!”

“好啊,咱俩来打过过球,球桌见高低。”我欣然答应。

儿子举起拳头,欢呼雀跃。

我俩来到社区广场,打起了乒乓球。一来一往,近挑、远杀、旋球、擦边球……打得好不热闹。第一局他胜出,第二局我扳平。其实,谁胜谁负并不重要,关键是我们的身心都得到了放松,精神愉悦起来,父子情感也加深了。看见儿子红扑扑的脸,那朝气蓬勃的样子,还有什么比这更好的呢?打完球后,儿子独自玩了一会儿双杠,他柔软的身躯上上下下地翻腾,浑身散发着青春的气息。

以后的日子里,我经常奖励儿子“时间”。有时候,我们一起去爬山,锻炼身体,呼吸新鲜空气;有时候,我们一起去田地里劳作,体验农民伯伯的辛苦,感受大自然的熏陶。

其实,精神上的激励形式还有很多,比如,奖励他跟最尊敬的人合一次影;奖励他玩一段时间的游戏;原谅他犯的一次错误……

精神上的激励比起物质奖励更有创意,也更有诗意。不断创新激励形式,给孩子新鲜感,往往会收到意想不到的效果。

## 没有一朵花不美丽

陈学长

“儿子,你上去朗诵一篇吧,有奖呢!”妻子把儿子往舞台的方向推了一把。

儿子今年8岁,正值调皮捣蛋的年龄。在家里,他一会儿在地板上打滚,一会儿在沙发里翻跟头,一会儿捏着鼻子学猪叫,一会儿又在头上套只袜子扮演蜘蛛侠、还叫喊着他是顶天立地的大英雄……看我发火了,他才肯坐在小板凳上安静片刻。可这么一个让人头疼的捣蛋鬼,到了外面,却立马蔫了,不敢和陌生人说话,即便碰到了同学和熟人,也不敢上前打声招呼;人家喊他名字,他就低头小声地“嗯嗯”着,有时还会躲到我身后。为了锻炼他的胆量,我和

妻子便有意带他外出,参加各种各样的活动。

这天,天气特别好,我们带着儿子来到公园里。正巧,草地上搭建了一个简易的舞台,正在举行儿童朗诵比赛,自然,我也想让孩子登台表演一番。

“我朗读不好,我不参加。”儿子说完,扭头就要走。我赶紧抓住他的手腕,说:“朗读好或不好不重要,参加了就是胜利。”

儿子撇着屁股,依旧往后退。妻子凑到他耳边,轻声问:“为什么不愿意参加呢?”

儿子嘟着嘴说:“我读不好,怕丢人现眼!”

妻子说:“读不好怎么就丢人了,只要参加了,尽力读了,无论结果如何,都应该得到表扬。”我也跟着说:“是啊,你妈说得对,从坚硬的枝条里钻出的每一朵花,只要开放了,就很美丽,不管它是红是黄,是大是小,形状如何。”

在我和妻子的轮番劝说下,儿子犹豫了。

妻子说:“只要你参加,我就奖励你一个冰淇淋。”

儿子特别爱吃冰淇淋,听妻子这么一说,眼睛骨碌碌转了一圈,终于松口:“那好吧。要给我买个大的哦!”

比赛有4篇文章可供选择,儿子选了一篇朱自清的散文《匆匆》。5分

钟的准备后,他便出场了。刚上台,儿子的腿有点发抖,不知道站哪儿。主持人微笑着把他领到了舞台中央,说:“舞台属于你,对着面前的话筒尽情发挥吧。”

儿子挠了挠头,照着演讲稿念了起来。

“燕子去了,有再来的时候;杨柳枯了,有再青的时候;桃花谢了,有再开的时候……”可能是非常紧张,儿子的声音有点发颤,并且渐渐小了下去。台下有了议论声和笑声,渐渐淹没了儿子的声音。我走到台前挥了挥手,示意大家安静下来,台下又恢复了平静。儿子发现我在旁边给他鼓劲后,声音突然响亮了起来。但他对这

篇散文显然不够熟悉,别说声情并茂、抑扬顿挫地朗诵了,就连磕磕巴巴地读着都有点吃力。有个年龄和儿子差不多的参赛选手,在一旁哈哈大笑起来。儿子的脸通红通红的,额头渗出细微的汗珠。读到第三段开头时,他慌乱地看了看我,向后挪着步子欲走下舞台。我急了,在舞台边低声对他

说:“孩子,你一定要坚持下去,你告诉我你是英雄,就把这舞台当做是在家里,轻松表演,朗诵完就是胜利!”儿子又重新站到了舞台的中央,清了清嗓子,又大声朗诵起来。刚才嘲笑儿子的那位选手,见儿子不但继续朗诵着,而且声音也响亮了很多,他止住了笑声,有些惊讶。

“你聪明的,告诉我,我们的日子为什么一去不复返呢?”儿子终于朗诵完了,并且在朗诵最后一句时,还故意拉长了声音。似乎,他已经不紧张了。台下响起了雷鸣般的掌声,久久不息。

儿子的脸在阳光下通红通红的,在他迈着坚定的步子慢慢走下舞台时,我觉得他和盛开的花朵一样,那么美丽,那么从容。

“儿子开头朗诵得磕磕巴巴的,应该得不到奖了吧?”妻子问。

“这已经不重要了。”我答道。见妻子没有反应,我又补充了一句,“儿子能在嘲笑中完成朗诵,便是我们得到的最好的奖!”

## 温暖的冬夜时光

许海龙

冬日的夜晚,城市灯火辉煌,窗外的寒风不停地尝试着,借助摇曳的树枝跃入温暖的窗户。我和妻子围坐在女儿的学习桌旁,陪着女儿画画。屋内的灯光温暖明亮,让人感觉无比温馨。窗外的寒冷与窗内的温暖,让我不禁想起了我们的生活,无论在外经历怎样的奔波忙碌,回到家都会有家庭的温暖时光。

屋顶的灯光洒在女儿的画作上,她在画纸上尽情地挥洒着色彩,时而低头认真描绘,时而停下手中的画笔,向我们展示她的作品。女儿趴在桌子上,认真地画着,她的小脸上满是专注,手里的画笔在纸上留下了一道道彩色的痕迹。妻子坐在女儿身旁,微笑着看着她,不时给她一些指导和鼓励。我则坐在一旁,静静地欣赏着这对母女温馨的画面。

窗外,冷风呼啸,将树枝吹得吱呀作响。我抬头看了看窗外的风景,又回到了眼前的画作。画中的色彩如此鲜艳,仿佛能驱散冬日的寒冷。我想,这也许就是家的力量,能让我们在寒冷的冬日里感受到温暖。

妻子告诉我,女儿最近在学校里的表现很棒,不仅在学习上认真努力,还积极参加各种课外活动。她感慨地说:“咱们女儿真的长大了,变得独立、自信,越来越好。”我微笑着点头,为女儿的进步感到自豪。

这时,女儿突然停下手中的画笔,歪着头看着我们说道:“爸爸妈妈,我想给你们讲一个老师讲给我们的故事。”我们都眼前一亮,期待着女儿的故事。她清了清嗓子,开始讲述一个关于勇敢和坚持的故事。

故事讲述了一个小女孩在寒冷的冬天里,为了给生病的妈妈买药,勇敢地独自一人穿越大雪。她在雪地里几次摔倒,但她没有放弃,仍旧继续坚持前行。最后,她终于买到了药,回到家中。

女儿讲完故事,我们都为她点赞。我微笑着对女儿说:“宝贝,你的故事讲得真好,你就像是那个勇敢的小女孩,无论遇到什么困难,都能勇敢面对。”女儿笑了,脸上洋溢着自豪和喜悦。

夜渐渐深了,家里的灯光变得愈加柔和。我们一家人围坐在书桌旁,窗外的寒风依然凛冽,但无法侵入我们温馨的小屋。我看着妻子和女儿,心中充满了感激,感谢她们给我带来这么美好的家庭生活,让我在寒冷的冬日里感受到温暖。我相信,无论未来会遇到怎样的困难和挑战,只要我们一家人携手同行,珍惜这些美好的时光,一定能走向幸福。