

家庭是人生第一所学校,帮孩子和舒人生第一粒扣子

当一个新生命呱呱坠地,随之而来的幸福和责任,使家庭生活更加完整,也更加繁琐。孩子不断长大,爸爸妈妈们也开始一次又一次新的探索。以前曾以为理所当然的事,真正遇到时才发现并非如想象的那么容易处理,于是开始自我怀疑、纠结、学习,在一次次实践、碰撞中,和孩子一起成长。在这个过程中,有些爸爸妈妈没有合适的时候掌握一些亲子教育和陪伴的好方法,使得陪伴质量和孩子的习惯出现偏差。如何高质量地陪伴孩子成长?作为一名小学生家长和青少年儿童心理工作者,我总结出一些所思所想。

一次携手共进的旅程

■ 何丽英

接纳孩子的情绪

因为职业的原因,我特别关注孩子的心理发展。我曾经遇到一些家长,火急火燎地找到我说:“我的孩子厌学了,怎么办啊?”“你从哪里看出他厌学了呢?”“他和我说得觉得上学好苦好累啊,不想去学校。”“那他最后去学校了吗?”“去了,但是我总觉得他心里不想去,厌学。”…………

不知道爸爸妈妈们有没有过在星期天的晚上,一想到第二天要去上班就心情失落的情况呢?只是作为成年人,我们有自己的责任和担当,

知道“不想”不代表“可以不做”,而孩子还不懂这些道理,他只是说出了自己的真实想法。学习本来就是一件需要付出努力、需要坚持的事,那些真心觉得学习有趣、充满吸引力的孩子是存在的,但比例不大。当孩子说出他的真实想法时,大人的回馈是如临大敌,或者批评呵斥,那么孩子以后可能不敢表达自己真实的感受和想法,自主意识的发展受阻,在觉得有可能和身边人看法、做法不一样时,容易产生自我怀疑,而这种情绪对孩子的自信心培养也是不利的。

我女儿也曾有周日的晚上说:“妈妈,我还没玩够呢,明天就要上学了,一点都不开心,我不想去上学。”我回答说:“对啊,妈妈明天也要上班

了,还没玩够呢。要不然我们一起躺在垫子上打滚,说我还玩够,我不想上学(上班)。”于是,女儿和我一起躺在垫子上一边打滚,一边喊叫,最后变成相互闹腾。情绪释放完了之后,我告诉女儿:“虽然不想,但是我知道那是我该做的,人生每个阶段都有每个阶段应该做的事。”女儿也就高高兴兴去准备第二天上学所需的东西了。其实有时候,孩子只是需要一个出口释放负面情绪,希望他的感受有人能够接纳。当然,孩子如果对上学非常抵触,真正厌学,并且出现一些过激行为时,家长要及时和老师沟通,寻找原因和孩子一起解决问题,而绝非采取责备、打骂、说教等处理方式。

看见孩子做到的

为孩子丢掉的4分而惩罚孩子,但是现实生活中,我们真的是这么处理的吗?孩子没有同学考得好,你会觉得都是上学,为什么孩子的成绩没有拔尖;孩子奔跑打闹,结识了新伙伴,你看到的是孩子摔脏的衣服;孩子想要帮忙洗碗,却打碎了碗碟;孩子书写工整,但是答错了题。……有一些努力,因为我们

期末考试满分100分,孩子考了96分,高高兴兴回到家,把试卷拿给爸爸妈妈看,“我考了96分”。爸爸妈妈接过卷子后一看,生气地问:“为什么扣了4分?”这里的爸爸妈妈只看到了孩子丢掉的4分,却没看到孩子考到的96分。

看到这个故事,爸爸妈妈们可能会会心一笑,觉得自己绝不会因

学习习惯比分数更重要

全文字。有时候,因为有事耽误了,睡得比较晚,我担心她睡不够,减掉了睡前阅读时间,她还不同意。闲暇时间,陪着孩子一起看书,孩子觉得阅读时间温馨舒适,喜欢上这种氛

的习以为常而被淡化;有一些付出,因为我们站在大人的角度而觉得轻而易举,但孩子们要做到却需要付出更多的努力和坚持。爸爸妈妈们要善于发现那些在我们看来普通却平凡的小事,给予孩子肯定,这会让孩子从内心滋生出更多的力量 and 自信,为将来走更远、更宽广的路做好准备。

围,慢慢便会喜欢上阅读。

孩子的成长,需要家长的用心呵护、陪伴、引导。在这个过程中,家长也会收获成长,和孩子携手共进,奔赴美好未来。



本版图片均为资料图片

保持良好的沟通渠道

孩子从进入幼儿园起,便开始了他在小社会里面的社交技能发展。刚入学的新鲜、新朋友之间的交往、学习的新知识,都是孩子放学回家后,乐于和父母沟通的。这时候,父母需要放下手里的手机、工作、家务,认真与孩子沟通。当然,如果有需要马上处理的事情,家长也可以邀请孩子一起参与,或者说明情况,处理好当务之急后,再尽快和孩子沟通。

在孩子讲述学校里的新鲜事时,家长要认真倾听并鼓励孩子继续分享。这时候,可以用到“接下来呢”“然后呢”等语言,让孩子觉得他的分享是被重视

的。这能为将来孩子进入青春期,父母给予适当的引导时,亲子之间的良好沟通打下基础。今天你的忽视和不接纳,孩子会在青春期以同样的方式回馈。

我从女儿上幼儿园开始,就会在她每天放学后,听她讲学校里的事,或者和她一起做模仿幼儿园课堂的小游戏(各个年龄段开展的家庭游戏不同)。直到现在,女儿还是会把一些在学校里发生的趣事、朋友之间的小矛盾、孩子们聊的一些八卦和我分享,老师的一些要求她也能准确传达。

有好的沟通渠道,才会有高质量的亲子陪伴。

尊重孩子的个性特色

进入小学阶段,孩子的个性特色会慢慢展现出来,这个时候,父母会开始通过老师反馈或者在家庭作业上、在生活中感受到。当这些特点是被大众认知所接纳和欢迎的时候,父母是开心甚至自豪的。但是,当这些特点是被大众认知所摒弃或者低评价时,父母的情绪就会受到一定的影响,对孩子表现出来的这些特点,接纳度也会降低。

这让我想起一件事,现在回想起来还很感恩当时老师的处理方法。女儿上一年级时,开始接触一些数学简答题,在计算出得数后需要在后面写上单位或者种类。例如:这幅画里共有几只老虎等。其他小朋友在得出答案后都会写汉字来表明种类,女儿却在写上数字后,在填写种类的地方用画图的方式来表示。需要数兔子,她就在数字后面画兔子,需要数老虎,她就在后面画老虎,或者直接画等同数

目的图画。老师一次次提醒后,她还是继续以画图的方式表达。女儿的解释是:“我觉得这样更可爱,而且我也表达清楚了啊。”老师听到后不仅没有责怪她,还指着女儿画的图案说:“我觉得这只老虎画得好可爱。”直到一学期结束,女儿都是用这种方式答题。但是在新学期开始时,她自己就纠正过来了,她的解释是:“我当时觉得可爱,我也喜欢画画,但后来我知道画画更花时间,写字也可以准确表达。”不仅如此,女儿对于画画的兴趣越来越浓厚,也更自信,现在她还当上了班里的美术课代表,几幅参赛作品也有获奖。如果当初老师以统一标准去强行要求,我相信她会用更短时间调整过来,但我们无法收获因特点被尊重、兴趣爱好被保护带来的惊喜。在孩子的成长过程中,爸爸妈妈们需要放下自身的焦虑,多给孩子一些时间,看到更多的可能性。

妈妈的“光环”消失了

“妈妈,你长得可真小!这么小只,也太可爱了吧!”11岁的女儿笑盈盈地看着我,边摇头边说。她的眼神,分明有惊讶、有爱怜、有不可思议,反正不像在看自己妈妈,倒像是在看一个同龄人,或者小人国的来客。

也难怪,11岁的女儿身高已经超过我了,且还在猛长个儿。她从小时候喜欢穿浅粉色的公主风连衣裙,变成现在喜欢穿酷酷的深色宽松运动服。她现在穿衣服的尺码,比我还大一号,鞋子比我的大两号。还是儿童的她,已经可以平视我了,她当然有充足的底气说我长得小。

女儿说我长得小,我一点也不介

意,因为我的确是个身材娇小的妈妈,衣服、鞋子都穿最小码。虽然青春时期,我也曾为自己的身高自卑过,不过早就与自己和解了。再说个子小也并非全无好处,至少不那么显岁数,有亲和力,还省布料呢。

女儿又笑着说:“我敢肯定,我班里有一半的同学都比你高。”女儿读小学五年级。我笑着说:“这个我信。妈妈刚毕业时,当过初一年级的语文老师。班里那些孩子,也就十二三岁吧,下课了都喜欢和我比身高,他们和你现在的表情差不多,说‘老师,你看我比你还高呢!’我总是笑呵呵地说:‘是啊是啊,这多好啊!你们还能长高呢,

老师可长不动啦!’”

这一代的孩子,明显比我们那一代人高。因为现在人们的生活条件富足了,饮食上也要注意营养均衡了,大多数孩子在初中阶段乃至小学高年级,身高就会超过自己的爸爸妈妈。上网一看,妈妈拣中学女儿小了的衣服穿的比比皆是,甚至还有爸爸拣女儿衣服穿的,主打一个物尽其用,绝不浪费。

“妈妈,原来你不是无所不能啊!”这话女儿也说过。她上幼儿园的时候,觉得妈妈长得好看,至少也是个身高中等的大人;觉得妈妈的手真巧,做饭真好吃,还会做精致的手工,会梳各式的发型;觉得妈妈真聪

明博学,几乎是无所不知、无所不能;还觉得妈妈长得真好看……那时候,小小的她大大的眼睛里,写满了对妈妈的爱与崇拜。

现在,女儿虽然还觉得我手巧,但已经看出她的妈妈个子不算高,长得不出众,也不那么聪明博学,因为在某些方面的知识储备上,她已经快要碾压我了。她说起黑洞、白洞、虫洞、天体、宇宙文明来头头是道,读起英语来发音比我标准,她的数学题有些我已经不会解了。……她看我,头顶的“光环”消失了,取而代之的是原原本本的我的样子,一个不那么出色的大人,有点袖珍、有点文艺、有点迷糊,偶尔还有点凶。

我想,孩子对爸爸妈妈的认识,就是这样会随着成长一点一点改变的吧,从崇拜的依赖,到客观的评价;从片面的仰视,到全面的理解。而我们做爸爸妈妈的,与孩子的相处模式,也要随之一点一点地调整,少管制、少代劳;多交流、多认可。

现在,我和女儿之间开始有了更平等的交流,像朋友、像姐妹、像闺蜜。我会给她适当的独立空间,会和她进行必要的人生探讨,某些事情我会征询她的意见,某些事情我会让她自己做主。……

吾家有女初长成。作为妈妈,我感到一点点酸溜溜的小失落,但更多的是喜悦、欣慰和骄傲。

享受成长

■ 张悦

女儿抓着话筒在主持“向你介绍我”的口语交际会。开场白之后,她先给大家做示范:“我叫博景,博是丰富,景是景色,爸爸妈妈希望我在成长过程中博采众长,成为一道亮丽的风景。……”

那一瞬间,我有点感动。从一开始,我望子成龙的心理就不强烈。我的成长经历告诉我:儿孙自有儿孙福,莫为儿孙愁瓦屋。更主要的是自己从事教书育人的工作,觉得只要她快乐,我就幸福。往这个方向走,也有不如人意的時候,所幸我在努力。

中国人有句老话:孩子自己的好。现在的一些家长却似乎改弦易辙:自家孩子怎么那么不如人呢?看别人家的孩子,英语说得流利,张口就来,你心里有点失衡,是吗?某某家的孩子在书法大赛中获得了全国大奖,笔法老到,你后悔自己的孩子虚度光阴,对吗?再看同事的孩子在台上展现出“小演讲家”的风采,谈志向、谈竞争,你为你“一无所长”的孩子感到脸红了,对吗?……许多时候,我们就是喜欢这样横着比,从别人身上寻找快乐的参照,结果往往是越比越灰心。

一两样技能真的比孩子的快乐更重要吗?我不这么看。童年的记忆,影响人的一生。我们成人脑海里最深刻的记忆往往是童年自由快乐的时光。现在,大多数孩子没有童年,照猫画虎的技艺究竟对孩子的发展起多大作用?拿孩子宝贵的童年去换值得吗?当然,我并不是说孩子只要娱乐,不要学习。关键是学习要顺乎天性,符合孩子心理和生理发展规律。

作为教育工作者,我熟悉孩子,关注教育;作为母亲,我与女儿朝夕相处,为她的一举一动牵肠挂肚。曾经,我觉得女儿很幸福,有一位懂教育的母亲;现在,我觉得自己应该感谢女儿,是她让我更真切、更深刻地理解教育。

一些家长将自身的焦虑、人生期望、生存压力传递给孩子稚嫩薄弱的肩上,一切要立竿见影,一切要跑步前进。因为不尊重孩子的成长规律,或者对孩子的弱项进行“十全大补”,揠苗助长;或者对孩子自身萌发的愿望“乱砍滥伐”,不再有耐心倾听孩子的心声,一再伤害孩子的自尊,不允许孩子出一点差错。一旦发现意外,就急着把真相、真理一股脑儿地倒给孩子,阻止孩子自己去触摸世界,甚至怀疑孩子的学习能力,早些年的“测智商热”就是一例。于是,我们的孩子闷声闷气、垂头丧气的越来越多,生龙活虎、朝气蓬勃的越来越少,三四岁时追着父母问个不停的小嘴渐渐紧闭,这都与父母的家庭教育方式有关。

我们的家长要学会纵向比,拿孩子的今天和昨天比,让期待伴随孩子成长。在鼓励中长大的孩子,自信、宽容、善良;在否定中长大的孩子,消沉、狭隘、自私。

家庭教育重在“近性”——切合孩子性情。“近性”可以让孩子的成才路平坦些,让父母和孩子都轻松、快乐些。我小时候看过《三只毛毛虫》的故事:三只毛毛虫,要到河那边吃花蜜。第一只去找桥,准备从桥上爬到对岸;第二只寻找叶子,打算当船渡过去;第三只想,河这边凉风习习,绿草青青,小鸟叫得那么好听,为什么不享受一下呢?它爬上一棵树,躺在上面,眯起眼睛,一觉醒来,毛毛虫变成美丽的蝴蝶了,它扇动翅膀,飞过河,吃到了甜甜的花蜜。

家庭教育不可违背规律,顺乎本性才能健康发展。好好享受孩子成长的过程,孩子会给你不断的惊喜。

■ 易玲