

聚焦

通过游戏认识世界,为孩子提供情感支持,真正享受童年

让“疯玩”成为孩子人生幸福的底色

■ 陈若葵

“双减”之后,中小学生在不再上学科补习班了,作业量也明显减少,与此同时,体育、运动类培训和兴趣特长类学习有所增加,孩子们有了相对多的可以灵活支配的时间,“玩”的愿望在一定程度上得以满足。

然而,很多孩子自童年早期(2-6岁)直至少年期的玩耍是不自由的,也缺乏时间和空间上的保证。我们对这样的情况或许并不陌生:蒙蒙细雨中或雨后天晴,孩子想去踩水,在浅浅的水洼处跳来蹦去,家长却执意让他们待在家里玩成语接龙或看双语动画片;孩子想和小伙伴在院子里嬉戏,父母却津津乐道地把他们送去各种球类、运动俱乐部、培训班,试图提升他们的体育技能……实际上,无论是孩子自发自主地观察蜗牛爬行、堆沙堡、放风筝,还是玩过家家等游戏,都是典型的玩耍行为。家长费尽心思、打着游戏名义让孩子学习课程或者用学习代替玩耍,试图过早培养孩子学习能力的做法,严格说来并不能被算在自由玩耍的范畴之内。

小时候没有玩够的孩子,在成长过程中难以养成一些习惯、品质,其心理素质、思维方式、应变能力等,也在一些看似“能让你变得更聪明”的规定活动中得不到很好的发展。

我们经常听到大人们批评孩子:“玩玩玩,天天就知道瞎玩、疯玩!”那么,自由玩耍的价值几何?自由玩耍缺失与孩子的整体发展存在哪些关联?我们又该如何帮助和保护孩子自由玩耍?

玩,是孩子的天性,也是成长必需

据伦敦大学和牛津大学的研究人员针对3000名3-7岁儿童所做的调查发现:长时间、高质量、富于玩耍的学前教育,对小学阶段的学习质量和幸福感有显著影响,包括对弱势群体儿童也有积极影响。

玩耍能让孩子的大脑运转起来

玩耍本身是一个自由探索与实践的过程,孩子通过游戏来认识世界。当他们饶有兴趣地注视蚂蚁搬家、玩老鹰捉小鸡、嬉戏打闹或爬树等等,接触大量新事物、新场景,亲身体验尝试,大脑能主动快速运转起来,萌生一些奇思妙想,灵活应对新玩法带来的各种变化,创造性地解决这些“难题”,并乐此不疲,使游戏持续下去。

“玩”刺激了孩子的感官,驱使他们思考和应变,积累有益的经验,在酣畅淋漓的玩耍体验中收获思考力、创造力,自然而然,不需要灌输。

在玩耍中掌握社交技能

玩耍的情境,为孩子们提供了与同龄人互动的机会,他们一起设计游戏、制定并遵守规则,如在角色游戏中,需要制定角色轮换规



则:你当公主,我当骑士;你扮演爸爸,我扮演妈妈……

当孩子痴迷于过家家、讲故事等游戏中,他们会根据自己想象的场景,描述眼前不存在的事物,比如孩子举着一根筷子或树枝说:“这是你要的糖葫芦”……通过玩耍,孩子编创故事、虚构情节、淋漓尽致地展示自己想象的世界,语言也变得生动、丰富、具象起来。

孩子享受自由玩耍,从中也学会了合作、谈判、协商与适当的让步,如此才能保持彼此良好的关系,否则很快就会失去玩伴。渐渐地,他们能摸索出如何与人相处、怎样与人沟通、如何在集体中更好地被接纳,这些,孩子无法从课本中学到。

玩耍是最好的解压方式

一些家长习惯于为孩子制定周密的学习计划,把日程安排得满满的,身处这种环境,孩子或许成绩优秀,甚至成为学霸,但承受的压力也是成倍的。

而自由玩耍,离开了成年人的陪伴、指导和监督,孩子同时面对身体、自我保护、自我管理和社交等多重挑战,在荡秋千、爬树、互动游戏等活动中,不停地练习如何掌控活动的力度和强度,避免危险的发生,学会自我控制,调节各种情绪,让自己既兴奋又不至于崩溃。他们既在真实的情境中锻炼了能力,也在游戏的刺激和欢愉中释放了学习带来的压力,身心放松。可以说,自由玩耍能为孩子提供稳定的情感支持,帮助他们顺利摆脱、平复

焦虑、恐惧等各种情绪,是最好的解压方式。

《中国国民心理健康发展报告(2019-2020)》中关于青少年儿童心理状况的一组数据让人震惊:2020年,我国青少年的平均抑郁检出率为24.6%,其中轻度抑郁检出率为17.2%,重度抑郁为7.4%。

美国的一项调查也显示,20世纪末,美国孩子做作业的时间比16年前增加了1.5倍。青少年心理问题发生率直线上升——15岁以下儿童的自杀率增加了3倍;15-25岁青少年的自杀率增加了1倍。科罗拉多大学的心理学研究人员发现,孩子用在自由玩耍上的时间越多,他们的自主执行能力就越强。缺乏自由玩耍,正是导致青少年心理问题的关键因素。

支持并陪伴孩子玩耍

玩耍是让孩子真正享受童年良方,也能帮助他们从中掌握终生受用的各种能力,健康身心。因此,家长应把“玩”纳入孩子生活的日常。

给孩子自由玩耍的时间和空间

自由玩耍之所以消失,除了孩子们的学习压力增加,自主时间压缩,另一个主要原因是活动空间的日渐局促。如今的居住小区,供孩子们玩耍的设施很少,场地狭小,且车多人多,少有适合玩耍的环境和空间;同时,家长也担心图谋不轨的陌生人出现,没有成人的看护,孩子只能待在家里。

基于此,对于学龄前和小学低年级学生,家长既要提供时间上的保证,也要主动创设玩的必备条件,鼓励孩子在群体游戏中获得快乐,如和几位家长协商大家都合适的时间,找一个相对安全的场地,或者公园,有家长轮流或共同从旁看护,也可以到某个孩子家里,以便几个孩子结伴自由玩沙、跳绳、玩球或玩自主创意游戏。

家长看护的目的,一是确保孩子们的安全,二是进行必要的干预——如果他们选择了暴力等不健康的游戏活动,或者孩子们的游戏遇到了解决不了的难题,成人可以及时引导,但最好点到为止。

在孩子的游戏中充当配角

游戏与玩耍能让孩子与父母建立起稳固的联结,从而在亲子间形成沟通顺畅、彼此接纳的良性状态,增进亲子关系。在孩子很小的时候,亲子游戏往往以父母为主导,随着孩子年龄的增长,父母最好将游戏的主动权让给孩子,由他们构想游戏的内容,设计游戏的玩法和规则,自己则任由孩子牵着走,在其中充当孩子的“玩具”,或者甘做配角。

父母最好将亲子游戏纳入日常时间表,每天必玩,至少30分钟,全心全意融入游戏之中,享受一起玩耍的快乐。这些纯粹的“疯玩”,能为孩子的人生涂抹幸福的底色,成为孩子美好生活的起点。

家庭教育促进法专家解读⑤

社会依法协同支持家庭

实现家庭教育指导服务有效供给

■ 罗爽

习近平总书记在2019年全国教育大会上指出:“教育、妇联等部门要统筹协调社会资源支持服务家庭教育。”这不仅明确了家庭教育工作的主责部门,也指明了社会力量应承担向家庭提供支持服务的重要职责。从我国家庭教育工作的实践来看,村居委员会、学校等社会力量充分利用贴近家长的优势,积极发挥各自所长向家长提供各类指导服务,形成了全覆盖、网络化、常态化、多元化的家庭教育指导服务供给体系。故家庭教育促进法基于其赋能家长的核心要义,专设“社会协同”一章,明确社会力量为家长提供家庭教育指导、支持和服务的权利与义务。

根据服务对象和服务重点的不同,法律规定的社会力量支持服务可分为四类:

第一,面向全体家长提供的全方位普惠性指导服务。村居委员会、公共文化服务机构和爱国主义教育基地、新闻媒体等三类主体都是面向所有家长提供家庭教育公共服务,但服务定位有所不同:村居委员会重在设立社区家长学校等家庭教育指导服务站点,保证社区居民在家门口即能获得常态化、高质量的家庭教育指导服务;图书馆、博物馆、文化馆、纪念馆、美术馆、科技馆、体育场馆、青少年宫、儿童活动中心等公共文化服务机构和爱国主义教育基地重在发挥资源优势,在做好公益性家庭教育宣传、家庭教育指导服务和实践活动等常态工作的同时,着力开发家庭教育类公共文化服务产品;广播、电视、报刊、互联网等新闻媒体重在承担营造家庭教育良好社会氛围的社会责任,向公众宣传正确、科学的家庭教育理念、知识和方法。

第二,面向学生家长提供的协同育人指

导服务。中小学、幼儿园应当承担向学生家长提供家庭教育指导服务的职责:首先要建机制,即健全家庭教育工作制度,将家庭教育指导服务纳入工作计划和教师业务培训内容;其次要供服务,即不仅要采取建立家长学校等方式,根据不同年龄段的学生特点组织常态化的公益性家庭教育指导服务和实践活动,还要根据家长需求提供更具回应性的家庭教育指导服务,对严重违规违纪学生的家长提供有针对性的家庭教育指导服务;最后要予支持,即具备条件的中小学、幼儿园应当在教育行政部门的指导下,为家庭教育指导服务站点开展公益性家庭教育指导服务活动提供支持。在指导服务的定位方面,中小学、幼儿园重在提升家长的协同育人能力,应着力唤醒家长承担家庭教育主体责任的自觉,提升家长的家校沟通能力和社会教育资源利用能力,促进家校社合作共育。

第三,面向准家长和3岁以下婴幼儿家长提供的科学育儿指导服务。一方面,医疗保健机构应当在开展婚前保健、孕产期保健服务时,对准家长开展科学养育知识的宣传和指导,帮助他们做好为人父母的心理准备和知识准备,以更加积极健康的心态迎接新生命的到来。另一方面,婴幼儿照护服务机构、早期教育服务机构是为3岁以下婴幼儿家长提供服务的主要责任承担者,可通过入户指导、亲子活动、家长课堂等方式,利用互联网等信息化手段,提供有针对性的科学养育指导,增强家庭的科学育儿能力,缓解婴幼儿家长的育儿焦虑。同时医疗保健机构在开展儿童保健、预防接种等服务时,也应当向家长普及婴幼儿早期发展的知识,开展育儿方法和技巧指导。

第四,面向所有家长提供的个性化、多元

化指导服务。自然人、法人和非法人组织可以依法设立非营利性家庭教育服务机构。这类机构重在发挥其机制灵活、服务多样的组织优势,满足家长个性化、多元化的家庭教育指导服务需求,提供更加精准、多样、专业的指导服务。与前三类服务不同,家庭教育服务机构提供的服务属于非公共服务,但也应遵守下列服务规则:一是不得向出资人、设立人或者成员分配所取得的利润;二是不得从事超出许可业务范围的行为或作虚假、引人误解的宣传,尤其是不能以指导家长之名、行违法的未成年人教育培训之实;三是不得侵犯未成年人及其家长的合法权益。

从前述分析可以看出,法律编织了一张以各类社会力量为供给主体、兼顾不同类别家庭需求的家庭教育指导服务网络,为构建覆盖城乡的家庭教育指导服务体系提供了法治保障。徒法不足以自行,法律的生命在于实施。为促进社会力量更好地履行指导、支持和家庭教育指导服务的法定职责,在法律实施过程中应从以下三个方面着力:

第一,发挥家庭教育指导机构的统筹协调与资源支持功能。社区家长学校、学校家长学校等家庭教育指导服务站点一直是我国提供家庭教育指导服务的主要渠道,但由于自身能力和资源有限,它们在专业人员配备、课程设计、教材开发等方面较为薄弱,可能会影响指导服务提供的实效性。解决这一问题关键在于充分发挥依据本法第二十八条确定的家庭教育指导机构的作用。即它一方面要对辖区内社区、学校的家庭教育指导服务站点进行统筹协调,开展指导培训、考核评估、表彰和培育先进典型等工作;另一方面要开展家庭教育研究、服务人员队伍建设和培训、公共服务产品研发,为家庭教育指导服务

站点提供科研、人才、服务产品等资源支持。

第二,加强家庭教育服务机构的监督指导和自我管理。从现实情况来看,家庭教育服务机构存在着人员鱼龙混杂、服务规范性欠缺等问题,亟须加强规制。一方面应加强政府规制,即教育、民政、卫生健康、市场监督管理等有关部门应当在各自职责范围内,依法对家庭教育服务机构及从业人员进行指导和监督,尤其要对机构违法营利、超出许可业务范围从业、虚假宣传、侵害未成年人及其家长权利等行加强监管和执法力度,防范其变形为营利性机构和学科培训机构。另一方面应加强行业性的自我规制,即家庭教育服务机构应当加强自我管理,通过制定行业规范、组织从业人员培训等方式,提升机构服务的规范化、专业化水平,激发家庭教育指导服务的行业动力。

第三,探索适应新生代父母特点的家庭教育指导服务。各类社会力量在依法服务的过程中,都必须遵循家庭教育指导服务的基本逻辑和规律,重点是要准确把握作为服务对象的家长,了解其服务需求和学习规律,否则难以形成有效的服务供给。故一方面应深入研究新生代父母的实际困难,探索更具针对性、个性化的指导服务内容,切实解决新生代父母面临的新问题和新挑战,如婴幼儿照护、多孩教育、隔代教育、孩子网络沉迷防治、双减背景下的亲子时间安排等。另一方面应深刻洞察新生代父母作为互联网一代的思维特点,探索更加个性化的互动式家庭教育指导服务模式,加强移动互联网、人工智能、大数据等新兴技术的运用,做到线上线下充分融合、随时随地答疑解惑,充分发挥家长在指导服务中的主体作用。

(作者系首都师范大学教育学院副教授)

教子有方

■ 冯永平

才艺双佳、阳光帅气的孩子,在给家庭带来欢声笑语的同时,也不断感染周围的人,很多家长很想知道:人家的父母都是怎样教育的呢?

一天傍晚,我路过一家专卖店,忽被店里传出的阵阵悦耳竹笛声吸引。进店一看,一个10岁左右的女孩正站在店里一隅吹奏着名曲《扬鞭催马运粮忙》。女孩手指灵巧飞动,辗转腾挪起起落落的速度令我目不暇接。看那女孩,一脸稚气但满目精气神。我喜欢音乐,也略懂竹笛,顷刻间被小女儿的笛艺所吸引。应我的要求,女孩又大大方方地吹奏了一曲《帕米尔的春天》。小小年纪,其吹奏出来的悦耳音色堪比专业水平,令我惊讶。

事后得知,孩子学竹笛已经五六年了,当初,看人家孩子都报乐器班、辅导班,女孩妈妈陆续给孩子报了作文、美术、钢琴等六七十个课外班。但孩子哪一样都有始无终。妈妈得知孩子喜欢竹笛,决定满足孩子的意愿,让孩子一心一意专门学竹笛,女孩紧绷的小脸终于舒展开了。

妈妈告诉我,学习过程并不顺利,孩子一开始对竹笛很感兴趣,可时间一长产生厌烦感,想放弃。父母始终督促着,哄着劝着,要求孩子严格按照老师的教学步骤练习。熬过学艺枯燥期,突破学习中的瓶颈,孩子笛艺水平大有长进。如今,女孩被杭州市某少年乐团选中,成了令人羡慕的市少年乐团小笛子手,业余时间,经常参加演出,而其学习成绩也得到提升,考进了班级前3名。

我还了解到,为了照顾和指导孩子,妈妈辞掉了原本高薪的工作,换了目前这个收入少但时间宽裕的工作。孩子妈妈说:“要求10岁的孩子一直自觉学习基本不可能。我必须陪着她、看着她,避免孩子因为偷懒得过且过、稀里糊涂蒙混过去。”

孩子的才艺之佳,与父母在教育过程中定海神针的作用分不开。我不由得想起了宋庆龄先生曾说过的一句话:“孩子们的性格和才能,归根结底是受到家庭、父母,特别是母亲的影响最深。”就像眼前这个女孩的妈妈,独立思考,能尊重孩子的意愿,并为孩子的长远发展计,根据孩子的实际制定教育规划,笃定教育初心,持久地教育和引导孩子。相比之下,有多少家长不自知、不自察而忽视了家庭教育的重要性,待回头反思,又后悔不已!有的家长懒于思考,疏于管教,不了解孩子,盲目跟风随大流,只管花钱为孩子报一个又一个提高班、才艺班就以万事大吉。结果,孩子疲于奔命;父母浪费钱财,盲目贪多嚼不烂,影响了孩子优势的长足发展。

随着国家“双减”政策和家庭教育促进法的实施,家长肩上的担子更重了,对家长的要求也更高了。现在孩子有了较多的闲暇时间,怎样把孩子的课外时间充分利用起来,需要家长花更多心思了解孩子,以利于孩子的长远发展计,有针对性地持续教育和指导,不骄不躁,笃定教育初心不松懈。

父母了解孩子的兴趣爱好和优势,知道孩子在成长过程中父母要给予哪些指导,什么时候必须批评,什么时候应该鼓励,让教育落在实处、见效果。父母的这种教育格局成就孩子的一生,也能成就整个家庭。广大家长的智慧和高明,能成就整个社会。

童年转瞬即逝,把握孩子成长的童年期、关键期,为其成长打好人生的底色,这是孩子享用一生的本钱。

每天傍晚时分,悦耳的笛声会准时在那个看似普通的商店里传出来。乐曲悠扬,笛声悠扬,为小商店,甚至使得周围的店铺和人家都增添了一层灵动、美好的色彩。

(作者系浙江省妇女干部学校《家庭教育》杂志副编审)

在制作宫灯、冰墩墩中感受传统文化与奥运精神

今年元宵恰逢北京冬奥会,佳节喜逢盛会,为了传承元宵传统文化,弘扬奥运精神,安徽省肥西县上派镇妇联开展了以“强国复兴有我——2022年‘我们的节日·元宵节’”为主题的系列庆祝活动。

活动内容丰富多彩,形式多样,既包括吟诵经典元宵诗词等常规活动,吸引社区很多家庭,特别是家长和孩子一起动手制作各种花灯、猜灯谜,教孩子包汤圆;同时,也将冬奥元素巧妙地融入其中,如将冬奥知识与传统的灯笼制作结合,举办奥运知识竞赛,吸引了不少父母和孩子热情参与,而志愿者带领孩子们手工制作“冰墩墩”,感受奥运精神,不仅吸引了小朋友,也让成年人跃跃欲试。

在策划本次活动中,主办方不忘“老吾老以及人之老”的理念,当当地负责人将热腾腾的汤圆送到百岁老人及高龄老人床前时,不仅老寿星们沉浸在喜庆祥和的佳节气氛中,他们也用行动传承了尊老爱老的中华传统美德,让孩子们和年轻的父母看在眼里,记在心上,体现在日后的行动中,真正实现代代相传。(刘敏)