

聚焦

将3岁的孩子送全托之后,父母“解脱”的同时,亲子关系无疑成重大考验

如何与全托的孩子实现“黄金沟通”

■ 陈若葵

在如今这样快节奏的生活中,一些年轻父母不得不将孩子送去“全托”,自己可以全身心地投入工作、享受属于自己的一份生活,孩子也能在幼儿园养成良好的生活习惯、学会自理和独立,并在集体生活中找到更多的玩伴、学会与人相处。

然而,孩子比成人更感性,他们更需要在亲情的温暖下、在和爸爸妈妈友好的交流与嬉戏中长大。因此,仅有的双休日对他们来说弥足珍贵。如何使孩子在有限的时间里,享受到浓浓的亲情,维持“高含金量”的亲子关系,无疑是父母的必修课。

全托的孩子有可能出现哪些状况

无论是3岁开始全托还是后来被送去插班的孩子,都需要一个适应过程。但是,有些孩子经历了比较长的时间仍难以适应,会出现诸如入睡困难,咬手指、咬被子、多梦、尿床等状况,这些孩子在家的时大多跟妈妈一起睡,或有固定陪睡的亲人,离开了熟悉的环境,白天还好,一到睡眠时间,就表现出很大的不安。这样的孩子很依恋父母,他们需要父母更多的爱和关注,来获得安全感。

全托班规律的生活,确实养成了孩子们良好的生活习惯。表面看来,有些孩子很乖,也懂事了不少,周末回到家,虽然也会腻在妈妈身边,或者躺在爸爸的怀里开心地大笑,但更多的时候是一个人搭积木、玩拼图、玩Ipad、看动画片,很少黏着爸爸妈妈和自己一起玩,给人长大了、独立了的感觉,但又隐约透露出对父母的疏远,这是孩子内心孤独、亲子关系趋于淡漠的体现。这样的孩子内心渴望父母的更多陪伴,但又不知道如何与父母相处。

与乖孩子相反,有些孩子一旦出了幼儿园,就恢复了小皇帝的身份,他们对父母提各种要求,一旦不被满足,就会发脾气,不达目的绝不罢休,也有的孩子因此学会了跟父母讨价还价。这样的孩子,其父母通常都对孩子有亏欠心理,总觉得孩子在幼儿园待了5天,到周末,就该聊足了劲儿对孩子好,而这种补偿心理,更多的是偏重看得见摸得着的,比如买玩具、带孩子吃喝玩乐,一句话,只要眼下能做到的,全部无条件满足,孩子高兴,大人欢喜,一家人其乐融融。但是,孩子会最大限度地利用爸爸妈妈的“歉疚”,日久天长,孩子的欲望越来越多,甚至蛮不讲理。最终导致孩子在幼儿园养成的良好习惯在周末两天里难以延续,出现“5+2=0”的状况。

拉近亲子关系 保持家园一致

拉近亲子关系,父母和孩子之间就要保持良好的相处状态,彼此的交流在愉快的氛围中进行,父母对孩子的话题表示出浓厚的兴趣,孩子在交流中获得安全感,并感受到爸爸妈妈对自己的爱。

看图说话 父母了解孩子寄宿生活

3岁后开始全托的孩子,因为年龄小,语言表达能力和记忆力有限,到了周末,他们会忘记前几天发生的事情或想对爸爸妈妈说的话,很难主动向家长讲述一周内身边发生的事情,如果孩子较内向,就更不会对父母说什么了。针对这种情况,爸爸妈妈可以教孩子以画画的方式表达自己,父母画一张、宝贝画一张,再各自讲讲画的是什么内容。然后,提示孩子每天在幼儿园用画记录下想和爸爸妈妈说的话,周六



父母对孩子的话感兴趣,孩子在亲子交流中能获得安全感。

周日在家里照着画一一和父母说。这样,就不用发愁亲子之间没有话题了。当然,在孩子说话的时候,父母务必专注地听。

设置轻松情境 享受黄金时间

周末是寄宿幼儿和父母的黄金时间,而玩儿,最能拉近成人与孩子之间的距离。细心观察孩子喜欢玩哪类游戏,必要的玩具一定要买,第一时间发现孩子的需要,满足他,家长参与游戏,游戏中,父母尝试不断发明新的玩法,开拓孩子的思路,目的是让他玩得尽兴;也可以由孩子确定做他喜欢做的事,如一起看动画片、放风筝、去公园等,父母陪玩、分享亲情时刻;还选择共同做家务、包饺子、去超市购物,请孩子做你的小帮手。这些活动都能使孩子感觉和父母在一起的温馨快乐,心态放松,在特定的场合也更容易触景生情,能自然地流露出真实的想法,亲子交流比较顺畅,能更好地增进亲子关系。

借肢体语言增进亲子间的默契

孩子需要亲密,它不需要太多的语言,就能达到心与心的碰撞。调动起你身体的每一个细胞,用智慧创造出独特的肢体语言,让你的爱顺着这些“小动作”酣畅地流淌出来,亲子间有了默契,孩子很自然地愿意亲近父母。比如,爸爸妈妈的亲吻、真诚地拥抱、信任的眼神、赞许地点点头,或者,他们用尽力捏一下孩子的肩膀、摇摇他的手臂、微笑着轻轻刮一下孩子的小鼻子、冲他做个鬼脸、拍拍他的脑门儿、说句悄悄话,抑或深情地竖起大拇指,以示:“你真棒!”或“你真了不起!”

另外,双休日也是一家人尽情享受天伦之乐的时光。尝试一些温馨的活动,使孩子有可能在记忆中储存一个个美好的瞬间,比如亲子按摩、睡前的甜言蜜语、爸爸和宝宝的恶作

在线家庭教育指导

本期做客专家

赵春丽,国家二级心理咨询师,河南省教育厅承办的国培计划和省培计划院校心理健康教育培训专家讲师团成员、河南省平顶山市心理教育指导委员会委员。



我儿子13岁,孩子聪明、乖巧、懂事、善解人意,动手能力很强,学习成绩也不错,时常帮妈妈做家务,照着弟弟。他从小跟外公、外婆生活,回到我们身边后,孩子爸爸看不惯他的诸多生活习惯,加上工作和生活压力,对孩子百般挑剔,采用打压、否定的方式跟孩子沟通,甚至打骂、羞辱孩子,导致孩子失去自信。现在,孩子彻底把自己关在房间里,不上学,不学习,不和任何人沟通,一天只吃一顿饭。

面对这种情况,我该如何激发孩子学习动力,让孩子回归学校呢?

薰衣草



薰衣草,你好!

孩子不上学,不仅仅涉及学习动力的问题,还包含如下几种原因:

这个年龄段的孩子本应是活泼好动、贪玩调皮的,尤其是男孩子。孩子最好是和爸爸、妈妈一起生活,如果孩子能得到爸爸妈妈更好的陪伴,且父母夫妻感情好,每个成长阶段的需求都能被父母适度满足,孩子就会平稳度过青春期,起码青春波动不会失控,根据您的描述,比如:乖巧、懂事、善解人意,这些品质很好,很讨人喜欢,符合好孩子的标准,但是,这样的“好孩子”是被压抑出来的,好孩子称号背后是讨好型人格。

成熟的父母应该是孩子的世界、保护伞、港湾和加油站。不成熟的父母由于婴儿期和童年期,即7岁前、特别是3岁前的创伤经历形成的情结、认知和信念,以及为了保护自己弱小生命的焦虑和恐惧,无意中形成了强迫性重复模式,当他们成年后遇见外界相应的刺激时就会把不良情绪发泄到弱者身上。相对来说,自己对亲人更有掌控感,往往会毫无顾忌地把负面情绪发泄到亲人身上,孩子是家庭最弱的,没有危险性,对付孩子对自己更安全,所以,孩子就成了家里的替罪羊、家庭负面情绪和压力的调节器。

孩子从小没有和父母生活在一起,本身就缺少父爱、母爱,没有安全感、归属感,有被抛弃感、焦虑感、恐惧感、孤独感和无助感,认为自己不被认可、不被接纳、不被爱,由于情绪时常被压抑,可能产生抑郁情绪,甚至双相情感障碍,由于情绪无法排解,有可能发展成为心因性躯体疾病。

由于上述原因,孩子回望过去,尽是伤心、失望;目睹眼下,满是绝望;展望未来,则是无尽的焦虑与恐惧,孩子逐渐失去自信心、厌学、厌世。

要想激发孩子学习动力,首先要改善家庭环境,夫妻恩爱,家庭和睦,其乐融融,父慈子孝,家长成为孩子的榜样和偶像,让家成为孩子的心灵花园,孩子在爱中成长,拥有饱满的爱的滋养。

其次,兴趣是最好的老师,爱好是动力的源泉,父母对孩子最好的爱是帮助孩子找到兴趣爱好,帮助、支持、呵护孩子实现自己的愿望,享受生命的丰盛与富足。

怎样找到孩子的兴趣?孩子做事特别投入、忘我、享受、喜悦、踏实、有成就感和意义感,充满激情与活力,这即是孩子兴趣的显现。找到兴趣后,父母要帮助孩子规划实现兴趣的具体方案与步骤,比如孩子的兴趣是成为宇航员,父母应问问孩子当宇航员需要什么样的大学?考这个大学需要上怎样的高中?当下孩子学习成绩距离进入这个高中有多大差距,具体到各科学业,需要怎样提升?现在怎样做才可以到达目标?

为此,父母需要和孩子一起制订学习计划,鼓励孩子踏踏实实完成一个个阶段性目标。在学习过程中,孩子或许会有不喜欢的科目、老师、流程、规则等,告诉孩子,这是为了达到目标的必经之路,是服务于目标的规定项目,就像开车必须要经历考驾照的过程。另外,表彰奖励可以提升孩子的学习兴趣,物质和语言激励因人而异,父母要及时、适度地肯定、表扬、鼓励、奖励孩子,让孩子看到自己努力的阶段性成果,便于再接再厉。

激发孩子学习动力先改善家庭环境

育人实践

以美润心,构建美育新样态

■ 中国妇女报全媒体见习记者 张凌漪
■ 乐丁

坐落于重庆市北碚区的朝阳小学,拥有150余年的厚重文化底蕴,一直以来秉承“良师兴国 学子振邦”的办学理念,坚持“今天的阳光少年 明天的优秀公民”的育人目标,以美育人,构建育人新样态,让美育成为必修课。

校园美育成为学生全面发展的底色

朝阳小学校长赵铭告诉中国妇女报全媒体记者,学校构建了人文生态美育与自然生态美育活动课程体系,实施了美育活动课程教学实践研究,完善了其评价机制。在研学中带领学生发现美、欣赏美、创造美。

以剧润心,以美育人。自2017年,学校开设了儿童剧场创意社团课程:儿童创意川剧社、心理剧场、绘本剧场、童话剧场等。在制作道具时,引导学生发挥想象力和创造力,在手工制作过程中用手、用脑、用心感知美、认识美、体味美。师生们共同以学习者的身份,协作创编剧本,创新表演方式,创设环境氛围……让每个孩子都成为快乐、自由的学习者、实践者。此外,学校每年都邀请重庆市曲艺团进校园,让孩子们感受曲艺之美,深入领略传统文化。

馆校联动,以美育人。学校借力博物馆、科技馆等优质公共教育资源,形成富有特色的“博物馆+”教学模式,拓宽学生知识,满足学生的好奇心,在深度、广度上满足学生自主发展的需求。

将课堂搬到博物馆里。学生苟馨语在参观重庆市自然博物馆后说:“收获很大,尤其是看到了语文课上学习的原始中华龙鸟,特别兴奋。”她和同学特地在恐龙厅里找到这块化石,认真观察了课本上关于原始中华龙鸟的特征。“见到实物后,留下了更深的印象。”她说。

为学生打造多彩展示平台

“孩子们,这个问题怎么解决呢?请大家试着画画图、举例子或者动手做做实验来证明你的想法。如果有疑问也可以找老师帮忙。”课堂上,邵林老师用少量语



孩子们在朝阳小学“吉兔迎新”开学典礼上。

言引导,把课堂主动权还给学生,让学生多体验、多发现、多思考。邵林表示,老师要了解学生的思维,提供适宜的活动机会,耐心鼓励,让学生表达心得感悟。

美育是灵性的教育。学校要求每位教师专注于自己的学生,用心了解和发现孩子的长处,发掘孩子的潜能,引导学生表达自我。

基于故宫丰富的美育资源,学校开发了适合小学生审美意趣的“二十四节气微课程”,设计了档案袋式美育活动评价单。让浸润式、体验式、自我引导式的教育主流模式走进课堂。学校号召家庭和社会一起了解二十四节气中的气象意义、物候特点、经典诗词,在传统文化的浸润中滋养彼此。比如,老师和家长共同引领学生了解秋分“平分秋色”之意,学生们用心感受着丹桂飘香、蟹肥菊黄和丰收的喜悦,擅长绘画的学生挥笔画下红艳艳的辣椒、黄澄澄的玉米棒子、紫褐色的板栗;擅长书法的学生执笔写下“秋分雷自会收声,白露明朝忽震霆。怪得坐中惊欲倒,邻墙老柳碎中庭”。擅长动手制作的学生拾起一片秋叶,做成一页书签试图留住一缕秋。

朝阳小学的大美育实践探索,将美育融入德育、智育之中,引导发现身边的美,体验多种形式的美感和丰富的情感,以人间与自然之美滋养孩子的心灵,从而培养起他们健全的人格。

教育观

■ 薛元策

「鸡娃神器」与鸡娃教育

据媒体报道,学习机又火了。不仅火,还有了个新名称——“鸡娃神器”。有机构预测,到2025年,学习机市场将达到千亿规模。

所谓“鸡娃神器”,就是把“哪里不会点哪里”的传统学习机功能,升级为“从学前到高三的课程都开通好了”的全学科视频课程覆盖。坊间普遍认为,这是一种因应“双减”政策的新的市场行为。不过,据《中新经纬》报道,截至目前,教育部门校外培训监管人士表示,“鸡娃神器”并无违规培训之嫌,其预置课程属产品性质,不适用《校外培训行政处罚暂行办法》。

尽管“鸡娃神器”提供的“超前学习”功能规避了政策风险,但其背后蕴含的“教育焦虑”却真实存在。从市场的响应看,“鸡娃神器”就是许多家长弥补子女学科教育不足的替代品。需要指出的是,这种“教育焦虑”下的鸡娃思维,正在侵占着家庭教育的时间和空间。在许多家长意识中,鸡娃思维甚至鹤占鸠巢,变成了家庭教育的主导观念。

认真审视“教育焦虑”,可以发现,它是家长因自我阅历和环境经验产生的焦虑心理作用于子女教育的反映。从个体上看,它甚至是在社会竞争压力下的一种臆想结果。时至今日,“教育焦虑”的主体,已经不再是原来的“望子成龙”,而蜕变为仅仅是“不被落下”的保守思维。而究竟什么是“不被落下”,家长们并无清晰准确的标准,只认准了“别人有的我也要”,从而形成了盲目的攀比心理。

这种“教育焦虑”同样左右着许多家长的家教观。“不被落下”不但成为以家教补偿学科教育的潜台词,甚至侵袭了素质教育和兴趣培养这些主流家庭教育内容的初衷。尤其在儿童兴趣的指导和选择上,许多家长不是以孩子的兴趣为由,而是采取了简单粗暴的“随大流”的模式,别人学乐器我也学乐器,别人学钢琴我也学钢琴。

家庭教育的基本原则之一,是促进儿童的个性化发展。这是构建多元健康社会的基石。不难想象,基于“教育焦虑”思维的“随大流”家教模式,只会令儿童从小就失去个性化发展的可能,将来也不可避免地陷入同质化竞争的陷阱。这是在强调家庭教育重要性的同时,需要全社会同步建立的一个共同意识。