

在线家庭教育指导

敬国慧, 国家二级心理

咨询师, 青少年教育专家, 绘画心理分析师, 飞鸟高级家庭教育资深心理老师。

本期做客专家



我女儿18岁,是个乖巧懂事的孩子,今年考上了理想的大学。上大学前,我们无微不至地照顾她,什么事都没有让她操过心,她只管认真学习。有一次,她告诉我自己喜欢一个人,也是生平第一次对一个人有这种感觉,很兴奋也很幸福。听了女儿的分,我没有认同她的感受,还狠狠地说她很恶心,批评了她,并告诉她,你的任务就是好好学习,只要有了好成绩,将来什么都会有的。女儿听了什么也没说,也不再提恋爱的事情了。

上大学后,她很少跟我们说心里话,我们也没多想,直到最近辅导员打来电话,说孩子在学校很少与同学交往,一直独来独往,学习也没有热情。

紫芯

父母的爱要有边界



紫芯,你好!

听到你讲了孩子的问题,我感到非常的难过,你女儿本该享受美好的大学生活,但她却沉浸在孤独之中,失去了对学习和生活的热情。在我们的咨询中遇到这样问题的孩子很多,说心里话我很心疼你的女儿。她高中阶段,情窦初开,对爱情懵懂,也有新奇的感觉,她这段感情需要父母的认可和引导,可是,你们不但没有引导孩子如何正确看待恋爱关系,反而不认可孩子的感情,并且贴上了不好的标签,以至于孩子认为喜欢一个人是可恶的,她开始向内心攻击自己,认为自己就是一个不被人接受和喜欢的女孩子,从而开始封闭自己,不信任别人。

要帮助孩子打开心结,需要从几个方面来努力。

父母的爱要有边界,如果爱给得太多,边界模糊,孩子也会沉溺并丧失体验生活的兴趣和快乐。即使她上了大学,心智和能力都不成熟,我们觉得她长大了,放手了,可她却像折翼的海鸥一样,经不起任何风浪,被搁浅在人生的沙滩上,不知何去何从。对于你女儿目前的状况,你们做家长的要真诚地向孩子表达歉意,承认你们一直以来太注重成绩,事无巨细地呵护她,过度保护她,没有及时放手,这都是源于对她的不信任,让她丧失了锻炼自己的机会;同时,你们对她的感情和生活也关心甚少,忽略了她正常的恋爱心理和情感需求。告诉女儿,她对一个人产生爱的情感是正常的,美好的,爸爸妈妈不应该给她贴上不好的标签。

现在她上大学了,成年了,作为家长,你们也要及时修正自己,改变以往的教养模式,尽量放手让她独自去面对一些事情,而你们则退到幕后信任她、祝福她,在她需要的时候支持她,让她体验学习以外的快乐和幸福,比如生存的能力、社交的建立、爱情的美好等。如果女儿愿意,你们愿意和她交流探讨交友、爱情、人生等问题。

及时肯定和赞美孩子生活和学中的闪光点,让孩子知道自己是值得被他人喜欢和欣赏的,在心态上做好准备,学会自我鼓励。比如告诉自己:“我是一个很优秀的孩子,肯定有同学会接纳我的。”或者对自己说:“我这么优秀,如果被拒绝了,那是他们的损失啊。”

让孩子从和某个人缩短距离开始,这个人一定是一个小团体里有号召力和发言权的人。比如孩子看中了一个小团体想加入,团体中有四个人,其中C最具话语权,也是有亲和力、好相处的人。那么,你们可以鼓励女儿找机会和他接触,主动表示想加入这个集体中。相信在你的耐心陪伴和鼓励下,孩子一定会变得自信和快乐,找到属于自己的人生方向。

幼儿期是奠定孩子对欲望基本态度的重要时期,它决定了孩子今后能否正确地面对各种诱惑。因此,家长应从小培养孩子的自控力,使之学会合理节制自己的欲望

热衷于买买买 父母如何教孩子学会控制购买欲

陈若葵

一位妈妈在微信群里吐露了自己的苦恼:近来女儿说的频率最高的一个字是“买”,带她到公园,要买气球、风车、泡泡枪;去超市,必买卡通橡皮、彩笔和新款的玩具;即便是走过路边小店也能挑上几款发卡和小辫绳……总之,无论去哪儿,女儿都不能空手而归,而类似的东西家里已经攒了很多。

生活中,不少父母有过与这位妈妈相似的经历,我们也时常看到这样见啥要啥的购物狂孩子和他们软硬兼施的父母。然而,一些父母最终在孩子的软磨硬泡中败下阵来,向孩子妥协。久而久之,就导致了给孩子买得越多,他们购买的欲望反而越强烈,“物质小孩”的欲望很可能是个无底洞。

面对孩子的购物要求,如何做到适度满足?既不让他们产生匮乏感,又能避免惯坏他们,使之学会控制自己的欲望,节制自己的行为?

孩子为什么见啥要啥

很多宝宝从出生就被丰富的物质所包围:除了吃的、喝的、穿的、用的,可爱的玩具等儿童用品是少不了的,家长往往不加考虑买了又买。这种做法的隐患是:在孩子还没学会提要求之前,家长就在无意中培养孩子的物欲了。

3~5岁的孩子是电视、网络广告的忠实观众,对其中好吃的、好玩的难抵诱惑;而一些动画片的副产品,如书、书包、玩具、文具、服装,更让孩子们心动。五六岁的孩子有了攀比意识,他们会要求买一辆别人那样的赛车、芭比娃娃或者连衣裙,也可能模仿其他小朋友的样子,要求在肯德基和小伙伴一起庆祝自己的生日,孩子的本意是希望小朋友羡慕自己。

孩子买买买也受好奇心的驱使。他们逛街时看到琳琅满目、色彩绚烂的商品会产生强烈的好奇心和探索欲,产生拥有它的冲动。受年龄、意识的限制,孩子还不懂得区分欲望和需要,也没形成正确的金钱观。如果此时家长溺爱孩子,有求必应,会让孩子觉得这一切理所应当。

有些孩子,当欲望得不到满足时,会采用哭闹的形式要挟父母。一些家长羞于让孩子在公众场合撒泼哭闹,不愿意在众人面前丢脸,选择息事宁



孩子必须学着从量入为出的角度考虑问题,避免无节制地购买同类物品。资料图片

人的态度,聪明敏感的孩子就学会了通过不买就哭的方式胁迫爱面子的父母,达到目的。父母的这种做法客观上助长了孩子的购买欲望。另一些家长对此则采取训斥甚至当众动手打骂孩子的做法,这样会伤害孩子的自尊心,导致亲子关系紧张,孩子今后不敢对家长提出要求。此外,还有部分家长既不理睬孩子的情绪,也不答应孩子的要求,让他在众目睽睽之下哭累了或觉得没意思了自动放弃,孩子会因此觉得父母并不关心自己,内心产生严重的被忽视感,觉得自己不值得被爱,这样做也会给孩子带来严重的心理伤害。

怎样让孩子节制自己的欲望

幼儿期是奠定孩子对欲望基本态度的重要时期,它决定了孩子今后能否正确地面对各种诱惑,包括情感、物质方面的,还有很多消极的东西,如烟、酒、毒品等。因此,家长应从小培养孩子的自控力,使之学会合理节制自己的欲望。

购物需要计划

孩子想买的东西很多。对此,家长不急于否定。孩子的消费和大人的一样,计划是很有必要的,让孩子从小学会有所取舍,计划外开支的次数

和金额越少越好。

逛街前给孩子一张纸或一个本子,让他把所有的愿望都写出来,说明这个星期只能买两样或三样东西,由他权衡先买哪个,这样他自己就能过滤掉那些可买可不买的。然后,拿着这个清单去购物,这既满足了孩子的期待,也让孩子明确了目的性。如果孩子选择了清单上没有的物品,家长可以理智地告诉他,要先购买清单上的东西,让孩子明白,购物是有计划进行的,不能随心所欲,这样能有效地应对孩子的不买就哭。

在商店,教孩子看物品的标价,告诉他怎么省钱,省下来的钱又可以买别的东西,把“有计划花钱”的概念植入他们的内心。

让孩子知道量力而行

孩子之所以看到什么就想买什么,是因为他们对钱没有概念,只知道花钱就能买,却不知道钱是有限的。面对孩子的购物要求,父母应设立一个标准:什么价位可以买,什么价位不可以买,以便孩子量力而行。否则,会增加家庭的消费压力,还会导致孩子错误的金钱观念,长大后无法合理调整自己的经济状况。

如果哪一天孩子缠着你买标价480元的遥控

一切以孩子身体为重

薛元策

近日,一张小学生打着吊瓶做作业的图片,不但引来公众唏嘘,也引发官方关注。对此,北京市教委专门发文要求,对学生患病期间的作业一律不做硬性要求,不建议患病期间赶、补作业,最大限度保障学生健康安全,一切以孩子身体为重。

官方的要求虽然针对的是学校,但家长的作用同样不可忽视。有评论指出,这张图片映衬出当下教育内卷的残酷甚至畸形,鸡娃父母显然是背后重要的推手之一。事实上,图片引发公众唏嘘的直接刺激,正是来自现场家长们的熟视无睹。一切以孩子身体为重本是常识,但身为孩子的第一保护者,却在典型时间、典型地点发生

的这一典型事件中令人醒目地推翻了常识。

家长在教育内卷潮流中的作为,应该被视为衡量其作为监护人履责水平的重要指标。同时,家庭教育与学校教育的关系,也有必要被重新审视。事实上,仅就孩子的学习环节而言,家庭教育的功能,应该表现为减轻而不是加剧学习中的紧张和压力,为孩子营造一个张弛有度、轻松和谐的学习环境。从这一点上看,一切以孩子身体为重,对于家庭教育具有紧迫的现实意义。

无独有偶。在近日举行的国足世预赛看台,出现了类似的画面。一位小学生,背对着激战正酣的球场,伏在座椅上写着作业,与身边球迷的群情振奋形成了巨大反差。显然,这位小球迷的孤独身影所诉说的,是家长既要



小学生打着吊瓶写作业。资料图片

教育观

协同教育

烟台黄渤海新区纵深推进全环境立德树人

以家庭教育为切入点,探索协同育人模式



一些家庭参加黄渤海新区举办的社区亲子活动。

中国妇女报全媒体记者 姚建 刘正

今年以来,山东省烟台市黄渤海新区以家庭教育为切入点,纵深推进全环境立德树人。区文明办、妇联、教育局创新家校社三方联动育人模式,联合开展首届“家庭教育成长季”系列活动,传播家庭教育知识,提升家庭教育能力。

各部门协作,凝聚教育合力

今年6月,区工委宣传群团部印发《关于全环境立德树人“家庭教育成长季”活动方案》(以下简称“家庭教育成长季”)的通知。活动采取学校(部门)推荐、公开报名相结合的方式,招募参赛家庭;学校、社区家长学校、家庭教育志愿服务队为参赛家庭提供全方位指导服务,通过指导教师、家庭教育辅导员双轨

辅助方式,探索建立家校社三位一体的全环境立德树人新模式。“以前只靠老师教孩子,现在凝聚各方合力,助力提升家庭教育质效。”黄渤海新区开发区第三小学老师胡会敏说。

据了解,活动要求指导老师定期监督家庭成长情况,督促参与活动,对参赛作品进行指导;家庭教育辅导员要与家长制订成长计划,协助家庭完成活动,根据各家实际情况提供必要的专业指导辅助。家庭教育辅导员王晓玥认为,参与到活动中能精准解决家长“急愁难盼”的问题,改变家长教育观念,使他们能拿出更多时间高效陪伴、引导孩子。

全社会参与,活动精彩纷呈

夏日游园、实地观展、集点打卡……7月23日,烟台福莱山市民文化公园内,“家庭教育成长季”启动仪式暨家庭教育园游会举行,百余组亲子家庭前来“打卡”。园游会采取“大集”形式,将现场分为科普教育区、美德信用区、才艺展示区等7个板块,共设置19个项目,旨在实现“一次打卡,多重提升”。一位小朋友说:“学到了很多知识,今天是幸福快乐的一天。”家长陈先生则表示,孩子们与父母玩在一起、学在一起,密切了亲子关系,也让家长体会到陪伴的乐趣,让孩子享受陪伴带来的快乐和自信,健康成长。

此后,课外实践体验游、中外文化交流、寻找“最美之家”、社区亲子运动会、家庭教育大讲堂等系列活动接连举办,为全区青少年提供丰盛的家庭教育盛宴。

“月月有主题,周周有活动。”据介绍,活动历时3个月,组织开展各类活动40余场,涵盖家庭教育提升、心理辅导、文化艺术、亲子运动、文明倡导等方面,累积超万人次参加,促进了家庭教育与学校教育、社会教育的协调发展,在全区营造了重视家庭教育、支持家庭教育的的良好氛围。

全家参与,共绘成长手册

活动为每组家庭制订家庭教育成长计划,设计制作并向家庭发放了《家庭教育成长手册》。家庭通过参加各类活动,完成成长计划“打卡”积分,获得最适合的“成长路径”。

“这些照片都是我参加活动时拍的,上面有我的感谢和妈妈对我的寄语。”学生马婧舒笑着说,与家人一起参加了好几场运动会让她印象深刻,“和爸爸妈妈一起运动,还拿到了名次,特别开心。”马婧舒的妈妈舒兴英看着孩子手中的《家庭教育成长手册》笑着说:“孩子把参加活动的感受和收获写了下来,是很好的总结。通过参加活动,孩子更自信了,也能勇敢地展现自己了。”

学生徐艺菲的爸爸徐彦龙对《家庭教育成长手册》赞不绝口。“手册每页的背景图都很符合主题,激发了孩子参与的兴趣。”他表示,“3个月中,我们全家一起参加活动。这个手册记录了孩子生活、学习中的点点滴滴以及每一次成长的足迹。成长无痕,记录有爱!”

全环境立德树人,探索新模式

不少家长表示,参加活动收获颇丰、感触很深。“家校社三方联动的家庭教育模式,有利于家庭教育能力的提升。”家庭教育辅导员韩红梅说,孩子的优秀来自家庭的影响,家长陪孩子一起参加活动,就是有效陪伴,对孩子的成长有益。胡会敏老师则建议,家长多与孩子沟通,多陪伴孩子成长。

10月28日,黄渤海新区举办“家庭教育成长季”结业仪式暨家庭教育成果展,区宣传群团部副部长姜学军表示,各学校、家长、家庭教育辅导员要建立健全长期沟通和配合联动机制,探索家校社协同育人新模式。

信息资讯

第四届“创教育 创未来”

儿童人工智能教育研讨活动日前在江苏省无锡市举办。本届研讨活动由中国儿童中心主办,无锡市教育局、无锡市科学技术协会承办。活动以“共筑数字时代的人工智能教育与工程教育”为主题,与会者共商数字时代人工智能教育和工程教育的前沿与实践,共建数字时代育人新格局。

本届教育研讨活动设立工程教育院士谈、中小学工程教育的无锡探索、AI赋能教育的发展方向与趋势等七大专题,邀请30余名相关领域的专家和行业精英,结合当前教育热点,围绕人工智能教育和工程教育等方面展开研讨,并进行优秀课题和经典案例分享。

计算机工程技术专家、中国工程院院士陈左宁阐述了“卓越工程师”教育培养的时代背景、现实意义,梳理了“卓越工程师教育培养计划”政策发展历程。她表示,“卓越工程师”除了具备公民基本科学素养外,更应当具备以下科学素质:坚守学术道德和科技伦理、厚植工程素养,跨科学与工程的能力、数字素养能力、团结协作能力、沟通能力、持续学习能力、创新能力。无锡市教育科学研究院、无锡市少年宫、无锡市尚贤万科小学、江苏省锡山高级中学的专家、校长、教师分享各自在培养工科拔尖创新人才方面的思考、行动、样态和成果。华南师范大学、北京理工大学、北京青少年法律援助与研究中心等单位的学者、专家分别从生成式人工智能时代的教学创新、机器人技术助力青少年成才与腾飞、网络生态维护与未成年人健康成长、未成年人网络安全保护等方面为AI赋能教育的路径探索提供多元视角,启迪新思路、新方向。

活动中,中国儿童中心儿童人工智能教育实践基地正式挂牌无锡市少年宫。“AI童创未来”科技嘉年华同期举办,数字悦读、科创实践、编程教育和数字心理等丰富多彩的活动,充分展示了当前儿童人工智能教育领域优质的课程教学产品和成果,在新奇有趣的互动体验中让家长和孩子沉浸式感受高科技的魅力。

(小坐)