聚焦

如何让孩子拥有自己的强项？

■ 中国妇女报全媒体记者 陈若葵

很多家长希望孩子有一技之长。于是，各式各样的兴趣班上聚集了众多的幼儿和小学生们，也包括少数中学生。不少父母直言，每个周末带孩子从一个兴趣班奔波到另一个兴趣班，大人、孩子比平时还累。但是，辛苦的结果并不一定能达到理想的预期——部分孩子直到上高中、念大学，还是不知道自己对哪个领域感兴趣，也不知道自己心里真正热爱的是什么。

21世纪，我们面临一个多元化的世界，在科技迅猛发展的现代，个人的发展也是多元化、个性化的。北京师范大学教育学硕士、教育专家尹建莉认为，即便孩子热衷于冷门领域，只要他在这个领域很出色，其未来前景也不会差。那么，如何让孩子拥有一个爱好，并将爱好发展成自己的强项，未来足以傍身呢？

关注孩子的自发学习行为

家长细心观察不难发现，儿童在日常生活中、在自发的学习行为尤其是在游戏中，渗透着他们对周围事物的好奇和兴趣。尹建莉说："儿童游戏时往往能显现出他最拿手、最有兴趣的项目和内隐的才能。父母看到孩子与众不同的优秀方面可以鼓励他，安排机会让他表现，这样就容易培养起孩子对这件事情长久的兴趣，进而发展成将来谋生的技能。"

这样的例子并不鲜见。比尔·盖茨的爸爸曾说，孩子们小时候，他带他们去迪士尼乐园，10岁的大女儿出门时带了个小本子，把花的每分钱都记下来，回家后把剩下的钱跟本子上的账目核对，分文不差。他发现这孩子将来是当会计师的料儿。于是，小区义卖或一年一度的卖女童军饼干活动，都让大女儿管账，大女儿把账目管得很清楚，赢得人们的夸奖。她长大后果真成了有名的会计师。

通常，这些迹象能反映出孩子的爱好：

一、孩子喜欢做，且愿意反复或持续去做、相对专注且轻轻松松能做好的事情，就是其兴趣所在。比如，孩子喜欢画画，之后请爸爸妈妈帮他把画作装订成册，声称这是自己的书。二、孩子主动提出要上某个兴趣班。这时家长需要确认孩子是否对此3分钟热度，待确定孩子真的喜欢之后再开启他的兴趣班学习之旅，并提出"不能中途放弃，报了课程就坚持到底"的约定，督促孩子持之以恒。三、孩子主动翻阅某方面的书籍。如果孩子在阅读过程中专注于某类读物，比如，动物类、植物类、天文宇宙类或童话故事类，并提出与之相关的问题，说明这就是他的兴趣所在。

父母要有一双发现的眼睛

孩子感兴趣的事情中可能隐藏着其最大的天赋。家长通过观察孩子的行为，发现其兴趣和天赋，顺应这个才能培养，孩子更容易有所成就。比如，与同龄人相比，孩子能出色地背诵诗歌和有韵律的句子；家人讲故事或说话时用词不当，他会及时纠正；能绘声绘色地讲故事……孩子的这些表现，说明他可能有很好的语言天赋。

如果孩子两三岁时特别注意倾听有规律的声音；唱歌时音准很好；喜欢听各种乐器，并能辨别它们发出的声音；能对不同的声音发表评论，说明他可能有很好的音乐才能。

凡是走过的地方，孩子很少迷路；旅行时能记住沿途标记；画地图路线清楚，这类孩子有很好的空间方面的才能。

如果孩子经常问诸如"时间从什么时候开始""为什么小行星不会撞到地球""打雷、闪电和下雨是怎么回事"；善于把各种杂乱的东西按规律分类；下棋时能很快明白棋子之间的关系，表明他可能有数学、逻辑方面的天赋。

……

清华大学社会科学学院院长彭凯平表示："很多时候，孩子不一定知道自己的长项和兴趣所在，所以，父母的重要任务就是观察和发现，要有深度观察和沟通的能力，与孩子进行交流、探讨，为孩子提供体验丰富多彩生活的机会，鼓励孩子发掘自己的兴趣方向，帮助孩子逐渐明确自己的兴趣所在。"

创造宽松、自由和容错的环境

在杭州师范大学教师发展研究中心副主任安富海看来："兴趣的发展需要宽松、自由、容错的环境，家长要创造这样的成长环境，让孩子在更大的空间内自主发展。因此，家长要营造积极的心理环境，让孩子远离焦虑、怨恨等负面情绪；建设民主的教育环境，给孩子适当自由和选择的权利，只要孩子兴趣的价值取向正确，就应该尊重和鼓励孩子的选择；建立家庭容错机制，为其探索未知世界提供保障；创建孩子私人空间，让他在自己的空间里自由探索。"

家长要鼓励孩子大胆尝试。生活中，父母可以为孩子们提供各种不同的玩具和学习工具，尝试简单的科学实验。当孩子在探索中遇到难题或遭遇失败后，家长尽力帮助、鼓励孩子坚持，尽可能提供支持，并一同寻求继续下去的办法。

知识和体验相结合

培养孩子对自然科学的爱好，有效方法之一是将书本知识与动手实践相结合，读科普书籍和观察自然、做科学小实验相伴而行。比如，孩子喜欢昆虫，家长一方面和他共读《法布尔老师的昆虫教室》《昆虫记》《美丽的蝴蝶》《奇妙的昆虫》等书，看介绍昆虫的纪录片，去自然博物馆观看昆虫标本；另一方面，带孩子走进大自然，寻找蝴蝶、蚱蜢、蟋蟀、蝗虫、螽斯、螳螂等昆虫，亲眼观察、亲手捕捉，甚至饲养，了解某一类昆虫的生命轨迹。在家里准备一个显微镜，让孩子更清晰地观察这些昆虫体内的结构、器官和细胞活动的过程。

利用显微镜，孩子也可以更细致地观察各种材料，比如不同材质布料的纤维、花瓣或叶子的纹理等。通过凹面镜、凸面镜、三棱镜等不同镜子，孩子能观察到光的反射、折射，看到太阳光的色彩、强弱、光圈的移动变化……系统的知识和活生生的体验，能激发孩子探索自然科学的热情。

家长善于学习 孩子耳濡目染

人是环境的产物，孩子生活的环境、经历体验的事物，家长的榜样示范作用，或多或少对激发孩子的兴趣及其未来成长产生影响。培养孩子的兴趣，家长自身要善于学习、爱好广泛。家长有某方面的特长，孩子耳濡目染，也容易对这方面产生兴趣。比如，爸爸妈妈喜欢书法、绘画，经常在家里写写画画，一家人经常去看各种书画展，孩子对书法和绘画感兴趣的概率就会比其他孩子大得多。如果孩子的奶奶晚上经常带他去跳广场舞，那么，孩子就更容易喜欢跳广场舞，也因此可能会爱上跳舞。推而广之，孩子在音乐等其他方面的兴趣培养也是如此。

北京师范大学教育学部教授陈建翔认为，家庭教育的实质是家庭教养。家庭教养是整个家庭所有成员交互影响的过程，它还包括家庭传承、家庭环境、家庭文化等无形的影响，家庭教养对于人性成长、人格和谐发展至关重要。

避免孩子"被兴趣"

发展自己的天赋，孩子收获的不只是一技之长，在此过程中，他会表现出愉悦、积极、自信、专注等行为特征和品质，坚定对自己专长终生不渝的追求。因此，家长一定要尊重孩子的内心需要、保护和培养孩子的兴趣和天赋，最大限度地提供便利、创造条件，切忌根据自己的期待、价值观和对未来的判断替孩子选择兴趣，将自己认为好的"兴趣"强加给孩子，阻止孩子发展与考试无关的兴趣，让孩子在"被兴趣"中承受负担、折磨，甚至痛苦。这样做不仅使孩子背离成才之路，还有可能导致他产生巨大的心理问题。

图片来源于网络

家教在线

本期做客专家

韩南南，国家三级心理咨询师、家庭教育指导师。擅长解决青少年抑郁、焦虑、厌学、网络上瘾、适应障碍等心理问题；缓解原生家庭矛盾，帮助亲子完善人格、实现自我成长。

十二岁女孩重度抑郁，家长怎么办？

Q：

我女儿12岁，玩手机上瘾。女儿由外公外婆带大，有点儿溺爱。因我有残疾，平时很少陪伴女儿，且对她打骂、责备比较多。去年12月，女儿被检查出患有重度抑郁、焦虑、躁狂，住院两次。现在，孩子每天吃药，感觉很空虚却不想上学。如何解决孩子的上学问题？

小米

A：

小米，你好！

得知你女儿的情况，知道你很着急，也深表理解和同情。对此，我们分析一下：

你女儿目前面临的困境是多方面的，且与她的成长环境密切相关。从心理发展的角度看，她正处于重要的转型期，这一时期家长的支持和理解对她的发展至关重要。然而，孩子的情感需求并没有得到满足，加之她从小被溺爱、母亲陪伴较少，更加深了她的无安全感。孩子之所以依赖手机，是因为她在以这种方式逃避现实困境、不愉快的情绪和某些痛苦的体验。手机为她提供了临时的心理慰藉和逃避感，这在她看来是满足自我和得到娱乐的唯一方式。在强化孩子自我调节能力，帮助孩子寻找健康的释放紧张情绪方式方面，家庭成员可以共同努力，提供更多有益心智发展的活动来替代过度依赖手机的行为。

孩子抑郁、焦虑和躁狂的症状可能是由于情感需求长期未被满足导致的。家长过度批评、责备的教养方式，会加剧孩子的内心冲突，致使其自尊心受损。为了重新建立她对学校的兴趣和促进她的情感发展，我们必须了解她在家和学校感到空虚的原因，以及她借助手机逃避的是什么样的感受。

一旦明白了这些，我们才能制订相应的助力计划。但是，帮助孩子走出眼下的困境，重要的是您和家人要尽可能地为她提供稳定、温暖的家庭氛围，让她感到家是一个安全的避风港。比如，爸爸下班回家后多陪伴孩子，尝试持续地与女儿建立更深的关系，参与她的日常生活，了解她的心理和情感需求。这种正面的父亲参与可能对她的恢复过程非常有益。同时，寻求学校的支持，以便逐步而温和地鼓励她返回学校。在这件事情上，你不要操之过急，需要用一段时间帮助她克服心理障碍，并从根本上解决导致抑郁和焦虑的因素。

孩子的问题是家庭问题的一个缩影，解决孩子的问题，先要解决家庭系统中可能影响孩子心理健康的动态问题，提升家庭关系。在处理这种情形时，耐心和理解是至关重要的，而关注和支持则是让改变成为可能的重要元素。

我做妈妈

暑假如果只报一个兴趣班

■ 杰西卡

每年暑假是家长们讨论兴趣班的小高峰：到底哪个才是最适合孩子的？今天，分享一下我家选兴趣班的思路，给有同样困扰的父母们做个参考。

我家的兴趣班原则

概括来说就三个字：放、弃、收。

放：学龄前，在能力范围内，尽可能地多尝试，好的教育就是打开更多可能性。

弃：允许孩子尝试后放弃，但放弃的前提是不在感觉最糟糕的时候放弃。

收：广泛尝试后精简。选择一个孩子发自内心喜欢的，尝试一个她不怎么喜欢但通过练习可以做好的，让孩子明白未来自己也需要做一些不想做的事情。

喜欢也会打退堂鼓

孩子选了兴趣班也不一定能坚持。女儿小D的自由泳动作挺标准，教练提出新要求：换气更加连贯、速度更快等。新的目标，意味着更加艰苦的训练，还有压力。此后，小D每次去游泳班前讨价还价，还表示不想再学游泳了。

我和先生觉得要帮她体验一下，再坚持一下，体验成就感。于是，先生在游泳馆办会员卡，每次小D上课，他就在旁边的泳道游泳。这对小D有很好的激励作用，她发现爸爸虽游泳速度快，但姿势不标准，也在学习。她不仅想要让自己的动作更标准，成为爸爸的榜样，而且还希望在速度上把爸爸PK掉。我则经常把小D的努力过程，实现的小目标放大。她的注意力转移到了目标上，逐渐渡过了瓶颈期。

不喜欢也能做好

小D28周早产，肌张力异常，空间感知能力不好，协调性不强。她对身体的掌控力没信心，在竞技中缺少安全感。

攀岩是对她这些有帮助的运动，我们希望她即便不喜欢也要学。她上了两次课后就认怂了："妈妈，我肯定学不会的。"先生觉得让她坚持下去的最好方式是我和她一起学。而我严重恐高，第一次爬儿童墙，上去容易，但站在高点我死活不敢放手，僵持好久，不管下面的人怎么鼓励，我都不敢放手。直到最后感觉没力气后，我硬生生地自己爬下来。

那天晚上，先生问我，是不是真的很可怕？要不就换个其他的吧。我坚定地说："继续吧，我和小D一起自我挑战。"开始上攀岩兴趣班上，我恐高程度比小D大，我真的有过在顶端哭出来的经历。但意外的是，小D在这个过程中给我鼓励，她等我下来后会立刻冲过来抱抱我、摸摸我的头，在先生开我玩笑时捍卫我。而我每一次咬牙继续，给了小D很大的激励。此后，她再也没有说过要放弃攀岩。

如今，我和小D可以爬到顶端后轻松放手下来，我们垂直攀爬的速度都提高了，也学会了平移、换脚、交叉手和三点式。我们经常聊心得，发现我们仍会恐惧，会出现"自己是不是能做到"的疑惑，但也都明白这些情绪是正常的。这个认知给了我们两个人特别强大的力量感。

希望小D坚持的、发展的能力和品质，我们父母就先上。每个家庭都有自己的教育目标，这是价值选择。基于这个目标，我们都可以自主选择在乎的事情，并且真正为在乎的事情付出时间、精力和金钱。

（作者为微信公众号"大J小D"创始人，育儿专家，著有《和美国幼儿园老师学早教》等书。）

对校园欺凌说"不"

远离校园暴力

助力孩子活出自己的生命意志

■ 代秋影

未成年人在成长过程中，特别是在同伴交往中，相互间的"冲突"行为并不罕见。如何从根本上预防呢？我在多年专题调研和系统研究的基础上有一些思考。

我国校园欺凌事件的现状

从不同视角出发，校园欺凌呈现出完全不同的面向。

从舆论持续关注和个人观察来看，校园欺凌是普遍存在的客观现实。近年来，校园欺凌和暴力事件屡见报端，引发社会各界高度关注。一方面，这充分说明孩子对每个家庭的重要性，孩子能否健康安全成长，直接关系到整个家庭的幸福感。每个人在成长过程中或多或少、或轻或重曾遭遇过"欺负"，轻如相互起外号、善意恶作剧，重则包括恶意人身攻击、打群架等。由于各种原因，对于类似的冲突行为，迄今为止尚未形成有效的预防和应对机制。个体在成长过程中经历的诸如"被贬损""低自尊"等创伤大都没能得到及时有效的处理。当听闻类似事件发生时，曾经那种刻骨铭心的"受伤害体验"被再次唤醒，而如果恰好自己的孩子也面临类似的事情或者现实威胁，人们的焦虑、愤怒和不满就可想而知了。

另一方面，对于如何预防和处理孩子们相互交往过程中发生的冲突行为，我们的处置机制尚不专业，效果还有待提升。虽然"最有利于未成年人"作为基本原则已经被各方认可，但在每个家庭和学校中，在孩子成长的千千万万个细节里，如何站在孩子的立场，了解孩子的需求，提供真实有效的帮助，而不是以成年人的立场和设想代替孩子的内心需要？如何分清哪些是成年人被冲突事件激发出来的焦虑，哪些是处于冲突事件中孩子受到的真实伤害，真正保护孩子健康安全成长？对此，各方的专业储备、应对机制和处置效果尚不理想。总之，正是人们在成长过程中，在社会化过程中类似相互冲突行为的普遍性与应对的专业性不足之间的现实冲突和矛盾，让校园欺凌持续成为舆论的中心和关注的焦点。

从调研座谈和各方统计数据来看，学生欺凌貌似属于小概率事件。教育行政部门和各类学校，普遍反映校园欺凌事件很少，进入公检法司法渠道统计的数量就更少了。统计数据显示"少发"背后有很多原因，既跟"欺凌"认定标准不统一有关，也跟部分地区对校园欺凌本身的否定性评价有关，即一旦被问及有没有校园欺凌事件，学校领导难免会忧虑肯定性的回答可能会招致对学校安全防控工作水平的质疑。对此，笔者历来不赞成"结果追责"，而是坚持"过错追责"的思路，即假如发生了校园安全意外事件，谁有过错即追究谁的责任，应判断是家长的过错、学校的过错，抑或是其他职能部门或个人的过错，而不应仅仅因为该部门负有儿童保护职责就被追责。

在实践中，某种程度上存在的行政责任边界不清楚的问题，会导致相关部门和人员因担心被追责而不敢及时汇报"苗头问题"并寻求帮助，甚至会在安全事故发生后想方设法掩盖和回避，反而容易造成"小事变大事"，诱发舆论事件。

校园欺凌事件发生的根源

调研显示，校园欺凌事件集中暴发于12～16岁，主要集中在初中阶段。但问题产生的根源其实是6岁之前。心理学研究发现，所有违法犯罪的人，包括未成年人和成年人，其犯罪原因通常都可以从6岁之前找到童年创伤的痕迹，找到整个心理模式和行为模式的形成机制。

校园欺凌或者相互冲突行为并非在初中阶段突然出现，究其缘由，是因为人在6岁之前成长过程中会有各种创伤性体验，在此过程中形成了防御机制，开始尝试独自处理自我和真实世界中无法理想化的他人或外部环境的冲突，会有一些与法律和规则不相匹配的行为表现。这些行为表现，伴随成长历程，自幼儿园起即有所体现，但因为年龄小、力量弱，危害后果不严重，关注度相对不高。但12～16岁这个年龄段，叠加青春期彰显个性、活出自我的内在需要，加之亲子关系的影响力弱化，同伴关系的影响力愈加明显，校园欺凌或者学生之间的相互冲突行为在这个时期会相对集中外显。

校园暴力冲突行为的内生机制和预防建议

包括校园冲突在内，暴力冲突其实是人在成长过程中，在社会化的过程中，包括在家庭、学校和社会交往中所累积压抑下来的负面情绪，借助某一个微小事件向弱势群体过度转移和释放。这是绝大多数暴力的内生机制。当然会有一些例外，就是当被欺凌者或者暴力受害人忍无可忍，其负面情绪累积到极限的时候，会出现绝地反击的情况。此时通常表现为两种情况：一是向内攻击自己。有些孩子无法忍受和摆脱欺凌和暴力时，会选择自杀或者自伤。二是向外攻击他人和社会。主要有两种情形：第一，直接攻击施暴者。这种情况有正面的例子，就是受害人集中力量把施暴者狠揍一顿，以后自己的社会化过程开始走向正轨，从此不再被欺凌。当然，这种情况也有很多负面的案例。即，他在"以暴治暴"的过程中失手或者由于各种因素叠加导致了比较严重的伤害后果而必须承担刑事责任。第二，攻击不特定他人和社会。这种情形更危险，是所有人应尽最大努力预防和避免的，如"米脂三中"事件，曾经的暴力受害人长期累积的负面情绪没有疏通和释放，转而向不特定的他人释放，这种情况下就是多输的局面了，社会危险性特别高，有可能造成比较严重的后果。

鉴于未成年人暴力冲突事件产生的内生机制源于其累积和压抑的负面情绪。因此，需要家长、学校以及所有与未成年人保护相关的部门和人员齐心协力，共同为孩子营造一个充满爱、自由和尊重的成长环境，建立平等、信任、尊重、结实的亲子关系和师生关系，做一个偏心的知情陪伴者，尽量兜住孩子的负面情绪，使之有一个安全出口。如此，能够活出自己生命意志的孩子，大概率既不会自杀，也不会攻击他人和社会。

（作者系最高人民法院中国应用法学研究所研究员、未成年人保护研究中心主任）