



请扫码关注
“家庭教育之声”

主编:杨咏梅 编辑:杨咏梅 设计:王星舟 校对:张静
电话:010-82296652 邮箱:jiaojiaoyu@edumail.com.cn QQ群:371368053

2017年12月28日 星期四

助力家庭建设 涵养教育生态

家教主张

让你的孩子 遇到优秀的父母

李蔚红

在家庭教育研究工作中,我接触过很多父母,发现那些能够理解别人、耐心、乐观、宽容、助人的家长,他们的孩子一般都长得很好。

那些健康、优秀的孩子,几乎无一例外地拥有慈爱、勤劳、智慧的父母,即使他们来自贫困的农村,父母没有学历,整年在家种地,也是深明事理、勤俭持家、四邻和睦、受人尊敬的人。这些孩子健康、优秀的根本原因,在于有幸遇到了优秀的父母。

但在现实生活中,大多数父母只是期望生养一个优秀的孩子,却很少为了成为优秀的父母而学习和努力,于是在平庸庸碌的人生中,抱怨着不成器的孩子,一辈子稀里糊涂地度过。

协和医学院一位品学优秀的男生,大学期间去加拿大的一个医学实验室交流学习,每次回来都为母亲和家人买几件温馨的礼物。在国外过春节,会打电话一一问候老师、同学。后来我认识了他的妈妈,她正参加一个心理培训班,以便每个星期去义务帮助失聪的孩子。这位看上去十分年轻的妈妈不仅工作好、家务好、摄影好,做事情总是热情又耐心。她说儿子小时候她总叫他“米奇”,每当儿子做好了一件事情,她都会摸摸他的头鼓励说:“米奇真能干。”儿子就是在这样的鼓励中成长起来的。

教育家斯宾塞发现,几乎所有成功的孩子,都是成长过程中幸运地遇到了好的引路人。有的是父母,有的是老师,有的是朋友,有的可能只是大自然的一个特殊的环境。而所谓“失败”的孩子,则一般是由于遇到了各种类型的粗暴者、不快乐者、有劣行者。

斯宾塞列举了下面几种影响孩子早期生活的人,让我们也来对照一下,看看自己是哪一种父母

- ▶ 完全不懂教育而又缺乏同情心的父母
- ▶ 对孩子教育从不负责任的父母
- ▶ 严厉而刻薄的老师
- ▶ 凶猛而无知的同学
- ▶ 俗气而愚昧的亲戚
- ▶ 已经变坏的兄长
- ▶ 长年不得志、内心阴暗的老师
- ▶ 粗暴、武断的长辈
- ▶ 有遗传的精神变态家庭

我们都知道孩子出生后是需要逐渐学习生存知识的,我们经常会教导他们,会为他们买书,到了上学的年龄送他们进好的学校,为他们选择品行好的老师,但很少有人认识到,刚做父母时,我们对如何养育孩子并不具备天生的知识,也是需要学习的。

我曾经劝一位孩子教育已经出现问题的母亲,空闲时读几本家庭教育的书,或者抽时间去听几堂家庭教育讲座。这位读过博士的母亲有很多研究要做,要上很多的课,她很不解我怎么会提出如此“低级”的建议,反问道:我没有时间,这还要学习吗?

一次留学咨询会上,我跟一位母亲同时进场,会场已经座满了,只有一张空椅子上放了一个手包,这位母亲走过去把手包放到地上就坐了下来。过一会儿,有人过来说座位是她的,但刚刚坐下时的母亲说这不是公交车不能占座,两人就争吵了起来。我注意到这位母亲的儿子理着时尚的发型,但是神情冷冷的,对母亲的问话要么扭头不回应要么就是顶撞两句。

斯宾塞指出:许多成年人以爱的名义对孩子所犯下的错误,结果却让孩子用一生的痛苦来承担。这一点,在跟一些前来咨询孩子学习或者品行问题的家长交流时,我体会尤其深刻。事实上,孩子的问题无一不是家长的问题,是父母或者是生活环境的问题。这些家长却只是不停地指责着社会、学校,甚至离了婚的丈夫或者妻子,很少反思自己。

一个高中毕业的男孩因为女友要分手而掐死了自己的女友,即将面临法律惩罚,让父母痛不欲生。他的父母都在媒体工作,生活条件优越,一直对儿子的未来充满期望,让他上全市最好的学校,平日总是给他很多的钱,但很少有时间在家陪伴儿子。男孩从父母这里学到用钱来解决生活中遇到的问题,总是给女朋友很多的钱,却不知道如何处理分手的情绪。

一个14岁的男孩,暑假到叔叔打工的广东番禺玩。一天晚上,叔叔带他骑着摩托等在一公路的拐弯处抢女人的包。抢了一个,再抢一个,就这一次抢劫让这个孩子被送去劳教一年。他的父母和老师都举证说,没有去叔叔那里以前,他一直是一个品德端正的孩子。

许多被一般法律和道德认定为有罪的孩子,他们并不是真正的有罪,而真正有罪的人却逃脱了法律和道德的惩罚。斯宾塞的整句话值得每一个为人父母者思考。每个孩子都是由父母带到世界上的,每对父母也许都是挚爱孩子的,对孩子的成长深怀着美好的期望。但仅仅有爱是不够的,一旦开始为人父母,就要开始学习,学习做父母的知识和经验,也学习避免一些错误和危害。

父母多学习一点,对孩子的教养就会更好一点,让孩子遇到优秀父母的可能就多一点。(作者单位:母亲教育研究所)



王娟 摄

热点聚焦

不少中小学生的焦虑程度超出正常水平

少年也知愁 疏导有高招

赵石屏

因体育课忘了穿白球鞋被老师批评提醒,之后一见到操场的跑道就觉得透不过气来,这个孩子是严格要求,还是有了焦虑倾向?一座大山,山上插满了尖刀,自己在山的这一边,山的那一边是100分,关注。

这个孩子的画流露出怎样的情绪?持续高焦虑会导致心理疾病、身体疾病,甚至可能有性命之忧,据中国科学院心理研究所调查,目前不少中小学生的焦虑水平持续增高,成为心理健康的严重威胁,有的已威胁到生命安全,家长要高度关注。

持续高焦虑会导致心理疾病、身体疾病,甚至可能有性命之忧,据中国科学院心理研究所调查,目前不少中小学生的焦虑水平持续增高,成为心理健康的严重威胁,有的已威胁到生命安全,家长要高度关注。

要了解孩子为什么焦虑

家长要学会了解孩子的焦虑源,要知道孩子为什么事情焦虑。一般来说,中小学生的焦虑不外乎学习焦虑、人际焦虑、身体焦虑等,而学习焦虑是最普遍的,人际焦虑、身体焦虑比例也不小。据中国科学院心理研究所调查,目前学习焦虑最主要的起因是升学压力、学习内容的难度、学习内容数量过大,还有教师、家长与学生因为学习成绩而引起的冲突。

我曾主持项目调查小学生的情绪健康问题,选取的是高年级几个班的孩子,要他们用简笔画画出我的苦恼,并到讲台前讲述自己画的是什么苦恼,焦虑

又因何而起。最终归纳起来主要有如下几类:学习焦虑、缺乏安全感、同伴失和、亲子冲突、师生关系、体障障碍等。

从焦虑源看,因为学习压力而苦恼的约32%,同伴关系约25%,亲子关系约18%,师生关系约10%,自我接纳约10%,其他约5%;从焦虑程度看,有关学习焦虑的几个画面展示的焦虑程度让人心惊。

画面之一:一颗鲜红的心脏,一支利箭直穿而过,心尖在滴着鲜血,旁边写着79分。

画面之二:自己全身都埋在土里,地面只露一个头,动弹不得,天上有几架飞机,正对着自

己的头,投下一连串炸弹,自己表情绝望。孩子讲述这是自己想到考试时的感觉,无力无助、沉重万分。

画面之三:一串黑色的脚印,旁边写着85分,学生讲述:考差了,拖着沉重的脚步回家,等着挨打、挨骂,甚至没有饭吃、挨饿。

画面之四:一座大山,山上插满了尖刀,自己在山的这一边,山的那一边是100分,学

生道:我觉得这座尖刀山自己爬不过去,总是考不好。

画面之五:一块大石头,一把刀,旁边写着:数学,学生声音低沉地讲述我的数学考得很

差,我的心像石头在砸、像刀在劈一样。这些画面强烈的负面情绪色彩,反映出孩子们学习焦虑的普遍性和程度的严重性。人际焦虑、自我接纳的焦虑也普遍存在,一个当中队委的孩子画了她的两根杠,画了3张选票。全班投票选三好生时她只有3票,她说:我被全班抛弃,想不通为什么,非常苦恼。

现在的孩子虽然无衣食之忧,但家长对孩子的心理需求、精神需求却重视不够,而家长过度关注分数、对成绩不好给予严厉惩罚,是孩子学习焦虑持续上升的家庭缘,这对家长是一个警示。

上世纪六七十年代,交通远远没有现在发达。父亲在县城车队工作,岗位却在乡镇里的车站,为被照顾的家属,母亲被分到离县城最远的一个偏僻的山区车站。平时,他们两个人各自守着一个车站,所有的事务全部由一个人打理,日子孤独而寂寞,一两个月才能团聚一次。

我的出生,既给母亲增添了喜悦,也给地增加了负担。为了不影响到工作,母亲把我放在新外婆家,每周走二十几里山路回来看我,来回奔波只为多尽一点母亲的责任。我一岁多的时候,母亲把我带到山里的车站,独自一人边工作边带我,那份辛劳自不必说。现在回忆起来,我耳边仍有长途汽车轰轰驶过的声音和母亲忙碌不停的身影。

六七年后,父母都被调回县城,全家终于团聚,母亲辛勤劳作依旧。父亲有书呆子美称,爱读书的人不爱动手,所以大到搬家挑重的体力活,小到缝缝补补的针线活,全家里里外外基本靠母亲一人打理。

我还清晰地记得,小时候有一次大雨滂沱,连续多日之后,外面下大雨,屋里下小雨,父亲正犹豫着如何去请人来看看屋顶,母亲则一边埋怨一边去邻居家借来长长的竹梯架在了外墙上。父亲是无论如何也不愿爬梯子,母亲只好爬上屋顶去修瓦片。惴惴不安的我只能和父亲一起紧紧扶着竹梯,紧张得大气也不敢喘,心中只能一直默念:肯定没事的,肯定没事的,老妈快下来,老妈快下来。

尽管生活并不富裕,但有了母亲的辛勤操持,一家人生活朴素而温馨。母亲不怕苦不怕累,的碎碎念也一直激励着我。每当深夜坐在写字台前读书感到倦怠时,眼前总是会浮现母亲忙碌的身影,瞬间又充满了力量。

感谢母亲给我的精神指引。勤俭持家、忙里忙外的母亲,对待工作也是一丝不苟,甚至可以说是较真。

回到县城的车站后,母亲被安排的岗位是检票员。当时人们出行都是依赖长途汽车,到站后乘客需要拿着车票从统一的出站口出站,母亲就站在出站口负责检票。在公有经济的年代,人们的生活水平不高,总有一小部分人会想尽一切办法逃票。面对逃票的人,母亲总是一身正气。哪怕是面对五大三粗、蛮不讲理的男人,她也绝不让步,坚持要对方按规定补票,仿佛全然不知道自己身高只有150厘米的弱女子。

有好几次,面对想要逃跑的男性乘客,母亲只能死死拽住对方的衣服,任凭对方推搡、打骂。第一次看到母亲被打得青肿的脸,我又担心又害怕,心中不免埋怨母亲:妈妈你就不该睁一只眼闭一只眼吗?看你被打成这样!但是看到母亲坚持的眼神,话到嘴边,我也只能硬生生地憋回肚里。

感谢母亲给我的精神指引。

勤俭持家、忙里忙外的母亲,对待工作也是一丝不苟,甚至可以说是较真。

回到县城的车站后,母亲被安排的岗位是检票员。当时人们出行都是依赖长途汽车,到站后乘客需要拿着车票从统一的出站口出站,母亲就站在出站口负责检票。在公有经济的年代,人们的生活水平不高,总有一小部分人会想尽一切办法逃票。面对逃票的人,母亲总是一身正气。哪怕是面对五大三粗、蛮不讲理的男人,她也绝不让步,坚持要对方按规定补票,仿佛全然不知道自己身高只有150厘米的弱女子。

有好几次,面对想要逃跑的男性乘客,母亲只能死死拽住对方的衣服,任凭对方推搡、打骂。第一次看到母亲被打得青肿的脸,我又担心又害怕,心中不免埋怨母亲:妈妈你就不该睁一只眼闭一只眼吗?看你被打成这样!但是看到母亲坚持的眼神,话到嘴边,我也只能硬生生地憋回肚里。

母亲被打伤的事发生过好几次。当时我们家住在车队的家属宿舍,每次听到有熟人来叫我赶紧去车队,我都条件反射地以为母亲是不是又被打了。

一般来说,家庭的教养角色中,母亲是温暖和培养的,倾向于通过讲述和感情来直接向儿童表达爱,父亲是冷酷和遥远的,倾向于通过可靠的服务和工作来显示对孩子的爱。而我的父母却相反。我的成长过程中,母亲往往是家里对我唱白脸的人,她对我既严格又严肃。耳濡目染下,我也逐渐学会独立自主,不断努力,不断追求上进。特别是今年,人到中年,工作异常繁忙,我还努力去攻读博士学位,令很多亲戚朋友对我刮目相看。我想,这是母亲长久以来踏实、认真、坚持的榜样给我的精神指引吧。

感谢母亲给了我生命,塑造了我的人格。如今母亲的黑发上已经有了丝丝银光,就像枫叶上的点点寒霜。面对严厉的母亲,我不太习惯说出“妈妈我爱你”这么肉麻的话,愿我在冬夜的灯光下写下的这些文字,能散发我内心深处感恩的芬芳,陪伴母亲走过悠悠的岁月。

尽管生活并不富裕,但有了母亲的辛勤操持,一家人生活朴素而温馨。母亲不怕苦不怕累,的碎碎念也一直激励着我。每当深夜坐在写字台前读书感到倦怠时,眼前总是会浮现母亲忙碌的身影,瞬间又充满了力量。

感谢母亲给我的精神指引。

勤俭持家、忙里忙外的母亲,对待工作也是一丝不苟,甚至可以说是较真。

回到县城的车站后,母亲被安排的岗位是检票员。当时人们出行都是依赖长途汽车,到站后乘客需要拿着车票从统一的出站口出站,母亲就站在出站口负责检票。在公有经济的年代,人们的生活水平不高,总有一小部分人会想尽一切办法逃票。面对逃票的人,母亲总是一身正气。哪怕是面对五大三粗、蛮不讲理的男人,她也绝不让步,坚持要对方按规定补票,仿佛全然不知道自己身高只有150厘米的弱女子。

凡事不懈怠 母亲是榜样

郁琴芳



凡人
家话

凡事不懈怠 母亲是榜样

凡人
家话

感谢母亲给我的精神指引。

勤俭持家、忙里忙外的母亲,对待工作也是一丝不苟,甚至可以说是较真。

回到县城的车站后,母亲被安排的岗位是检票员。当时人们出行都是依赖长途汽车,到站后乘客需要拿着车票从统一的出站口出站,母亲就站在出站口负责检票。在公有经济的年代,人们的生活水平不高,总有一小部分人会想尽一切办法逃票。面对逃票的人,母亲总是一身正气。哪怕是面对五大三粗、蛮不讲理的男人,她也绝不让步,坚持要对方按规定补票,仿佛全然不知道自己身高只有150厘米的弱女子。