

# 愿望未达成,孩子就掉脸? 家长该不该心软妥协? 用“冷处理”帮孩子平和心态

●“我想买……”

“我想去……玩”,孩子有各种各样的想法和愿望,想要家长帮着实现。但家长并不是孩子的“哆啦A梦”,当愿望不能如愿达成时,孩子是否可以心平气和地接受呢?遇到孩子软磨硬泡,甚至发脾气吵闹的情况,家长是心软妥协,还是坚持原则呢?

**讲述:孩子动辄情绪化,该劝慰还是责备?**

快放暑假了,小朵早早就计划着要让爸爸妈妈带她好好出去玩一圈:去海边、去环球影城、去看大熊猫。小朵想着,往



达成愿望需引导 卓文 绘

年一放暑假就要去上各种兴趣班,今年无论如何要在放假第一周先出去痛痛快快地玩。可是就在前几天,妈妈告诉她,因为单位工作的原因,假期旅行的事情可能要延后半个月。听说旅行要延后,小朵立刻不开

心了,每天跟妈妈软磨硬泡,但妈妈还是没有同意,为此小朵连着好几天都冷着脸。

小朵妈妈说,小朵这孩子说话办事很情绪化,遇到事情跟预想的不一样,像换一家饭店吃饭、忘记买礼物、改变出行

计划这些事,她都可能甩脸子。小时候,她遇到不满意的事情总是通过哭闹达成愿望,现在马上就要上中学的她经常用冷战的方式达到自己的目的。为此我们想了很多办法跟她沟通,可她就是听不进去。

**建议:勿给孩子太多选择,多注重细节教养**

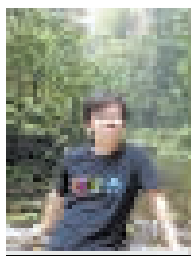
天津市家庭教育研究会会员、河西区关工委专家组成员井春玲老师说,孩子因为愿望不能达成而闹情绪,是因为事情的变化超出了孩子认为的舒适圈范围,他想通过激烈的表达方式引起家长的注意。家长如果妥协,让孩子默认了这种方式是“有效的”,则会不断加剧孩子的任性行为。家长如果采取冷处理的方式,不迁就、不放任,也不放大孩子的过分要求,待情绪稳定下来后,孩子自

己是有能力用平和的方式应对种种“事与愿违”的。

井春玲老师说,面对孩子的情绪化表现,家长不能跟着一起鸡飞狗跳,否则事情的发展一定会与预期结果南辕北辙。希望家长能做好孩子的引导员,注重细节教养,比如可以问问孩子“你不喜欢的地方是什么”“你想怎么去做”“你能接受什么样的结果”等,家长通过耐心询问和引导,让孩子主动走出自己划定的“舒适圈”,学会客观看待问题、看待事情的发展变化。当孩子逐步学会用稳定的情绪处理问题后,家长要及时赞美孩子。另外,家长除了鼓励孩子做出正向改变外,还要当好孩子的“滤网”,帮助孩子阻挡不良念头的侵袭,不给错事找理由,和孩子相约一起成为“情绪管理大师”。

文 贾林娜

## 夯实主干知识 提高核心素养 选考历史后的学法建议



天津市第一中学  
张强

在结束高一课程学习后,有的同学将历史学科作为等级性考试的选考科目。高二的历史学习,在学习内容和历史学科核心素养的要求上,比高一有明显提升。对此,我给同学们提供一些有效的学习建议。

**一、熟悉课程体系,用好历史教材**

历史选择性必修课程是在高一必修课程基础上的递进与拓展。三本选择性必修分别从“国家制度和社会治理”“经济与社会生活”“文化交流与传播”三个视角介绍人类古今中外的概况,从而揭示人类政治生活、经济生活和文化生活的发展。三本选择性必修在两本中外历史纲要的基础上,知识广度和深度都有拓展。因此,熟练掌握中外历史纲要中所涉及的必备知识,利用假期做好中国古代史、中国近现代史、世界古代史和世界近现代史的必备知识和思维导图梳理,是高效学习选择性必修的重要前提。

哪些是必备知识,如何做好思维导图的梳理呢?我以《中外历史纲要·下》(以下简称纲要下)为例做一简单说明。首先,熟悉课本目录。通过目录,我们可以进行初步的历史分期。其次,精读单元导言,明确单元

重点。每一单元的导言都十分精炼地介绍了单元主要内容,在最后一段明确单元学习的课标要求。通过精读导言,提炼必备的历史事件、历史概念,然后进入每一课的具体梳理。最后,在梳理每一课时,可以看到每一节课都包括“子目录”“学习聚焦”“历史纵横”“史料阅读”“学思之窗”“思考点”“课后探究与拓展”这七个板块。其中子目录起到提纲挈领的效果,其内容会详细介绍必备知识;学习聚焦是每一子目的高度概括,也是需要深入理解,并能进行阐述的;其他板块是起到拓展知识、训练思维的作用。在明确每一课的具体板块后,同学们可以按照由宏观到微观的原则,以必备主干知识为中心,进行思维导图整理。

**二、重视唯物史观,培养学科素养**

随着普通高中课程改革的开展,基于唯物史观,培养学生历史学科核心素养成为历史学习和历史考试的重要内容。在历史学习中,我们不仅需要知道唯物史观的方法和视角,更要在具体学习中用唯物史观的方法去分析、理解、阐述历史现象。同时,重视从具体的时空背景下,合理的运用史料,进行历史解释。这些历史学科核心素养在我们的教材中处处体现,也会在课堂上不断渗透。

**三、抓住课堂阵地,重视课后梳理**

1.明确每课的重点知识以及相关的重要事件。选择性必修中每节课都会围绕单元主题,介绍该领域在一定时期的发展。因此,同学们在学习时,

可以结合中外历史纲要已学习知识,将每一节课的重点知识与同时期中外历史纲要中所提及的重要事件、重要时代特征结合,在具体的时空下分析理解历史现象。

2.处理好听讲和记笔记的关系。在课堂学习中,听讲比记笔记重要,记笔记比不记笔记重要。那如何处理两者关系呢?在预习基础上,有重点、有层次地批注式记录,是较好的方法。同学们可以将需要记录的内容,在课本相应部分先批注,记重点,以自己看得懂的方式快速记录,课下再及时进行梳理。

3.有计划的阶段梳理。刚才说到了课后的笔记整理,这种整理可以按课时整理,也可以按章节梳理。选择性必修按不同的专题进行学习。如选择性必修二会涉及“食物与社会生活”“生产工具与劳作方式”“交通与社会变迁”等六个专题,在每一专题学习完后,可以从专题的角度,梳理对某一具体领域变迁的认识。

**四、适当有效练习,扩充历史视野**

习题是检验知识掌握程度的重要方法之一,但绝不是唯一方法,更不可能通过频繁刷题来替代笔记整理、识记理解。同学们可以选择高考真题、比较典型的模拟题作为平时的练习。做题时也要避免只做选择题,回避材料题;材料题只动眼和脑,但很少落笔的误区。同学们要通过适当做材料题来提高语言组织能力。因为在历史高考中,材料题的综合性、灵活性会越来越明显,材料题是区分学生历史学科核心素养的重要题型。

(张强,天津市第一中学历史教师,从教近20年,有多年毕业班教育教学经验。)

## 用“爱”培养良好亲子关系

杜学彤

科学研究表明,人的心理问题与早年的养育息息相关,良好的家庭亲子关系能给孩子提供足够的安全感;拥有良好亲子关系的孩子,在语言发展、人际交往、心理健康等方面都更有优势。良好的亲子关系需要家长用满满的“爱”来培育。

**一、学会理解,夫妻关系是关键**

建立良好亲子关系的前提是要有和谐的夫妻关系,在家庭生活中,夫妻关系永远重于亲子关系,夫妻关系和睦能够给孩子构建一个“安全场”。真的爱孩子首先就要真的关爱自己的伴侣,相互理解、相互包容,共同建设好的家庭关系。

**二、学会接纳,与孩子共同成长**

爱的本质是接纳、付出和不求回报。家长在孩子成长的过程中对孩子的期待往往会随着孩子的年龄增长而不断提升。接纳孩子,就要求家长无条件接纳孩子的一切,包括他的缺点和无法达到父母预期的可能性。悦纳自己很不容易,悦纳自己的孩子就更不容易,这其实是父母和孩子共同成长的过程,共同调试目标、努力达成并学会接受一切。被接纳的孩子才有可能接纳自己、接纳他人、接纳未知的困难,才能对未来不可知的事情充满坚定的信心。帮助孩子制定合理的目标,接纳他们的不完美,并给予孩子足够的信任,这是父母对孩子最大的爱。

**三、学会尊重,重言传更重身教**

尊重孩子不是一味迁就和退让,家庭教育一定要有原则和底线。所谓父母对孩子的尊

重,是指在家庭生活中充分理解孩子的想法,平等沟通,认真对待他们的诉求,不敷衍、不搪塞,做到满足有度,赏识有据,激励有法。

父母在家庭生活中的言传身教往往比说教更具有力量。家庭生活中的每个事件都有教育价值,教育要随时、随事,并无定法。家长自身处理问题的价值取向和日常生活习惯会给孩子最直接的影响。

**四、学会合作,有效沟通润心灵**

所有人际关系的核心都是合作,包括亲子关系。这种合作包括通过语言上的有效沟通,达到交流思想、润泽心灵、相互抚慰的目的。亲子交流的语言往往是能有能量的。研究表明,有效沟通往往遵循“55387”原则,即沟通效果取决于“7%语言+38%语速和语调+55%表情和动作”,因此父母和孩子沟通时的表情、肢体语言以及语气语调往往更重要。“温暖而坚定”的态度和语言更能让孩子感受到爱意,也更易于让他们接受和发生改变。

家长要学会智慧地处理亲子关系问题,解决问题前要调控好情绪;遇事冷静思考“发生了什么问题”“孩子是否存在问题”“错误在哪里”“我目前的情绪是否适合解决问题”,要懂得在亲子关系中,关系重于教育,而且与孩子的沟通重在时机和持之以恒,学会宽容和等待,学会陪伴和自省。

(杜学彤,天津市崇化中学德育副校长,高级教师,家庭教育高级指导师,曾获得全国模范教师、全国师德先进个人等荣誉称号。)