

家长强调自己的“付出”,孩子却不懂感恩,怎么办? 沟通用巧思 濡染在行动

●怎样才能让孩子感恩父母的辛劳和他无微不至的关爱?有的家长会跟孩子不断强调自己付出了多少,可是孩子并没有受到触动,依然对父母的关心照顾无动于衷,这让不少家长既难过又焦虑。

讲述:孩子的不体谅伤了我的心

焦女士的儿子小路上六年级了,看着身高已经超过自己半头的孩子,焦女士越发感觉自己教育孩子的吃力。

焦女士说,孩子从小到大,我尽心尽力照顾他的衣食起



叫停“说教”行动濡染 卓文 绘

居,每天的忙碌辛劳小路他都看在眼里,却很少对我说一些关心的话。孩子渐渐长大,我经常跟他念叨自己的辛苦不容易,可是这孩子对我的话很木然,最多回应我一句“哦,知道了,那你多休息休息吧”。我特别羡慕邻居家的小暖男,那孩子总是主动承担家务活,看到

妈妈累了,不是给妈妈倒水,就是给妈妈揉肩捶背。而我家的孩子却不会体谅人,除了整理自己的书桌和床铺,其他家务很少分担。两相比较之下,我挺伤心的,所以更频繁地提醒他要懂得感恩。没想到小路对我说的话充耳不闻,甚至还说出了“我又没让你付出这么多”

的话,一下就把我噎住了。

建议:爱有方法,触动孩子感恩之心

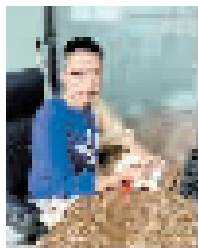
天津市家庭教育研究会会员、河西区关工委专家组成员井春玲老师说,让孩子具有感恩之心,并不是家长强调了多遍“我为你付出多少”的话语,而是要通过巧思妙方和有爱的行动感动孩子,让孩子发自内心地说出“谢谢”。直白的说教会让孩子心生反感,即便孩子亲眼目睹了家长的辛劳,也很难说出感谢的话。

井春玲老师建议,家长要改变“说教成才”的错误教育观念,因为喋喋不休的说教会让孩子加速变成“铁石心肠”。想要感化孩子,家长需要从日常的点滴小事上做出调整。比如要让孩子发扬优点、改掉缺点,家长一方面可以引导孩子记录

自己点滴的进步,及时对优点进行肯定,另一方面对非原则性的缺点问题,不大声斥责,而是用巧妙的话术(如“我希望这个错误是你人生的第一次,也是最后一次,我对你改正错误很有信心”),这样孩子既认识到自己的错误,又保留了颜面,孩子对家长的感谢之情油然而生。另外,培养孩子的感恩之心,家长对孩子的付出就不能只体现在饮食起居上,更要体现在对孩子行为处事的正确引导上。如家长可以通过讲寓言故事或他人的事例让孩子明白是非对错的道理。爱是教育的灵魂,希望家长用心营造和睦的家庭氛围,父母通过互相表达感恩的言行濡染孩子,让孩子崇拜进而模仿父母的言行,在懂得感恩的同时,也提高了与人相处的能力。

文 贾林娜

规划复习时间 积极调整心态 做好高考数学总复习



刘畅

近年来高考数学难度不断加大,因此无论是在知识准备还是心理层面上,都对升入高三不久的同学们提出了更高的要求。在这里我给同学们提出以下几点备考建议。

一、规划复习时间轴,分阶段提升解题能力

一轮复习注重知识点的梳理和解题体系的搭建,即对于高考的每一道题,有几种出题类型,每种类型应该如何来区分应对。同时一轮复习应以学方法为主,即在学习过例题之后,可以做出相关的模仿或延伸题目。此阶段是整个高三复习的基础,是提升解题能力最重要的环节。

二轮复习注重提升题目的辨别能力,也就是认题的能力。数学考试中最关键的是能不能迅速辨别题目类型,找到最合适的方法来解决题目。比如平面向量,何时建系利用向量的坐标表示解决题目,何时利用基底来表示目标向量解决题目,何时通过投影等其他灵活的方法解决题目等,都需要有大量做题经验才能在考场上立刻洞悉题目本质。特别是高考真题,在叙述或条件上会有一些的包装和创新,因此在二轮复习时要多做题、多对比、多总结。

析问题解决问题,对于含参二次函数,以及带绝对值的函数更应重点关注。

三、正视月考成绩,训练考试心态

高三一年要经历很多次考试,其中数学考试的难度较大,不乏出现偏题、怪题以及和天津高考联系并不紧密的题型,因此考试成绩的高低并不能对最终高考成绩有直接的指导意义。特别是在高三上学期,无论复习进度如何,试卷都会按照高考题型编排,通常有很多内容还没有复习到,特别是椭圆、数列、导数三道大题,做得好坏大致是看大家在高一高二学新课时的记忆留存多少,并不能反映充分复习之后的真实水平。这些考试更侧重锻炼同学们的考场心态;训练同学们在考场答题时不会因任何一道题而影响自己做本科其他题目或其他学科试卷时的状态。

高三复习起步不久,同学们要坚信付出和回报成正比,不要计较一时的成败得失。纵使在高三这一年的各种考试中成绩有起伏,但是不要停下复习的脚步。我从过来者的角度提醒同学们,高考并不是单纯的学科水平比拼,考试时的心理状态、生理状态、自信程度等都会在很大程度上影响你的考试结果。同学们可以把复习阶段的每一场考试当成磨练自己心态的好机会,不要以学校模拟考或区模拟考的成绩来定义自己的高考水平。比赛尚未开始,同学们不必现在急于谈论胜负。

(刘畅,高中数学教师,状元100高中数学组组长;南开大学数学学院计算数学博士研究生;《一战登科——高考数学从120到140+》主编。)

初中生如何养成好习惯

张丹丹

不少初一新生的家长焦虑这样一个问题:孩子在小学阶段没有养成良好的习惯,粗心、散漫、专注力差,进入初中后,孩子还有机会重塑良好的习惯吗?家长又该做些什么呢?

我们常说种一棵树最好的时间是十年前,其次是现在。培养孩子好习惯也是同样的道理,只要你肯为孩子花心思,就永远都不会晚。但是青春期的孩子,自我意识不断增强,情绪容易激动,听不进劝告。如果家长还像对待小学生一样严厉地批评说教,不但看不到效果,往往还会适得其反,激化亲子矛盾。与中学生沟通,家长需要改变心态,找准“定位”。

不当“法官”只做“律师”

看到孩子出现问题,父母不要迫不及待地下定论,而是要像“律师”对待自己的当事人一样,了解其内心需求,维护其尊严和权利。

不当“裁判”只做“队友”

在孩子努力的过程中,必然会遇到困难、挫折与失败,父母请不要“吹哨叫停”,而应该像队友一样加入战斗,和孩子一起面对。这也是我们常说的“请父母和孩子一起打败问题,而不是和问题一起打败孩子”。

不做“加法”只做“减法”

孩子经过小学六年的学习已经形成了自己的行为习惯了,到了中学后,我们不能一味做“加法”,而要做“减法”,用一个好习惯取代一个不良习惯,循序渐进,不断修正。

首先,要教会孩子懂得并理解规则,培养他们的敬畏之心,取代为所欲为。让孩子理解规则,是教孩子认识世界的第一步。孩子最开始对任何事

都没有敬畏之心。“君子之心,常存敬畏”。“敬”会让人有所为;“畏”会让人有所不为,进而言行有度。

其次,帮助孩子形成规划意识,并培养执行规划的能力,取代怠惰因循。古往今来,凡是卓有成就的人都有一个共同点,那就是能把精力用在做一件事情上,专心致志,集中突破。孩子在做计划时想做的事很多,但时间有限,所以家长需要引导孩子适当舍弃,在一段时间内集中做一件事,这样才能充分利用时间,高效完成任务,孩子的成就感也会大大增加,进而提高规划和执行能力。

最后,引导孩子学会自省,培养反思习惯,取代好高骛远。反思可能给孩子带来新的认知,也可能带来深深的懊悔,帮助孩子全面理性地认识自己,就是教给孩子自我完善的方法。教育大家赛德兹认为:一个孩子在遭遇挫折时,懂得反思自己的行为,这个孩子就掌握了一种方法,在面对今后的人生时,会变得更加睿智坚韧。父母要让孩子从一件事情的结果中进行自我反省,就要引导孩子学会预想后果,舍得让孩子承担后果,并教会孩子用平和的心态接受批评,进而实现自我成长。

好习惯的养成是循序渐进的,是在长期的反复的训练中不断趋于完善的。初一的起始阶段正是一个重塑好习惯的最佳时期,一旦养成了良好习惯,行为将固而不化,长大后便可以“正心”“养性”“成德”,成就美好人生!

(作者系天津市汇文中学教师,和平区学科带头人。)