



# 孩子在小事上挑三拣四,惹怒了家长,该如何让孩子变“懂事”? 坚持底线不指责 换位思考多共情

●很多家长遇到了这样的难题:吃饭挑菜品、买东西挑款式、穿衣服挑颜色、写作业挑文具,甚至对小伙伴也是各种吐槽。面对孩子“挑三拣四”的毛病,家长左右为难,既怕妥协让孩子养成坏习惯,又担心指责打击了孩子的自尊心,不知怎么做才能让孩子懂事起来。

讲述:孩子事事挑剔,妈妈气得头晕脑胀

最近一段时间,张女士每天都要跟孩子生几顿闷气,而每次生气后,都要调整好一会儿才能让情绪恢复平静。现在,张女士到处打听“良方”:怎

样才能让孩子改掉挑三拣四、动不动就跟家长闹脾气的毛病。看到妈妈着急上火的样子,女儿小满也很不开心,觉得妈妈非但不理解她,还跟亲戚朋友诉苦,破坏了她的良好形象。

张女士说,她和小满爸爸工作都很忙,对生活上的要求是“差不多就行”,可十二岁的小满对这种生活现状却越来越不满意,事事挑剔。就拿吃早餐来说,因为上班上学时间紧张,所以面包、牛奶搭配蔬菜和肉类是我家的“基本项”,可小满觉得花样不够多,希望能叫外卖或者出去吃,被我们拒绝后干脆不吃早餐了。另外,小满对每天穿什么衣服也挑三拣四的,我给长的,她偏要穿短的,我说外面风大,她非要脱了厚外套。一大早光是因为吃饭穿衣,我们娘儿俩就

得吵几架,孩子眼泪汪汪地去上学,我也头晕脑胀地去上班。这段时间,家里的氛围紧张又压抑。

建议:可以尝试用文字跟孩子“静心交谈”

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,家长认为孩子在各种小事上挑三拣四、越大越不懂事的判断,很多时候是没有理解孩子真正的想法和情绪变化。有时孩子是因为压力大或者在其他事情上受挫,借口对饮食不满意来发泄自己的不良情绪。此时,如果家长对孩子大加指责,就会激化矛盾。

井春玲老师建议,面对孩子的挑剔言行,家长要先接住孩子的情绪,

采用温和的方式来了解孩子的真实想法。既不指责,让孩子产生抵触情绪;又不委屈自己,让亲子关系更加紧绷。首先,家长可以尝试用文字这种比直接对话更温和的方式跟孩子交流,除了表明自己要坚持的底线标准,还要询问了解孩子的喜好。充满温度、表达深度的文字会给亲子双方留出空间,避免因为“话赶话”产生的矛盾。其次,家长要理解孩子因为身心成长而出现的变化,有时孩子觉得“被控制”才会故意挑剔,此时家长不妨换位思考,想想“假如我是孩子,需要些什么”,多一些共情,给孩子自主选择的权利,孩子会因为得到更多的尊重而慢慢变成情绪稳定、宽容大度、有责任感的人。

文 贾林娜

## 做好五项过渡 实现思维升级 给初一学生的数学学习建议



天津市建华中学  
曹晓芳

算对象从单纯表示数量,拓展为兼具大小与方向的量,运算法则随之发生根本性改变。加之运算步骤增多、符号变化复杂,对符号判断、运算顺序和书写规范提出更高要求。许多学生并非不会解题,而是因符号判断失误、粗心跳步、步骤缺失导致失分。因此建议大家必须尽快建立符号意识,遵循“先定符号,再算数值”的原则,规范书写、严谨运算,为后续代数学习打下坚实基础。

### 三、从具体数值运算向代数符号思维升级

小学数学始终围绕“具体的数”展开,运算目标是求出一个确定结果,思维停留在算术层面。进入初中后,数学正式由“数”走向“代数”,字母表示数、代数式、整式加减等内容相继出现,学习重心从“计算数值”转向“表达关系、构建模型”。字母不再是简单符号,而是代表一类量、一种关系、一个变化规律。同学们要学会用字母刻画数量关系,用式子表达数学规律,为后续方程学习奠定基础,完成从“具体运算”到“符号思考”的跨越,建立起适应初中数学的代数思维。

### 四、从直观经验几何向规范推理论证转变

小学几何以认识图形、测量计算周长与面积为主,侧重直观感知与简单应用,基本不涉及逻辑推理。初一几何则正式进入说理与证明阶段,从线段、角到相交线、平行线,不仅要求认识图形特征,更要求理解性质判定、规范推理过

程、严谨表达依据。学习重心从“看图判断”转向“步步有据”,从计算为主转向推理为主。对刚升入初中的学生而言,这既是思维方式的重要跨越,也是培养数学严谨性的关键环节。学习中要注重几何语言规范表达,多画图、多标注、多说理,把“因为”“所以”写清楚,把每一步依据落实到位,逐步养成言必有据、推证严谨的几何学习习惯。

### 五、从被动接受学习向自主体系化学习进阶

小学阶段学习节奏较慢,老师讲解细致、指导充分,学生多以被动听讲、完成任务为主。进入初中后,学科数量增加、教学进度加快,知识密度显著提升,仅依靠课堂听讲已难以满足学习需求。初一的学生要尽快养成主动学习的习惯:课前预习找准疑点,课上专注思考把握重点,课后及时复习梳理框架,同时坚持整理错题、分析错因、查漏补缺。另外,小学数学知识点相对独立,而初中数学知识环环相扣、前后贯通。同学们要学会总结归纳,把零散知识点串联成体系,理解知识间的内在逻辑,真正做到融会贯通、举一反三,实现从浅层记忆到深度学习转变。

初一是初中数学打基础的时期,五项过渡既是挑战,也是成长的重要契机。同学们不必畏惧变化,只要及时调整思维、规范习惯、找准方法,就能快速适应初中数学的学习节奏,并培养严谨思维、自主能力与学习品质,让同学们受益终身。

(曹晓芳,天津市建华中学初中数学教师、备课组长、中学高级教师、和平区中小学区级学科骨干教师。)

## 生活小课堂该是什么样

丁钦瑶

很多家长苦恼孩子沉迷电子产品、不愿出门、缺乏活力,其实生活是孩子的另一个课堂:鼓励孩子走出房间、主动探索,善用科技,发现美好,才能让他们在真实生活中汲取力量,长成眼里有光、心中有爱的少年。

### 一、播撒探索行动的种子

家长不妨试着让孩子化身“家庭小信使”,一起去接“四老”来赴家宴,顺路挑选他最爱的水果,感受人间烟火;也可以和他一起整理书桌、清点文具,列好清单,一同去挑选心仪好物。若他偏爱镜头下的风景,便带他去公园打卡新奇景致,让快门声“定格”眼中的欢喜;若他沉醉于书香文字,就相约去图书馆赴一场阅读之约,用定期还书的约定,为下次出发积蓄力量。

每一次外出与实践结束后,家长都别忘了及时给予孩子真诚的肯定:“你真厉害,这么快就完成任务啦!”“多亏有你,我们才没错过这么有趣的瞬间。”或许孩子表面云淡风轻,可那份主动探索、乐于行动的种子,早已在心底悄悄生根发芽,在一次次行走与体验中,慢慢长成热爱生活的模样。

### 二、解锁电子产品的智慧

电子产品常常占用孩子大量的时间,也成为许多家长的困扰。一味强行禁止往往治标不治本,即便没收手机,孩子依旧行动惫懒,难以找到更有意义的事。

教育的智慧,不在“堵”,而在“疏”。我们不妨化玩为思,把容易让人沉迷的“玩具”转化为助力成长的“工具”,将

沉溺的引力转为探索的动力。短视频可以是开阔眼界的第二课堂,经典故事、时事新闻、生活技巧、科普实验,都能成为孩子认识世界的窗口。家长可以引导孩子把学到的小技巧用在生活中,动手验证科普知识,拍摄生活小视频,让指尖滑动变成实践与创造。

### 三、寻觅平凡生活的诗意

生活的诗意,往往藏在每一个寻常日子的褶皱中。家长要做的,便是牵着孩子的手,带他发现那些被忽略的小确幸,让探索的脚步,踩出温柔的生活节奏。

家长可以蹲在雨后路边,和孩子一同观察背着“小房子”缓缓爬行的蜗牛,听他兴致勃勃地分享刚学到的动物知识;可以在小区广场,鼓励孩子与偶遇的伙伴自在交谈,让友谊与憧憬在笑闹中生长;也可以在寒风中,一起为环卫工人递上一杯热水,听他们讲述凌晨城市的模样,让善意与温暖在心底扎根。

若孩子步入青春期,希望通过独处舒缓情绪,家长也不必强求陪伴,不妨为孩子留一扇探索的小门,约定好回家分享专属发现:一张晚霞照片、一块麦香面包、一枚别致枫叶,都是孩子与世界对话的勋章。在这样的点滴探索中,孩子会用心感受生活,收获独属于自己的温暖与成长。

愿每一位家长都能善用身边的资源,使之变为陪伴孩子成长的课堂,去感受平凡日子里的温暖与诗意。

(作者系南开开区宜宾里小学教师)