想对孩子温言暖语,却总说“场面话”,家长要及时转变话风——

不盲目迁就共情 多静心分析鼓励

●随着孩子年龄的增长,很多家长意识到,如果沟通时说不到孩子心坎上,轻则冷场,重则带来隔阂,所以想多跟孩子说些温言暖语,可偏偏孩子不领情,觉得家长说的大多是“场面话”,因为这些温言暖语停留在表面,没有打动孩子内心。

讲述:家长总是说软话,孩子觉得太过客套

于女士的女儿晓欢上初二了,正是情绪易起伏、心思敏感的年纪。于女士根据周围过来人的经验,开始有意识地跟孩子多说一些温言暖语。日常她跟孩子交流,也多了赞同、维护、共情理解的话,但晓欢并不接纳妈妈的话,还觉得她太客套,说的都是“场面话”。

于女士说,前几天,孩子突然跟我说,“妈妈,你别一点小事就夸我,或者动不动就迁就我,我会觉得很尴尬。”她跟我说了几件事,冷静复盘后,我觉得孩子评价我一味迁就、盲目共情,还是挺准确的。比如现在她提的要求,只要不太过分,我很少拒绝。她明明做了分内之事,我立刻大夸特夸。晓欢告诉我,有时她提要求只是临时起意,没想到我能爽快答应,让她都不好意思说“算了吧”。周围很多同学都摸清了家长的内心想法,认为自己成了家里不敢招惹的存在。这是家长对他们的误解,实际上他们虽然内心渴望家长能好好说话,多说温言暖语,但不是那种能被一眼看穿的话语。他们需要家长能平等地跟他们沟通,而不是小心翼翼。

建议:温言暖语的内核是尊重而非迁就

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,维护良好和谐的亲子关系,最重要的就是要好好说话,多说温言暖语,用柔软、温和的语言跟孩子沟通,就一定能避免孩子和家长的对峙,甚至是叛逆。但说温言暖语不意味着要盲目地迁就和共情孩子的想法,因为盲目迁就和共情,并不是真正的尊重,把孩子的成长引向了偏处。

井春玲老师建议:家长对孩子说温言暖语,其内核是发自内心地尊重孩子,希望孩子不断地进步和成长,不能只为了维护家庭和睦而迁就纵容。首先,家长要坚守原则,对孩子提出的想法要有清楚的判断,要让孩子明白哪些底线不可触碰,但家长在跟孩子交流时,一定要用柔和的语气说出来,而不是耳提面命,这会让孩子感到自己是在跟家长平等沟通。其次,家长只有发自内心地接纳孩子,接受孩子有权拥有独立的想法,才能真正不把自己当成高高在上的发令者,此时沟通交流才会让孩子正视家长的建议。最后,家长说温言暖语不是哄孩子。随着孩子年龄的增长,家长与孩子的对话要刚柔并济,跟孩子一起客观冷静地分析失败的原因,总结成功的经验,传递正确的三观。当孩子内心充盈丰沛,没有对家长教导的恐惧,才能更好地成长。

文 贾林娜

做好思维转型 筑牢学科根基

如何做好初高中生物衔接



天津市第二新华中学 李海迪

从初中升入高中,生物学科的学习并非简单的知识延伸,而是思维模式、知识体系、考查维度的全方位升级。初中生物侧重直观现象认知,以定性描述为主;而新高一生物知识更系统、逻辑更严密、综合性更强,兼顾微观分子机制与宏观生命规律,注重原理探究、逻辑推理和实验应用。同学们如沿用初中的学习方式,极易出现听课易懂、做题易错、知识混淆的问题。找准初高中衔接要点,把握学科的核心重难点,掌握科学学习方法,是突破高中生物学习瓶颈的关键。

一、初高中生物学科学习内容的衔接

初高中生物的衔接过渡,核心在于从“感性认知”转向“理性探究”。初中阶段同学们初步认识了细胞结构、生态系统、人体生理、遗传基本现象等基础内容,为高中学习搭建了初步框架,但大多停留在“是什么”的层面。进入高一,学习重心彻底转变,重点探究“为什么”和“怎么样”。比如初中仅简单知晓细胞有细胞膜、线粒体,而高一需要深入掌握生物膜的结构特性、物质跨膜运输机制、细胞器的精准功能及代谢联系;初中仅了解光合作用和呼吸作用的现象,高中则需要掌握两大生理过程的分步反应、能量转化、影响因素及生产应用。同时,高中生物弱化机械记忆,强化逻辑辨析、过程推导和情境应用,这也是新生最需要适应的衔接难点。

高一学年是高中生物学习的奠基阶段,所学内容贯穿整个高中备考体系,是后续遗传变异、稳态调节、生态工程等重难点知识的基础。高一上学期的细胞结构与功能、物质跨膜运输、酶与细胞代谢、细胞分裂是重中之重,也是初高中衔接的核心板块。这部分知识微观抽象,概念相似度高,极易混淆,比如原生质层与原生质体、协助扩散与主动运输、有丝分裂各时期特征辨析等,都是高频易错点。高一下学期的遗传的细胞基础、基因表达、孟德尔遗传定律,是高中生物最难、区分度最高的内容,侧重逻辑推演和数据分析,彻底打破初中浅层认知,是拉开学科差距的关键。

二、高中生物学科的核心素养

新课标下的高中生物,不再单纯考查知识积累,更注重四大核心素养的落地培养,这也是学生必须具备的学科能力。首先是生命观念,要求学生建立结构与功能、稳态与平衡、进化与适应的核心思维,能够用生命视角解释自然现象;其次是科学思维,学会归纳概括、演绎推理、模型建构,摆脱碎片化记忆,理清知识内在逻辑;再者是科学探究,熟练掌握对照实验设计、变量控制、结果分析的基本方法;最后是社会责任,能够结合生物知识解释生活现象、解决实际问题,树立健康生活、生态保护的科学理念。这些素养贯穿课堂学习、习题训练和考试考察,是学好高中生物的核心。

三、高中生物学科学习的方法建议

首先,摒弃死记硬背的旧习惯,建立理解为先、逻辑串联的学习模式。学习新概念、新原理时,不盲目背诵定义,而是结合过程和原理理解本质,辨析易混概念的核心区别,同时以专题形式梳理知识框架,将零散知识点串联成体系,比如将细胞结构、物质运输、细胞代谢整合为细胞生命系统专题。

其次,坚持精准复盘、错题清零。高一生物知识点细碎、易错点密集,单纯刷题收效甚微。日常学习中,要建立专属错题本,不机械抄题,重点标注错因,区分概念混淆、审题失误、原理盲区等不同问题,定期复盘重做,杜绝重复犯错。

最后,立足生活情境,实现学以致用、高效内化。高中生物学习紧密贴合生活、生产实际,在学习时应将课本知识与生活现象结合(如用渗透作用解释植物吸水、用细胞呼吸解释运动后肌肉酸痛),在解释现象中深化对原理的理解,培养学科兴趣。

高一生物是高中生物体系的根基,对于新高一学生而言,顺利完成思维转型,关注素养落实,掌握科学学习方法,就能跳出初中学习的固有误区,快速适应高中节奏,为后续高二深度学习、高三备考冲刺筑牢坚实基础。

(李海迪,天津市第二新华中学生物教师,现任高三生物教研组长、生物学科组长。)

让节约成为孩子生活的底色

尹晓烨

很多家长把节约教育看成是一遍遍的说教,反复叮嘱孩子,收效却常常不如人意。道理孩子能够听懂,却很难真正内化于心。节俭的品格要依托一件件触手可及的小事慢慢熏陶,让它逐渐成为孩子生活的底色。建议家长不妨从餐桌上的米粒、书桌旁的文具着手,带领孩子细细体察每份物资背后蕴藏的辛劳,在日常点滴的互动之中,唤醒心底的敬畏与珍惜。

一、爱惜米粒,悟劳作之辛

晚饭的时候,家长可以端出一碗米饭,让孩子猜一猜,碗里大概有多少粒米。孩子随口报出几百粒、上千粒的猜测。此时,家长不必直接说出答案,而要引导孩子细细推算:如果每天吃饭都剩下一小口米饭,日积月累,家里一年会浪费掉多少粮食。孩子安静下来,认真地盘算。经过计算,孩子会满脸惊讶,没想到一点点剩饭累积起来,竟然会是庞大的数量。

这个时候,家长再和孩子一起轻声诵读“谁知盘中餐,粒粒皆辛苦”,孩子就能品味出诗句当中沉甸甸的含义。之后,家长和孩子顺着一粒米,梳理完整的劳作流程:播种、育秧、插秧、收割、运输。孩子会掰着手指细数一道道工序,不由得感慨一粒米来之不易。米粒不光沐浴阳光雨露,更凝结着劳动者一次次弯腰耕耘的汗水。

经历了这样的过程,再用餐时,全家人一起坚持按需盛饭。慢慢地,珍惜粮食的观念会慢慢扎根。

二、斟酌物件,存敬畏之心

如今的孩子大多生长在物质充裕的环境里,各类物品获取便捷,更换也十分随意。笔尖稍有卡顿,便盼着换一支全新的笔;纸上写错寥寥几字,就将整张纸张揉作一团;玩具一旦褪去新鲜感,就被随意搁置在角落。

孩子并不是生来就肆意挥霍,常常只是缺少片刻停下来思索的机会。这时家长少一些责备式的唠叨,不妨轻声发问:“它真的无法继续使用了吗?有没有别的处理方式?”家长带着孩子一起,更换笔芯继续书写,纸张翻面再加以利用,整理旧玩具赠予有需要的伙伴。一桩桩微小的抉择,远比反复的说教更加深入人心。诸葛亮于《诫子书》写下:“静以修身,俭以养德。”节约的意义,绝不只是节省物资。在一次次抉择当中,反复斟酌是否需要购置新品、物件可否继续使用,孩子便能慢慢懂得珍惜,常怀感恩之心。

家长可以和孩子定下“再想三秒钟”的小约定:丢弃物品前,检查能否复用;添置物件前,确认是否确有需求;起身离开前,记得关好电灯、水龙头。短短三秒钟,为日常的举动增添一份思量。就在一次次观察、问询与思索之间,节约的意识缓缓扎根。孩子终将明白,富足便利不会凭空降临,大自然馈赠的资源,也并非取之不尽、用之不竭。

(作者系天津市河西区海河博爱学校教师)