

家长越催,孩子越磨蹭,适当放手反而有意外收获——

# 良好情绪激发孩子学习动力



**建议:愉悦的心情是学习“加油站”**

临近期末,许多家长的焦虑情绪倍增,恨不得一天八遍地催促孩子复习功课。可是家长越催,孩子的学习效率越低;家长放手不理睬了,孩子反而主动看书做题。这是什么原因呢?

国家二级心理咨询师、天津和平区教师发展中心心理教研员白玫老师说,学习是孩子自己的事情,家长应该扮演好引导员的角色。在日常生活中,家长可以适当监督孩子的学习,但一定不能絮絮叨叨地催促、指责。特别是对年龄较小的孩子,他们无法理性表达内心的想法,只能用行动和父母对抗:顶嘴、磨蹭、坐不住、沉默不语、惹是生非等。孩子的内心都是向上的,但遇到家长不断的唠叨指责,即便想有所行动,却因为产生了对抗心理,想行动却动不起来。有爱的能力的父母,一回到家,看到孩子,首先会和孩子打招呼:“宝贝,妈妈回来了,妈妈挺想你的,今天你累不累啊?别那么着急写作业,玩一会再写吧。”孩子往往因为父母理解自己而努力:“妈妈,我写完作业再玩,我不累。”孩子只为“爱”而努力,如果不是为爱而努力学习的孩子,可能不是“真的在努力”,随着孩子长大很多问题会逐步显现。

白玫老师建议,正确引导孩子努力学习的起点就是让孩子保持愉悦的心情,开心会让孩子自觉地去学习,这是勤奋学习的“加油站”。另外,家长和孩子都不能把精力浪费在相互斗智斗勇的“精神内耗”上,多花点心思找一找学习兴趣所在,家长要帮助孩子从兴趣入手挖掘潜能,并从中找到自信,这会成为孩子努力学习的源动力。找准目标,让孩子知道“为什么学”;找到方法,让孩子知道“怎样学”,让学习不再是一件苦恼的事情。(据《今晚报》贾林娜 于晓彤)

**讲述:停止唠叨,孩子学得更带劲**

小荷升入初中后,感觉学习压力比以前大了不少。快要期末考试了,小荷的妈妈周女士每天都要催促提醒她看书做题,什么“凡是要求背诵的篇目,你不但应该背熟了,而且还得会默写”“英语单词要一个不落地记下来”“每科的练习题最少要练两套”,这些话周女士每天都要唠叨好几次,还不时坐在小荷旁边,给她检查正误。

周女士说,我这么紧盯孩子的学习,却没有

什么效果。孩子每天晚饭后都是我三番五次催促她才能去学习。而且在这种高压监督下,孩子的功课也没有起色。让我想不到的是,最近我因为工作忙,很少盯着孩子学习,只是简单对她说几句鼓励的话,比如“我相信你是一个自觉又认真的孩子”“你如果学习认真、效率也高,期末考试不在话下”,没想到孩子像变了一个人,每天都主动看书做题。她还做了一份复习计划表,天天按照计划看书、默写、做练习题。

**新时代好少年周宗毓:**

## 要将孝老爱亲的美德传扬下去



周宗毓就读于新城区关帝庙街小学,从幼年时期就在心中种下了一颗孝老爱亲的种子。

厚以及乐于奉献的品质深深地影响了他。随着年龄的增长,这颗种子逐渐生根、发芽,让周宗毓懂得了孝老爱亲、善良孝顺、知恩感恩是中华民族的传统美德。

周宗毓90岁高龄的太姥姥年轻时因过度劳累而积劳成疾,除了患有高血压、心脏病和糖尿病,还有腰腿疼病。因此,周宗毓每次回家都会主动为太姥姥做一些力所能及的家务,如沏茶、倒水、盛饭、梳头、洗脚、按摩等。他每天放学回家的第一句话就是:“太姥姥,我回来啦。”然后享受着太姥姥给他准备的干果仁儿。他知道这是一种爱的表达,是太姥姥对他这个重孙的爱。

由于太姥姥的年龄大了,生病的情况时常发生。为了减轻长辈们的负担,周宗毓默默地承担了一些家务活。身教重于言传,周宗毓用心学习着长辈们的点点滴滴和一言

一行,总想着多做些什么,给他们带来更多的惊喜。

**多才多艺好少年**

在学校里,周宗毓努力学习文化课,尊敬老师,团结同学。他喜欢阅读书籍,不仅读了四大名著,还读了《钢铁是怎样炼成的》《雪豹悲歌》《装在口袋里的爸爸》等。通过读书,周宗毓感悟到了书不仅是知识的海洋,更是一个世界。他坚持用知识来充实自己,培养自己乐观向上的生活态度和坚韧不拔的意志。

周宗毓喜欢主持和朗诵,屡获大奖,在历届“卡耐杯”口才之星朗诵演讲比赛中获过一等奖、二等奖、三等奖和优秀奖,还获得过新城区关帝庙街小学“学习小标兵”和“关小好孩子”的荣誉称号。“这些成绩

的取得都是老师辛勤培育的结果,没有老师的付出,就没有今天的一切。”周宗毓说,他会带着一颗感恩的心,用实际行动来报答老师们对他的关心和关爱。

2023年,周宗毓被选树为2023年度呼和浩特市孝老爱亲“新时代好少年”。他用自己的行动诠释着中华民族孝老爱亲的传统美德,他的优秀事迹充分展示了关帝庙街小学朴实向上的精神风貌,也激励身边的每一位同学奋进前行。周宗毓说:“将来,我也会一如既往地孝老爱亲的美德传扬下去,一直奔着对社会有用的方向前行。”

□文/图 本报记者 李蒙

**孝老爱亲好品德**

周宗毓自幼生活在充满传统氛围的家庭环境中,长辈们的善良敦

**新时代  
好少年**

