

放假在家,孩子被家长过度关心,时时遥控……

## 多把握方向 少掌控行动

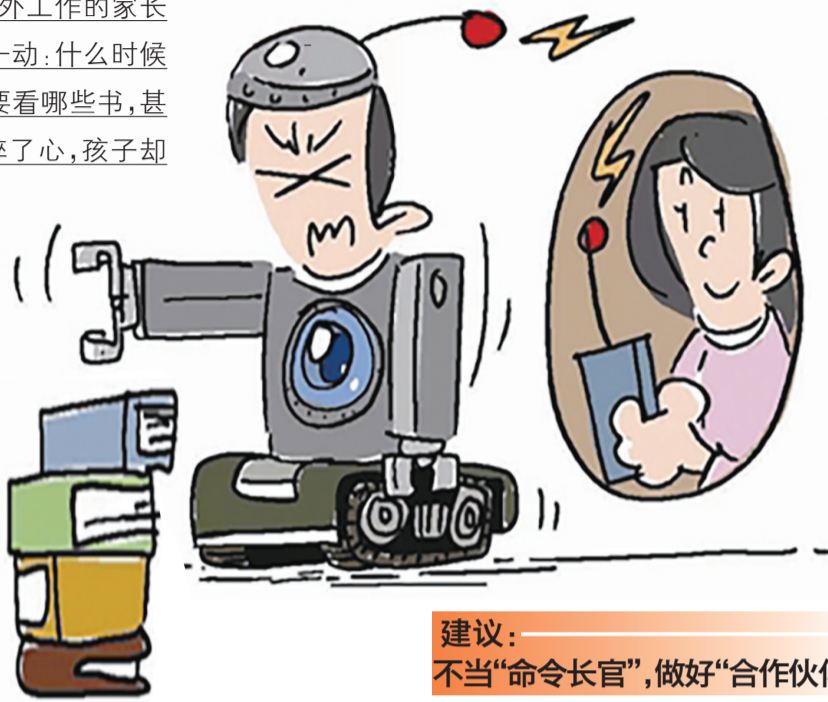
寒假期间,不少中学生独自在家,在外工作的家长总是不放心,用手机来遥控孩子的一举一动:什么时候吃饭、都吃了什么、每天要做多少道题、要看哪些书,甚至连午休时间都给安排好了。家长操碎了心,孩子却不领情,感觉自己像个木偶。

### 讲述: 放假后,每天过着“遥控生活”

放假后,小睿觉得自己每天像个木偶一样,被妈妈遥控着每天的生活。小睿说,现在上初二的我还过着跟小学时一样的生活,妈妈每天早上7点多出门去上班,出发前,她会把我叫醒,然后我就开始了一天的木偶生活,直到晚上6点多他们下班回家。

小睿有些烦躁地说,上午8点,妈妈准时给我打来电话,询问我早饭吃没吃,之后就是安排我一上午的学习任务,安排得满满当当,到上午10点的时候,妈妈的电话还会准时响起,她要通过视频检查我的作业完成情况。到了中午12点,妈妈又打电话问我中午吃了什么,就连吃水果都作了规定。另外,每天下午干什么,

妈妈也是每天一个要求,不是要求我看课外书,就是做一套试卷,就连下楼锻炼,妈妈也会在下午3点半打电话提醒。我天天就这样过着“遥控生活”,感觉一点自由都没有,心里别提多烦躁了。妈妈还觉得自己挺委屈的,受累又不讨好。



### 建议: 不当“命令长官”,做好“合作伙伴”

河西区教师发展中心心理教研员白丽娜说,家长关注孩子的学习生活是自然情感流露,但随着孩子年龄的增长,“不太在意”孩子也是一种教育方式的转变。特别是在孩子上了中学之后,家长更要有意识地减少对孩子事无巨细的关注。孩子刚上初一,可能在学习生活的安排上没

有什么方法,家长要做好场外指导,帮助孩子在假期里理顺每天的生活计划;而孩子到了初二、初三,家长就要让孩子有更多的自主权,每天学什么、吃什么,甚至压岁钱的管理,都可以放手让孩子来安排。

白丽娜老师说,有家长担心,如果孩子大撒把,孩子会任性妄为,这是家长没有把握好放手的“度”。首先,随着孩子年龄的增长,家长要顺势而为,转变与孩子的沟通方式。在孩子小时候,家长的要求大多是通过指导甚至命令的方式传递给孩子。现在孩子大了,家长要学会“哄孩子”。比如,每天想让孩子完成10个任务,那不妨给孩子列一个简明扼要的清单,在孩子认可之后,这些任务的具体操作就可以放手让孩子自主安排。当然,这样的“不在意”是建立在有商有量、有奖有罚的基础上的。其次,家长在长大的孩子面前学会适当示弱,尊重孩子的想法,发现孩子的闪光点,孩子的主观能动性就会被激发出来。最后提醒家长们,不要把孩子“有想法的举动”一概定性为“叛逆”,多听听孩子的想法,也许会带给家长“孩子长大了”的喜悦。

(据《今晚报》贾林娜)

从助人  
小培养  
为乐

【传承中华好风尚】



中宣部宣教局 中国文明网