



用欣赏的眼光看孩子

孩子:从记事起,我的爸爸妈妈就不断地拿别人和我比,尤其在每次开完家长会后,我就是我,不要拿我和别人比。
父母:我们做父母的舍不得吃舍不得穿,可他不给我们争气,别人行,他为什么不行?
专家:建议父母们用欣赏的眼光去看待孩子,去发现孩子的长处,真诚赞赏他。

孩子声音:不要拿我和别人比

“我经常不知道自己在想什么,也不知道自己想要什么?好像从记事起,我的爸爸妈妈就不断地拿别人和我比,尤其在每次开完家长会后。他们既然认为别人好,就让别人做他们的儿子好了。再说我不是不想学好,我也在努力,可为什么我的成绩他们都看不到呢……”这是某中学高二学生小飞和笔者聊天时说起的一段话。

笔者从某青少年心理咨询中心了解到,目前,青少年心理健康问题正呈增多的趋势,其中以高中生居多,占总数的70%,其症状主要表现为焦虑、抑郁、神经衰弱和强迫症等。分析认为,引发目前青少年心理健康问题增多的主要原因是学习压力大、社会不良影响大而心理排解少。

家长苦恼:别人行,你怎么不行?

小飞的妈妈一说起儿子的学习就特激动,“我们做父母的为了什么?舍不得吃舍不得穿,可他不给我们争气。你看,我那老姐们儿的孩子,比他还小一岁,学习从来就没让家长操过心!别人行,他为什么不行?”

笔者在采访中了解到,除了在学习上对孩子要求严格外,生活上小飞的爸妈真可算是无微不至了,再困难从来没有委屈过儿子。然而,小飞和爸妈却怎么也亲近不起来。

小飞的爸爸对笔者说:“有时我也知道孩子压力太大,可是没办法,我们不能照顾他一辈子你说对不?他现在不努力学习找个好工作,等我们一蹶腿他怎么办?”说着话,他还从抽屉里拿出一张写满字的纸来,“这是我收拾房间从地上捡到的,你看看,都写了些啥?”笔者看到,这页纸好像是日记本脱线掉下来的,上面写到“……有一件事,我想不明白,我到底是进步了还是退步了。这次月考,我在班上排名12,年级排名68,进入了前100名,总的来说,我应该是进步了。因为上学期末,我在班上的名次是25,年级名次是152。可是,今天下午,我回到家,并没有得到爸爸的鼓励,而是被他狠狠地训了一顿:‘我像你这么大时,想上学还没条件呢!可我们为你创造这么好的条件,你就这么着来回报我们?你看看×××,人家为什么能考第一?你真让我们失望……’又来了,又来了……还有,我现在是独来独往了,我和许多人都绝交了,也没和学习差的人来往了。我想这大概就是我之所以进步的原因吧……”

“其实看到这些话,我心里也不好受,但我们想不出还能有什么更好的教育方法了。我并没拿那些伟人来和他比,因为太不现实。我只是和我们都一样的普通人来对比,大家都是头脑健全的人,如果他不行,那我认为是他努力的还不够!”

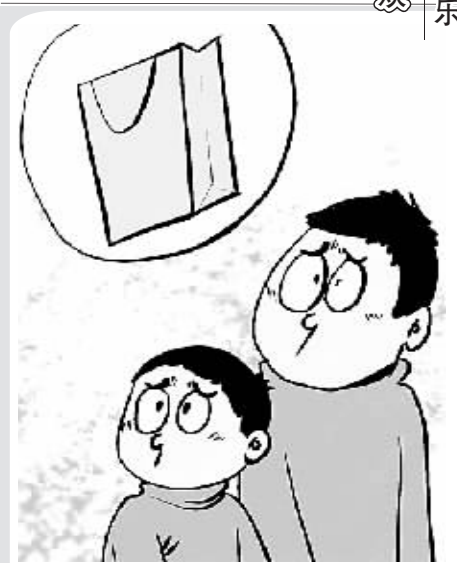
小飞爸爸对笔者说。

专家支招:要学会欣赏孩子

专家指出,在影响孩子心理健康的因素中,家庭环境和父母的教育方式是最重要的。家长老给孩子树立榜样,这种家庭教育方式相当普遍,但这是一种盲目的心态。这种教育方法,易使孩子产生挫败感,不利于培养孩子的自信心。第一,对家长树立的榜样孩子从心里是不服气的,也就不会接受。第二,会使孩子永远有够不着的感觉,因为不断有新的榜样会出现在面前。如果孩子抱有不切实际的过分期望,达不到家长的要求,家长就会对孩子否定,进而发展到孩子的自我否定。于是,孩子在成长中遇到困难就会恐慌、退缩,对孩子的心理造成伤害。

专家还提到这样一个奇怪的现象。一次几十个中国与外国的孩子一起进行某项测验,测验后的分数让孩子分别拿回家给各自的父母看,结果中国的父母看了孩子的成绩后,有80%表示不满意,而外国的父母则有80%表示满意。而实际上,外国孩子的成绩还不如中国孩子,这件事情说明中国的父母习惯用挑剔的眼光来看待孩子。而外国父母则习惯用欣赏的眼光看待孩子。所以,建议父母们用欣赏的眼光去看待孩子,去发现孩子的长处,真诚赞赏他。(王华)

欢乐家庭



秘密基地

小孩子到了四五岁时都喜欢捡一些小石头、小木棍或树叶之类的当宝贝。我儿子也不例外。近来,我时常能从沙发下面、茶几夹层、抽屉里清理出儿子收藏的宝贝。儿子的藏功了得,有时我得找上一阵子。

昨天,儿子回家时又捎了几件宝贝,我忙着做饭没顾得上看他藏在哪里。晚上没事了,我开始寻宝。几处隐秘的地方都找过了,还是没发现任何线索。衣帽架上立着一个纸袋,搁那儿许久了也没派上用场,我顺手拿起来打算扔掉。

儿子和老公见我手里拿着的纸袋,竟然都像泄了气的皮球。儿子嘟囔道:“我好不容易找到的秘密基地,又被妈妈发现了。”老公埋怨儿子:“你小子藏哪儿不好,非挑上我的地盘。老爸好不容易找到这么一个藏烟的好地方,这下好了,被你妈连锅端了。”(敬雅)

教子有方

孩子的成长离不开自己体验

今天,许多孩子的心理世界之所以由荒原成为沙漠,就是因为从未或者很少有“我能行”的体验。家长们因为怕孩子弄脏衣服而不让孩子参加户外活动和游戏,因为怕弄脏地板而从不让孩子做洗碗、择菜的日常家务,因为怕孩子跌倒,游戏的时候受伤或感染细菌而阻止孩子栽花、挖虫子,更有年轻的爸爸妈妈为了从小培养孩子的淑女、绅士气质,而拒绝一切会带来污渍的活动。我们在帮孩子去体验“我能行”时,有些问题需引起重视。

一、失败是经历,但要把心思和眼光放在成功上。过家家是孩子体验社会,协调自我和其他个体有效方式,孩子通过这种类型的游戏,体验不同的家庭成员角色,学会与他人的沟通和妥协,初尝被肯定的喜悦以及学会如何接受失败。

父母在孩子的成长过程中自己也要不断地成长,接受新的信息,不断地调整自己对孩子的预期。

二、结果重要,但过程才是孩子成长的经历。有的父母阻止孩子看书看报、参加课外活

动,有一个不变的理由——考大学也不考这个。有这样想法的父母,对孩子的要求十分单一:“只要你能考高分,考上大学,我一切都给你!”甚至可为此牺牲自己的工作和幸福。殊不知,这种“过度保护”无法使孩子正常成长,成长需要过程。正是父母的短视,剥夺了孩子体验成功的权利;正是孩子很少有机会体验成功,他们的心灵世界才由荒原变成了沙漠。

三、放开手,我给家长的建议是,对于孩子,我们要从小就敢放手,从小事开始放手。(新玉)

育儿提醒

挑食不一定是孩子的错

子女偏食,父母无须动怒。英国伦敦大学理学硕士 Lucy J. Cooke 等在《美国临床营养杂志》中报告,他们的研究发现,子女对从未吃过的食物产生抗拒,与他们的遗传有关。研究人员将这种行为称为“食物恐新症”。

该研究组表示,对新食品的恐惧有一强力的遗传因素影响。研究小组指出,在现代环境中,这种厌新倾向对儿童健康有潜在的不利影响,这有可能导致儿童因偏食而不能食用足够的蔬菜和其他有益的食物。对此,父母应努力调整喂养方式。但研究人员警告,用处罚的方式逼孩子尝试新食物,并不是达到预期效果的方法。

该研究组特别提到,对特定食品的尝新恐惧症可以通过不断重复地给孩子提供新食物,使他们对新食物变得较为熟悉,不喜欢吃的食物也会慢慢喜欢吃。研究人员建议父母多让子女看到不同种类的食物,以降低“食物恐新症”对子女的影响。(麦迪信)



家长手记

女儿的日记

女儿今年13岁,正读初中一年级。去年进入中学时,她郑重其事地开始写日记,如今已写了整整一大本。按说,十三四岁的少女应该有自己的隐私,可女儿的日记从来都是大大咧咧地摆在书桌和床铺上。即使这样,我和妻子也一次没有翻看。对女儿的隐私权,我们应理解和尊重。有一次,女儿兴致勃勃地把她的日记本捧到我面前:“爸爸,你瞧,我的日记篇篇都是A!”直到这时,我才恍然大悟:原来女儿的日记都是要交老师批阅的。

读过女儿的日记,我的悲哀和失望一阵阵涌上心头。这哪是日记啊,分明是一篇篇构思和写法都千篇一律的袖珍作文,其中大量充斥的是郊游或出外参观时的所见所闻、思想心得,还有不少篇章是有时间、地点、人物、事件,可内容纯属虚构的记叙文。我把日记本还给女儿说:“写日记应抒发真情实感,不能弄虚作假,像你这样写日记是没用的。”女儿反驳道:“怎么没用啊?老师说这都是为写好作文打基础!”

在所有学科中,女儿对语文情有独钟,她的作文几乎篇篇都被老师当做范文拿到课堂上宣读。我曾向女儿推荐过冰心、张爱玲、贾平凹等人的精短散文让她读,可她一点也不喜欢,说那些文章主题不清晰,中心不明确,乱七八糟的,一点都不好。我曾经无数次给女儿指出她作文中存在的对主题和中心思想过分敏感的问题,可女儿却说:“主题不突出、中心不明晰是要被扣分的,如果作文脱题,就只能得一点笔墨分了。”为了得到老师的好评,为了获得理想的考分,女儿写了大量主题鲜明,但没有个性和灵魂的僵化文章。为了服务于主题,她不得不挖空心思地制造文字垃圾,经常编造一些虚假的细节,诸如捡到钱包、帮助班上成绩差的同学搞好学习之类。日积月累的重复训练,完全抑制和阻塞了她作为孩子的自由想像空间,湮没了她个性中最真实的东西。

我不知道,10年或20年以后,成年的女儿再回首她十三四岁的少女时光,除了看见沉甸甸的书包、永远做不完的作业以及上学放学路上骑着自行车直奔主题的匆忙外,还能看见些什么?(海星星)