

编者按

为推动新家庭教育实验落地生根,扬州市邗江区教育局、江苏省家庭教育专业委员会、江苏省教育学会幸福教育研究院等共同主办“幸福·家”家庭生活半月谈微课展播活动,围绕家长遇到的困惑和焦点话题支招。该活动覆盖扬州市全市,产生了广泛的社会影响,深受学生和家長好评。本报摘编部分内容,希望在展示邗江区家庭教育风采的同时,能给读者带来启发和思考。

家庭教育应做到三个转型升级

■扬州市邗江区教育局 冯长宏

“双减”之下,整个教育生态发生着很大变化,作业少了,考试少了,培训少了,外在压力小了;空间多了,时间多了,活动多了,孩子的自由多了。这个时候,家庭教育转型升级,是当下的紧迫任务。

首先是理念的升级。家长要想清楚,我们到底要培养什么样的孩子。是功利的目标,如成绩、排名,还是关于人的成长的终极目标,如健康自信、积极乐观、充满生命力。我们不能只做“半程”的教育,而要做“全程”的教育,让孩子成为一个幸福的人,这是教育的终极目的,这才是“全程”的教育。

其次是方法的升级。理念的落实,需要靠具体的行动。每一位父母其实都带着自己的家庭教育“工具箱”。据初步调查,当下父母家庭教育“工具箱”里,指责、说教要占70%,但这类工具所带来的效果却不尽如人意。我们可以通过角色扮演体会“指责”的使用效果。在情境中,被指责的人往往感受到失败、难过、痛苦、悲伤,他们想要退缩、反抗、逃避,他们的自尊心受到打击,自我价值感和归属感都降低。所以“指责”并不能纠正孩子的不良行为,即使看上去纠正了,那也只是短期效果,与我们所期待的人的长远成长目标背道而驰。

所以,作为家长应审视自己的“工具箱”,升级旧工具、增添新工具,才是走向“幸福育人”的当务之急。鼓励、肯定、欣赏、协商、陪伴、拥抱、做榜样、启发式问题、积极暂停等都是“好工具”。教育家夏丏尊先生曾将教育里的爱比作池塘里的水,“没有爱就没有教育”。“新工具箱”建设需要以爱为基石,以“培养内心有力量的孩子”为目标,只有这样才能真正让教育孩子成为一件幸福的事儿。

再次是成长的升级。“双减”是一场教育观念和认知的纠偏,要让教育回归本位和育人初衷,需要家校双方的有效配合、相互支持。所以“双减”

不仅是学校的事情,也是家长的责任,也需要家长不断成长。每个生命都是一个奇迹,每个生命都是一座宝藏。情感的热爱来自于对孩子的接纳。每个生命都是独特的,每个人都带着不同的生命资源而来,所以每一个孩子都是异彩纷呈的,我们不能用统一的标准去衡量他们,而是要看见他们每个人的优势,这就是所谓的“亮点原则”。实际上,学生的每一个特点都有AB面。上课随便讲话的孩子,表达能力好;爱发脾气孩子,心理能量足;喜欢开小差的孩子,观察能力强……接纳不同的孩子,开展正向引导,奇迹就会发生。

“双减”政策落地后,家长更需要革新理念,靠“管卡压”过度控制孩子,以牺牲孩子身心发展来片面追求分数的行为,最终也走不长,走不远。

管教孩子是一门学问,需要家长们在目标上,坚持以孩子为中心,激发孩子的内驱力和生命力;在行为方式上,减少焦虑,因材施教,合理预期,理性思维,不盲从跟风,避免陷入“羊群效应”漩涡,让孩子走大人认为“正确”的道路。

“双减”背景下,父母如何为孩子的成长赋能?具体来说,有以下几点小建议:

善于激发孩子的“内在引擎”。阿德勒指出,“人们终其一生,都在寻找价值感和归属感”。简单地讲,价值感,就是要让孩子感觉到“我很重要”“我是独一无二的存在”;归属感,就是要让孩子感觉到“我有强大的支撑力”“我拥有温暖的、家庭力量的支持”“我拥有父母关注、欣赏与信任的眼光”。一个拥有高度价值感和归属感的孩子,会阳光自信,有力量、有方向动力,敢于挑战和面对困难。每个孩子个体都具有潜在的资源,都具备天然的向上向善的力量。每个孩子行为的背后,都是为了满足自己的内在需求,如受关注、获得爱、被接纳、被认可、受尊重、实现自我等。因此,我们要积极引导孩子思考行为背后的深层次需求,并对行为进行复盘和反思,引导孩子表达自己的观点和想法,包括让他们自己做出决定等。

更多地给予孩子“同情共感”。家长和孩子要在同一个“频道”上,要设身处地想孩子所想,关注孩子的成长处境。作为家长不应打着“爱”的名义,控制孩子的想法和成长,往往适当“放手”才是最好的方式。天下没有哪个家长不爱孩子,但是往往孩子却不理解,其主要症结就在于家长给予孩子的爱,孩子没有切身体会和感受。因此,让孩子感受到父母的爱,才是真正的爱。家长要重视换位思考,可以通过谈心、聊天的形式,启发和引导孩子理解家长表达“爱”的方式,感受家长对他的“爱”,让“爱”真正得到孩子的接纳与认同。

允许孩子在成长中“有效犯错”。孩子的成长过程总是伴随着各种问题,可以说,没有问题就没有成长,而遇到问题、解决问题、又遇到新的问题,才是孩子成长路上的最美“风景”。因此,在孩子的成长过程中,要允许他们犯错,犯错并不可怕,可怕的是家长不会利用这些机会对孩子进行正确的引导,只知道责骂、惩罚孩子。在亲子冲突中,父母看似理性思考与行事,其实受到情绪的严重制约。好多家长都有这样的感受:孩子表现不好,就发火,一发火就收不住,发了火后,往往又深深地内疚。因此,在亲子关系冲突中,家长首先要控制好情绪,再解决问题。要承认孩子是成长中的孩子,包容他们身上的不完美,只有让他们在“有效的错误”中成长,才能收获“有效的成功”。

重视家庭生活中的“参与体验”。要围绕“亲子共读”“体育运动”“家庭旅行”“劳动家务”“公益活动”等高质量亲子陪伴项目,结合家庭具体实际,开展好“幸福家庭日”活动。在丰富多彩的日常家庭活动中,发现和挖掘孩子身上的闪光点 and 优点,积极探索生命成长资源,培育参与、表达和动手实践能力。要善于将孩子身上表现出来的才华、优势放大并实现转化形成自我激励。比如孩子画画好,数学不好,可以引导孩子将画画时所学现出的品质迁移到数学学科的学习上来。通过家庭赋能,提升价值感、自信心和力量感,从而激发孩子获得精神自由和自主满足,获得蓬勃的生命能量。

家庭是圃,孩子是苗。家庭是爱的港湾,更是给予孩子强大精神支撑,为其注入成长动力的重要能量场。

父母如何为孩子成长赋能

■扬州市邗江区教育局 时金林

成为孩子精彩绽放的助力者

■扬州市邗江区蒋王小学 胡官兴

无论你是否做好准备,你都会发现“双减”落地后,教育呈现出与过去完全不同的样态——各类学科培训少了,学生回家后的作业减少了,一、二年级不进行书面考试了……孩子的学习生活发生了明显的变化,家长们一下子不能完全适应,甚至有些家长产生了焦虑情绪。

多年来,不少家长已经习惯了通过学习水平高低来衡量教育成败,许多家长心目中的好孩子一定是学习成绩优秀的孩子,或者是特别乖巧的孩子……不少家长可能没有察觉到:自己在子女教育问题上大多是在关注孩子的不足和短板。在“双减”背景下,我们需要换一种方式来看待教育、看待孩子。

每一个孩子都是独特的,每一个

孩子的身上都会有一些过人之处,只不过没有被我们发现和唤醒罢了。在“双减”背景下,一方面学校教育正在朝着全面育人、全程育人、全方位育人的方向转变,另一方面孩子们有了更多的时间和父母在一起,家长们应该抓住这样的契机,去发现孩子的特长和天赋,并且呵护其精彩绽放。

那么家长如何发现孩子的天赋,并且给他们创造精彩绽放的机会呢?

首先父母要留给孩子体验的机会。孩子的特长和天赋是需要寻找和发现的,只有在接触自然、接触社会、参与各种活动的过程中才会自然而然地呈现出来。因此,家长们不应把孩子束缚在家中,“双减”拓宽了孩子的时空,我们正是要利用这样的时

机,多让孩子参加各种活动、接触各种事物、扮演各种角色……孩子只有亲身实践才能开阔眼界,才能拥有无限的可能。

其次父母要发现孩子性格的优势。我们都知道,每个孩子都有独特的个性,家长们要用心发现孩子的性格特点,并努力发挥他们的性格优势。现实生活中,一些家长往往会忽视孩子的先天条件,认为加强后天教育培养就一定改变孩子的个性。其实,性格优势是每个人都拥有的天然倾向,是一种心理品质方面的特长。发挥自己的优势比后天弥补自己的短板更有发展潜力。如果家长们能根据孩子的性格特点,顺势而为,就会收到事半功倍的育人效果。

再次父母要给予孩子足够的尊

重。一切兴趣的培养都需要以尊重为前提,首先兴趣应该是孩子自己的兴趣,而不是父母认为的兴趣。在日常生活中,不少家长有这样的想法:一是跟着潮流走,别人家的孩子学什么,就让自己的孩子学什么,而不顾孩子是否喜欢,是否擅长;二是围绕成绩转,把兴趣培养和提高学习成绩捆绑起来,把参加各种作文班、奥数班当成培养孩子的兴趣爱好和特长。在家庭教育中,重要的不是替孩子做出选择,而是创造条件让他们自己寻找、自己发现、自我成长。父母要做的最重要的事就是坚定不移地给予孩子全方位的支持,不遗余力地帮助孩子靠近他的梦想——这是对孩子最高境界的爱和最大限度的生命成全。



日前,扬州市邗江区教育局联合邗江区全民阅读办、扬州广电总台融媒体广播中心开展了“幸福·家:我们的阅读时光”视频征集活动,经过近2个月的征集选拔,共评选出34个优秀视频作品在“邗江教育发布”微信公众号向全区师生、家长发布,该活动取得了良好的成效。图为该区学生和家長进行亲子共读。

袁磊 摄

学会接纳孩子的不完美

■扬州市邗江区瓜洲中学 万暑琴

我们经常会听到一句话,人的成长就是不断和自己和解的过程。换句话说讲,就是慢慢承认继而接受那个并不“完美”的自己。当为人父母后,我们又要培养出另一种素养,那就是学会接受孩子身上所谓的那些“不完美”。

挣脱固有的教育理念。从小到大不允许犯错的教育使孩子变得畏懼犯错,渴望完美呈现自我的观念又使得孩子不敢自由地表达自己心底真实的想法,不敢大胆地做没有把握的事,束手束脚的孩子必定跟不上时代更新的步伐。作为家长应允许孩子犯错,倾听孩子表达,用微笑代替怒视,给孩子无畏向前的勇气,用拥抱代替指责,给孩子注入一股踔厉向前的信念。

尝试全新的思维模式。作为一个抽象名词,“完美”与否全在于个人一念之间。何为完美?成绩全优是完美吗?天赋异禀是完美吗?聪明伶俐是完美吗?别人家的孩子就一定完美吗?世上没有完美的成人,更没有完美的孩子。作为父母,我们不是要指出孩子身上的不完美,而是要带领着孩子在跌跌撞撞的成长中不断去发现自己身上的美,发现那独一无二、色彩纷呈的美。

采用全新的相处方式。孩子有自己的自尊心,当他们遇到学习或生活上的障碍时,需要的是父母的理解与帮助,而非嫌弃和指责。我们要做孩子心灵的“引路人”,做孩子精神上的朋友。即使他犯了错,作为朋友的我们依然爱他并永

远不会放弃他,会陪他一起渡过难关。当他要走那条未曾有人走过的路时,我们会支持他,或许他沿途遇到的不是我们作为过来人所设想的艰难险阻,而是历经磨练之后触摸的不一样的风景。而我们能做的,只是倾听他的分享,呵护他那颗永远雀跃着想要冒险的心。

每个孩子都有着自己的节奏,对这个世界有着独属于自己的认知和看法。完美与否没有什么绝对标准。不完美的背面一定有其完美的一面,倘若因为过于介意那不完美的学习成绩和行为习惯,而扼杀掉了孩子身上的向善心、道德感、求知欲、同理心等一切美好的品质,我们培养出来的就不再是一个鲜活的生命,也再也不会欣赏到孩子成长路上特有的风景。

做好家庭教育的『加减法』

■扬州报业传媒集团融创中心 朱广盛

“双减”瞄准的是义务教育阶段学生过重的作业负担和校外培训负担,第一要务是做好“减法”:减掉过重的学业负担、经济负担、心理负担,回归健康的成长轨道。家庭、社会、学校都要行动起来,做好“减法”,才能“减”到位。

“双减”之下,家庭教育不能盲从,更不能放任,要掌握“减”与“加”的辩证法。“减”要做到位,但不是什么都减,而是“减”中一定要有“加”。那么家长应该为孩子“加”什么?

加“见识”。读万卷书,行万里路。增长孩子的见识,是一生的追求。人生如长跑,需厚积薄发。如家长可以在和孩子商量后,有计划地陪孩子走进名胜地,逛逛古城街巷,进行一次科技馆或博物馆,泡半天城市书房……这样的引导等于“播种”,以后定会有意外收获。

加“本领”。体育锻炼不可少,每天一个小时要能保证。选择什么运动,要看孩子喜好。教给孩子生活、生存的本领也是家庭教育中必不可少的内容,如面临地震等灾害时如何自救,生活中的化学品如何避免误用,闻到煤气味应该怎么做……

加“陪伴”。陪伴是最长情的告白,只有陪伴才有机会发现问题、解决问题。

让一个少年独自承受成长路上的压力才是最大的障碍。如果孩子长时间独处,长时间一个人“在黑暗中摸索”,就会成为“易碎品”。作为家长,不得不处在陪伴孩子与职场奔波的纠结中,但家长一定要弄明白,工作的目的之一是给孩子一个较好的成长环境,但不能以牺牲孩子的成长代价,不能以牺牲陪伴孩子的时间为前提,一定要平衡好“柴米油盐”与“星辰大海”的关系。

作业少了,孩子自由支配的时间多了,家长不能不管不问,把孩子关在家里、交给电脑、托付给游戏都是不负责任的。“双减”背景下,我们应该和孩子一起做好计划,让“减”出来的时间换来更多更大的正向回馈。