

孩子小的时候,即使再叛逆,父母们似乎都有办法“管”他们。不管方法是软是硬,孩子总会很容易就消停下来——至于是否很快反复,又另当别论。但是,当孩子逐渐迈向青春期的门槛,一切似乎都变得不一样了。

青春期的孩子自主意识逐步增强,他们希望被尊重、被理解、被认可、被肯定,需要心理支持、情感安慰,需要一个民主、平等、宽容的家庭环境来容纳他们的成长。

青春期是一个孩子生理、心理发生转变的重要时期。相应的,亲子关系也会进入新的阶段。在这一时期,以往的教育方法不再奏效,家长们也需要积极地调整心态,去适应和寻找新的方法与孩子相处,帮助孩子平和、顺利地度过青春期。

### 从生活入手去改变

青春期阶段的孩子由于生理上的急剧变化,出现各种各样的心理反应,这些大部分都是自我意识觉醒的表现。他们试图冲破约束和管教,偶尔犯一些错误也属于“成长的代价”。

孩子处于青春期阶段,生活上,父母要让孩子学会独立,充分挖掘他们的自理能力,让孩子养成自己处理生活琐事的好习惯,事事代劳只会与他们不断增强的自我意识相矛盾。

这个阶段的孩子在遇到困难、问题、挫折时,我们要从权威的影响向客观的分析过渡。他们更需要来自父母“朋友式”的客观分析和引导。

要耐心、持久地陪伴孩子做他喜欢的事,这样可以更为接近、了解孩子,挖掘、发现他们身上的闪光点,多多给予鼓励、支持。

### 让孩子学会承担责任

处在青春期阶段的孩子有了对事物的自我辨别能力,父母如果没有注意到他们的变化,只是一味地像以往一样,牵着孩子按照自己设计的路线走,他们自然会感到不满,还会有意跟父母作对。

孩子在小的时候,需要父母的指引来认识这个世界,这是因为他们的认知性不强。孩子渐渐长大,学会用自己的眼睛来看这个世界,用自己的思想考虑事情。然而,父母却习惯了孩子对自己的依赖,忘记了孩子已经成长,忽视了孩子已经长大,他们有了自己的想法与观点。这时,对孩子的指手画脚会使他们非常反感。这时,我们不如试着了解、观察孩子的成长,试着放手,让孩子学会承担责任。

# 青春期的孩子“越管越反”不妨试试这7个方法



### 家长要会“索取爱”

很多家长在“爱”的问题上,只尽“给予”的义务,不讲“索取”。如此一来,在孩子心中便形成这样的一个概念——父母的爱是应该的。我们要向孩子“索取爱”,让孩子学会感恩。在饭桌上,父母可以向孩子撒娇要求为自己夹菜。做家务时,可以邀请孩子一起来帮忙,表示自己一个人无法完成。适当地学会“示弱”,为孩子创造超越的机会,凡是孩子做得好的地方,当然不局限于学习方面,都要夸赞。让孩子了解、体会父母的不容易,当然还可以向孩子多要求一点,他们的参与感、责任感自然也会多一些。

### 不要开口就下“命令”

青春期阶段的孩子特别敏感,父母不要开口就是下“命令”,如“你应该……”“你不能……”如此一来,在孩子心里,你只是一个领导者。青春期阶段的孩子更渴望被当成大人,父母要让他们感受到自己被尊重、被信任。

### 签一份“保密合同”

偷听电话、偷看日记,或上网看孩子的留言,美其名曰是为了了解孩子,这些行为千万不要有。实际上,这些都是破坏孩子对家长信任度的重要“杀手”。和孩子签一份“保密合同”,写下什么事情是父母可以知道的,哪些是属于孩子的秘密,然后双方违规会怎么样。

### 同一错误别“老调重弹”

对于孩子的错误,千万不能“老调重

弹”,否则只会引起他们的厌烦情绪。在沟通的过程中,我们要用简短的语言来指明问题,积极引导,减少“无用”的表扬,过多的表扬会让激励失去作用。

寻找孩子的闪光点,多多鼓励、欣赏孩子。通过积极的方式(包括正面的积极语言,爱的温暖给予,细心的呵护,认可和接纳等)影响孩子,让孩子感受到父母对他的爱和关注,孩子才能重新回到家长的身边。心近了,与青春期阶段的孩子才能有更顺畅的交流。

### 完善教育模式和沟通方法

想要改变孩子的不良行为、习惯,并不是一朝一夕的事,更多的是家长的观念要率先改变。亲子关系的关系模式是相互作用的,这就好比我们对待朋友,你对他和气,对方没理由对你不和气;你对他尊重,对方没理由不尊重你。

亲子关系的关系也一样,请从“高位教育”模式转换为“平等教育”模式,这样不仅亲子关系会有所改善,孩子的改变也会更加易于实现。

青春期阶段的孩子在寻求自主性的过程中,冲突和权利斗争几乎是不可避免的。大多数孩子和父母能够解决好这些矛盾与分歧,维持积极情感的同时,重新调整关系,使之变得更为平等。

父母是一个特殊的职业,每个人都是未经培训直接上岗的。有时,我们面对孩子的一些成长问题常会束手无措,但我们可以试着学习、完善自己的教育方法和态度。只有通过好的方法,与孩子融洽相处,才能更好地帮助他们顺利、健康、快乐地度过人生中的特殊时期。

据《光明少年》

## 新闻速览

近日,教育部开展第三批国家级一流本科课程认定工作,拟认定5800门线上、线下、线上线下混合式、虚拟仿真实验教学和社会实践等五类国家级一流本科课程。教育部将完善一流课程退出机制,对国家级一流本科课程实施动态管理。

日前,教育部、中国教师发展基金会实施2023年乡村优秀青年教师培养奖励计划,培养奖励300位乡村优秀青年教师,实施范围包括乡村学校(含乡中心校、村庄学校)任教教师,乡中心校正职校长除外。中国教师发展基金会出资对入选的乡村优秀青年教师进行奖励,每人一次性奖励1万元(税后)。

日前,教育部公示2023年学习型社会建设(高等继续教育领域)重点任务名单,经评议,共有100项学历继续教育教学改革创新任务、100项非学历教育改革创新任务、50项探索三教统筹协同创新路径任务入围培育建设名单(其中含培育任务21个),公示期为2023年12月15日—21日。

近日,《北京市中小学教材管理办法(2023年修订)》发布,要求地方课程教材出版发行不得夹带任何商业广告或变相商业广告,不得搭售教辅材料或其他商品;加强各类专题教育教材和读本进校园的管理,严格控制地方课程教材和各级各类读本数量,对数量过多、质量不高的及时进行清理。

重庆市人社局、四川省人社厅日前公布《成渝地区双城经济圈急需紧缺人才目录》。《目录》共梳理出1458个急需紧缺岗位。急需紧缺人才主要集中在智能装备、汽车整车研发设计、特色轻工、先进钢铁材料、减污降碳协同增效、生物药、电子元器件、大数据、商贸、农业科技支撑等领域。

江苏省教育厅日前印发《关于做好低温雨雪冰冻灾害防范应对工作的通知》,要求加强对户外集体活动的安全风险防范,必要时可暂停教学、户外活动,加强校园交通安全管理,做好校园及周边道路除冰防滑工作,防止师生摔伤和交通事故发生。

江西省教育厅等部门近日发布《致涉考校外培训机构的公告》,要求不得对涉及学生考试的培训进行虚假宣传,不得进入校园开展各种形式的招生宣传,不得发布诸如“押中试题”等有关试题试卷的言论。

本报综合

## “汉语盘点2023”活动发布年度“十大新词语”

作为年度“汉语盘点”活动重要组成部分,12月16日,国家语言资源监测与研究中心发布2023年度“十大新词语”,它们分别是:生成式人工智能、全球文明倡议、村超、新质生产力、全国生态日、消费提振年、特种兵式旅游、显眼包、百模大战、墨子巡天。

据介绍,2023年以来,以ChatGPT为代表的“生成式人工智能”成为全球科技热点,它不仅影响着人类的生活和生产方式,还为各种行业的创新和发展提供了新的工具和视角;“全球文明倡议”是

中国向世界提出的又一国际公共产品,展现了中国的大国责任和担当;“村超”因其独特的民族特色和激烈的比赛氛围在网上广受欢迎,成为热门话题;“新质生产力”有别于传统生产力,涉及领域新、技术含量高,依靠创新驱动是其中关键;“全国生态日”的设立促使全国各地通过多种方式开展生态文明的宣传教育活动,共绘美丽中国画卷;2023年确立为“消费提振年”,出台诸多引导消费的利好政策;年轻人爱上“特种兵式旅游”,试图用低成本和高效率换取丰富的旅游文

化体验;“显眼包”体现了互联网文化的开放性和包容性,为网络世界增添了更多活力和色彩;“百模大战”指各类“大规模深度学习模型”在应用领域竞相发展的态势;“墨子巡天”望远镜正式启用,将显著提升我国时域天文研究能力。

据悉,这些词语是基于国家语言资源监测语料库,利用语言信息处理技术结合后期人工确认获得的,数据规模约15亿字次。

据新华社