

## 求助台

在教育孩子的问题上,不少家长觉得自己教子无方。如何在孩子尚未进入社会前的家庭教育中教育好自己的孩子,寻找行之有效的教子方法,也成了很多父母犯难的问题。所以,如何教育孩子,也成了很多同事、好友茶余饭后常被提及的话题。如果您在教育孩子的过程中遇到了难题或者困惑,可以与我们联系,让专家和家一起出谋划策,帮助我们的孩子健康快乐地成长。

同时,作为家长,如果您看到其他家长的困惑,也可以帮他们出主意,兴许就帮助他们了,这也是在帮助您自己的孩子。电子邮箱:pdswbxjz@qq.com,电话:7073613。欢迎提供线索或发表您的育儿观点。

## 孩子上课精力不集中,做事拖拉,怎么办?

### 本期求助

市民吴女士:我的孩子今年上小学一年级,可是总感觉他精力不是很集中,上课总是做小动作、玩小东西,一听到下课铃声就疯跑出去,上课铃声响了也不想回来,放学回家后又特别爱看电视,不主动做作业。我不知道是因为孩子刚上小学不适应,还是有其他原因,希望得到大家的帮助。

李宏照(平顶山市第二高级中学副校长、高级教师、心理咨询师、国家高级家庭教育指导师):  
接纳孩子成长带来的一切

看到求助的内容,我马上就有一种感觉:这位家长似乎还没有真正长大,当了妈妈的人,心理年龄还是很小的。

人生不是短跑,而是马拉松,所以起跑并不是很重要,有些家长却试图改变这个规律,甚至“抢跑”,违反规律带来的后果有时候是很严重的。

首先,家长必须了解小学一年级学生的生理特点:刚刚从幼儿园毕业的他们对小学生活既新鲜,又不习惯,一时难以适应,好奇、爱动、喜欢模仿,但很难做到专心听讲。心理学研究表明,小学生集中精力听课的时间只有5分钟,能持续10分钟便是很好的了。孩子坐不住,不是不爱学习,而是还未对学习产生兴趣,不了解学习的重要性,但在不知纪律、学习为何物的思维模式下,一年级的孩子却有着直观、具体、形象等思维特点。

孩子最讨厌的人是“别人家的孩子”,所以家长不要用别人家的孩子和自己的孩子去比较,因为你家的孩子也没有拿你和别人家的爸妈相比。

其次,家长需要引导孩子合



理安排时间,培养孩子养成独立自主的习惯。简单有规律的家庭生活节奏对孩子的成长是非常有好处的。每天起床、吃饭、做游戏、睡觉、讲故事的时间都应该安排得较为固定。对于注意力不集中的孩子,尤其需要父母帮助建立规律的生活。

最后,家长要发自内心地多关爱孩子,而不是盲目地严格要求。出现不如意的事儿,不要总是批评孩子,因为这样一来,会无形地强化孩子的意识,他反倒会做得越来越不好。只有保持愉快的心情,孩子才更易于专心致志地做事。

小学生的学习特点:以适应为主,告诉孩子什么是学习,知识不是最关键的,关键是培养学习兴趣。“要我学”和“我要学”有着本质的区别,孩子的学习就像一辆汽车,最需要的是发动机提供的动力,孩子没有学习动力,就好像汽车发动机出了故障,老师在前面拽,父母在后面推,越用力,车子跑得越快,但是孩子待在中间无所事事,这种快不是真正的快,父母也不可能帮孩子一辈子,孩子终究是要独立的。一旦父母

精疲力竭或者是遇到了上坡,可能会倒退下来甚至压了父母的脚。

要无条件尊重孩子、信任孩子。无论孩子的问题多么严重,家长要相信人是可以改变的。孩子出了问题,就是孩子成长的环境出了问题。只要家长掌握孩子的成长规律,营造和谐温馨的家庭环境,按规律去做,没有教育不好的孩子。

高文帅(光明路小学):  
辩证看孩子身上的“问题”

从孩子的表现中可以看出,第一,孩子对课程本身不是非常感兴趣,缺乏好奇心。第二,孩子对上课规则认识比较差,自制力较差。第三,孩子的自控能力也较差。

家长要明白的是,孩子目前的状态不是一天两天造成的,而是有着长期性和复杂性。家长要学着回顾和反思过去,找出孩子出现问题的症结。

比如,对于孩子学习缺乏好奇心,家长要从两方面看问题,而不是持“一棍子打死”的态度,家长要有敏锐的观察力,观察孩子

是只对课程内的知识出现倦怠,还是对一切新鲜事物都缺乏好奇心。如果只是对课程缺乏好奇心,那么家长也不用太担心,因为这也是小学存在的现象之一。如果孩子对一切都没有好奇心,那么家长就需要反思了。其实,孩子的好奇心也需要家长的引导,家长可以在平时的生活中多为孩子设置一些问题,来培养孩子的的好奇心。

对于孩子缺少规则意识,家长也要辩证来看。首先孩子没有规则意识或者规则意识差,肯定是有危害的。但是如果一个孩子规则意识太强,那么也意味着孩子的创造力和想象力也会受到抑制。家长在为孩子建立规则时,也要注重孩子创新能力的培养。

对于孩子做事拖拉,家长要寻根求源,回头看看孩子在成长过程中是否在哪一方面的教育有所缺失,找到孩子做事拖拉的原因,才好对症下药。

万金涛(点通传奇学校校长):  
为吴女士支三招

在与吴女士的儿子做了面对面的交谈后,我了解到,这个小男孩的情况并不像吴女士描述得那么严重。相反,需要改变的并不是孩子,而是家长。

针对孩子的情况,为吴女士支了三招:

第一,对孩子要真正放手,不能一味地跟在孩子后面不断地催促。

第二,给孩子制定严格的生活作息表格,告诉孩子几点起床、几点吃饭、几点学习、几点休息等,让孩子自行把握。如果孩子做不到,应该让他学会承担由于自己失误导致的惩罚。

第三,经常给孩子一些正面的心理暗示,比如“自己的事情自己做”“让妈妈省心,做真正的男子汉”等。

(李京晶)

### 第三只眼

也许作为家长的您正在费尽心机养育孩子,您希望孩子得到最好的教育和最好的生活,您不希望孩子落在人后。然而,处在其中的您,可能已经触及教育的边缘线,可是您却浑然不觉,还在一味拉着孩子往所谓的前方走去,殊不知这样的行为可能会让孩子形成阴影,影响他的一生。

您也许看到周围有人正带着孩子走在边缘线或者已经越线,请您把这些现象或行为告诉我们。

电子邮箱:pdswbxjz@qq.com;电话:7073613。欢迎提供新闻线索。

## 母亲电梯中当众打孩子

专家:惩罚孩子要讲方式

### 本期观察

市民侯女士反映:有一次,她带着孩子去看电影,结束后乘电梯离开。在电梯中有不少人,其中一位穿着时髦的妈妈也带着孩子离开。孩子的穿着打扮也非常洋气,但看起来有些调皮。孩子按了几下电梯的按钮,也不是特别危险的举动,身旁的妈妈就使劲儿打了孩子的头几下。孩子不敢反抗,一直低着头。

### 家长侯女士:

在很多时候,中国的家长从来都不知道尊重孩子。

从这对母子情况来看,家庭条件应该不错,因为家长把孩子打扮得非常洋气。其实很多家长给孩子物质上的东西很多,给孩子精神上的东西却很少。就像这位妈妈,当众打骂孩子,不考虑孩子也有自尊心。孩子真有做得不对的地方或者危及身体健康,可以先用语言制止,最好不要在公共场合打骂他们。

市12355青少年心理健康服务中心主任赵迎春:

未成年人缺乏认知、自控能力,偶尔犯些错误是正常现象,家长进行教育和矫正是必要的。要注意的是,家长惩罚孩子,要讲究方式和场合。

家长在公共场合对孩子大打出手,不可避免会掺杂、转嫁个人情绪,容易引发孩子的怨恨和逆反心理,也会伤害孩子的自尊心,往往事与愿违。孩子出现问题,作为监护人的家长是有责任的,家长要从自己身上找原因,改变这种简单、粗暴的家教方式。

不分场合打骂孩子的另一个直接后果是:你以什么样的方式对待孩子,孩子就会以什么样的方式对待你和他周围的人。这是非常可怕的。

家长要知道,孩子即便再小也是有自尊的。武力惩罚不能解决任何问题,只能使父母和孩子双方的矛盾激化,使原本有可能继续下去的学习中途搁浅,使原本亲密和谐的家庭关系变得疏远。在父母的巴掌下,孩子的自尊心被打得一败涂地,容易形成破罐子破摔的心理,最后可能抵制所有的批评,不再听父母的话。

希望在面对孩子犯错误时,家长能够蹲下来与孩子平等地交谈,让孩子感到你是爱他的同时,再告诉他是非对错。

(李京晶)

市民郑先生希望将自己的教子故事分享给大家——

### 教子有方

当家长是没有资格证的,不过,当好家长很难。家庭教育是孩子成长教育的一个重要方面,时刻发生着有意思的事,有的可以作为好的经验加以学习和推广,有的可以作为教训引以为戒。在日常的点滴生活中,如果作为家长的您有好的经验或者育子小趣事,可以和我们联系,也可以写成文章,让我们一起分享您的教育心得,来帮助家长解决教育孩子的困惑,让鹰城的家长共同受益、共同进步。电子邮箱:pdswbxjz@qq.com;电话:7073613。

## 孩子打烂玻璃后……

儿子今年上小学五年级。

大概两个月前,儿子中午放学回到家后哭哭啼啼,两眼泪花。问缘由,儿子说,他把人家的玻璃弄烂了。我一听,当时心里“咯噔”一下。我先问儿子有没有受伤,儿子说没有。我想,该如何处理这件事呢?应该借此机会好好教育一下他。

于是,我详细向儿子了解了事情的来龙去脉。儿子说,他放学后在路上跟同学打闹,不小心把一个早点屋的玻璃打烂了。于是,我就跟妻子说:“走,咱们去看看,该赔人家就赔人家,咱可不能做不负责任的事。”此时,妻子已经做好了午饭。

我们没有吃午饭,一起来到



儿子所说的“出事地点”:一个三岔路口的小铁房,上面依稀可以看见“早点”二字,中午时分已经没人。我们就向路人询问,但是始终没有打听出这个早点屋的主人是谁。这时,有人提议:“管他呢,谁也不知道是你儿子弄烂的。走吧!”可是我想:“我们可以选择离开,但是我们可以选择留下。如果就这样离开了,儿子

今后就有可能效仿大人的做法。我们应该留下,给他做个榜样。”

我和儿子继续打听,最后终于找到了早点屋的主人。主人很宽容,没有要求我们赔偿,但是我们坚持买了一块玻璃并装好。之后,我们才回家吃饭,这时已经是下午1点多了。

回到家后,儿子似乎很有感触,从哭泣变成了开心甚至是兴奋。他主动给我说:“爸爸,以后放学路上我再也不打闹了,做了错事我也不会逃避,我会勇敢地去面对。”我摸了摸儿子的头,给他以鼓励。我希望儿子将来能成为有担当的男子汉。

(李京晶 整理)