



暑假,让孩子爱上做家务



家长杨女士求助:暑假过了快一个月了,为了激励孩子参与到家务劳动中,培养孩子的理财意识,我和孩子的爸爸决定给孩子做家务算“薪酬”。但是怎么算?这个问题我们一直商量:担心钱给多了,怕宠坏孩子。给少了,起不到应有的效果,不能调动孩子的积极性。希望得到老师们的指点。

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):

“代币法”让孩子爱上做家务

A

孩子们干一些家务本是再平常不过的了,然而,一旦这样的行为有了“薪酬”,操作稍有不慎,结果往往适得其反。

大家都熟知的超市购物积分制度,达到一定数量送礼品。这样的营销手段就是借鉴了心理学的“代币法”。“代币法”也称表征性奖励制,即用奖励强化所期望的行为。在小学里是以小红花、五角星等为代表,也可以是记分卡等,累积到一定数量再来换取相应的奖励物品或参与感兴趣的活

动,这种做法可以愉悦孩子心情,塑造孩子行为。以下是一些执行中的注意事项,请家长注意。

第一,也是最重要的一点,从计划、制订到执行,孩子必须全程参与,给孩子自主权、培养他的策划力、约束力和执行力。

第二,给予孩子的回报率必须拉开梯度。这是为了让孩子清楚意识到收获和付出永远成正比,借以引导孩子学习。

第三,报酬方式不要用金钱作为唯一标

尺。其间须合理加入孩子喜爱的或对其身心有益的东西做奖励,譬如小到父母的拥抱、大到一次夏令营活动的报名权。这样可以多方面观察和培养孩子的兴趣爱好、社交能力、独立生存能力,让孩子从小享受到友情、亲情带给自己的快乐。

第四,项目要细化、具体。这样才能让孩子真正体会到父母的不易,适时引导并培养孩子的感恩之心。

第五,把培养孩子在生活习惯和学习习惯方面的回报率定得高些,这样可以有效地激发孩子的积极性,培养孩子的良好习惯。

第六,劳动成果的积累和支配。这一环节家长只可做侧面引导,以此锻炼孩子理财和统筹支配的能力。

举例说明:(表一)

要求的行为	参考分值
按时起床	2
按时睡觉	1
规定时间内吃完早饭	1
学习累计2小时	2
完成某项学习任务	1
整理房间	1
完成某项任务	1
其他要求等	1

(表二)

奖赏项目	参考分值
一本连环画书	4
去麦当劳一次	10
去动物园一次	20
玩某个游戏	可与孩子商定
购买某个玩具	可与孩子商定
看电视一小时	5

赵迎春(平顶山学院心理健康教育指导中心主任,市鹰城心理健康发展中心主任,市12355青少年心理健康服务中心主任):

合理换取“报酬” 实现孩子梦想

B

说到用“报酬”去激励孩子,培养良好习惯,在心理学上叫作“阳性强化法”。“薪酬”就是刺激物,家长担心的是刺激物的大小、强度问题,那么,运用这种方法我们还需要考虑同一种刺激物用多了,其作用就会减弱。当所强化行为稳定后出现后,可逐步减少强化次数,或由实物强化过渡到言语强化。

在使用这种方法时,一定要注意:首先,充分尊重孩子的意愿;其次,所选择的强化物,必须是孩子内心想要的;再次,给予的强化物是要描述被强化的具体行为。例如:家长在表扬孩子时说:“今天你把房间打扫得真干净!”而不是笼统地说“做得好”;最后,当所强化的行为稳定后,可逐步减少强化次数,或由实物强化过渡到言语强化。

实际上,这种方法在幼儿园、小学使用频率较高。比如给表现好的孩子发小红花、小红旗等。强化物的选择可分为以下几类:1.消费性强化物,如水果、食物等;2.活动性强化物,如看动画片、逛公园、学骑自行车等;3.拥有性强化物,如买书、买衣服等。不管是哪种方法,要紧跟孩子的需求,这样才能起到好的教育效果。

有兴趣的家长可以按照这两个表格,并根据家庭具体情况操作,不仅可以激发孩子的兴趣点,起到强化刺激的作用。同时,还可以引导孩子养成良好的生活习惯。

(李京晶)



给孩子正确引导

平日里,总听身边的家长热议一个话题,现在的孩子大多都是独生子女,整日被爱所包围,贴上“小公主”“小王子”的标签!其实,孩子们生下来只是一张白纸,至于今后被涂画成何等模样,那就要看家长如何引导。

记得女儿上三年级时,学校要求学生观看于丹教授主讲的小学生《感恩教育》节目。看完后,我笑着问女儿有何感想,她想了想说:“我理解的孝就是等我长大了,每天都去看望父母,让他们安度晚年,每天都开开心心,快快乐乐!爱心有两点,一是帮助别人,二是保护小动物。自立,实际就是自己能做的事,一定要自己做,女生不要当小公主,让别人天天伺候。男生不要做小王子,让别人天天为你服务!”听完女儿的话,我当即问道:“那你愿意当小公主吗?”女儿立刻摇了摇头,坚定地说:“不!我才不要当呢!我长大了,要做一个自食其力、帮助别人、有用的人!”听了女儿的回答,我高兴极了。

在之后的日子里,女儿表现得更好

了。只要家里有好吃的,她总要让爸爸妈妈先品尝,还不忘和亲朋好友一同分享。前段时间朋友从外地带回来一些土特产,原本想给女儿留着,还没等我张嘴,她便扭脸对我们说:“给奶奶、姥姥家都送点儿,还有我的小朋友!”她爸爸看她那副模样,不禁逗她:“你这么爱吃,东西又不多,给了别人,那你不就更少了?”只见她一本正经地说:“你们平时不是告诉我,好的东西要和大家分享吗?”听过她的话,我忙说:“对、对,真是好孩子!”我俩哈哈大笑起来……

在孩子的成长过程中,会遇到这样那样的问题,但我坚信只要经过正确引导,给予孩子健康向上的正能量,我相信,每个孩子都将是幸福、最快乐的人。

(李京晶 整理)

感谢潘悦妈妈杨艳丽女士提供育儿故事,也欢迎广大家长朋友积极提供本栏目线索。
电话:8022222
邮箱:pdsbxjz@qq.com



孩子,请尊重身边的每一个人

市民梁先生:

每到放学,学校周边就会有大量发传单的人和机构,因为大多数是广告,所以有些家长直接交代自己的孩子不要接传单。

放假前夕,我在校门口接孩子放学,看到有些孩子在面对发传单的人时,表情极其厌恶,甚至还会说出一句:“臭广告,我妈不让要,走开,走开。”还有些孩子这边刚拿到宣传页,那边就顺手扔在了地上。此情此景让我心里咯噔一下,尽管这些人是发广告的,尽管他们的行为不一定对,但是孩子就可以这样对待他们吗?

市12355青少年心理健康服务中心主任赵迎春:

家长应让孩子学会尊重身边的每一个人。一些在大街上随意发传单的人行为确实不妥,其行不仅会造成环境污染,而且影响交通。但这些人和我们一样,大家都是平等的,因此家长在教育孩子时,对发传单的行为可以不支持,但不能在行为上也轻视这些人,甚至出口伤害他们。

每一种职业都值得尊重,家长应该教育孩子礼貌待人,可以在接到传单后离开,再将其扔到垃圾箱。良好的习惯是一个人素质和修养的外在体现,家长应经常提醒孩子注意自己的言行举止。

(李京晶)

精英训练营的小记者, 快来参加活动吧!

中国少年新闻学院平顶山分院教你销售技巧,自制商品,多次练摊,调整策略,成功售出,赚取人生的第一桶金。

走进银行,学习理财知识,掌握理财方法,制定消费、理财全年计划,让你成为一名“小小理财师”,拥有自己的储蓄卡,让钱能生钱,成为有“身份”的人。

中国农业银行 房贷客户专属信用卡

中国农业银行
AGRICULTURAL BANK OF CHINA

7月24日(本周五)上午9:00 地点:中国农业银行平顶山分行

内容:我的第一张储蓄卡

报名电话:4973585