

暴露问题是好事

文/本报记者 李喆 见习记者 高亚恒

只因一道题没做出来,就连着许多天吃不好、睡不安,市民钟女士对儿子程程(化名)的情况感到十分不解。

事情要从今年二练结束后说起。二练文综考试结束后,程程一直对一道历史题耿耿于怀——因为对于这道题,他是一点儿思路也没有。历史老师讲评试卷时,程程认真听了解题思路,课后还专门重做了一遍。

谁知4月中旬,学校发了一套练习卷,其中有一道题所考的知识点和上次那道试题完全一样。不过由于命题角度不同,程程虽然看着试题“眼熟”,但最终还是没能正确作答。这下程程有些着急了,天天在家中念叨“要是高考时考这道题该怎么办”,茶饭不思,睡觉时做梦也总是梦到自己参加高考,结果一堆题不会写。看着儿子急成这个样子已经半个月了,钟女士更着急,最终只得向心理咨询师求助。



对此,市学生心理健康指导中心的辛春红老师表示,程程的情况是较为典型的考前焦虑症的表现。一般来说,这种问题集中出现在学习成绩中上等且心理调节能力较弱的学生身上。由于自信心相对较差,这些学生往往在遇到难以解答的问题时,就会出现焦虑的情况。

对于这类学生,辛春红建议,家长应根据实际情况,首先给孩子更多正面的肯定。这种外部评价往往可以很好地平衡孩子的心理,使孩子的焦虑感减轻。另外,家长还可对孩子进行安慰,例如告诉孩子:即便高考遇到这道题,他不会做也没有关系,只要把会做的题都做出来,就是最棒的。

洛阳理工学院附中教师邹山龙说,现在距离高考已经很近了,在这段时间内,考生应该将重点放在知识结构的梳理和各科基本知识的复习上,尽量不要碰超出自身水平的练习题。另外,各校还会根据三练的情况布置一些模拟高考试卷。这实际上是教师给学生最好的查漏补缺的机会。家长应告诉孩子,此时暴露问题是好事——只要现在将问题加以整理和改正,高考时犯错误的概率就会减少。同时,家长应协助孩子对问题进行整理,并督促其进行有针对性的复习。



家长会

文/赵悦

您会表扬孩子吗?

在与家长沟通时,很多家长经常问我这样一个问题:“我们已经意识到应该多表扬、鼓励孩子,但发现没什么明显的效果,是不是我们的表扬不得法?”

应该肯定的是:表扬好的行为的确有利于孩子的健康成长,但是表扬也是一门艺术,怎样才能让表扬更有效呢?作为教师,在日常与孩子们的接触中,我积累了一些小想法,希望能对家长有点帮助:

第一,不要吝啬您的表扬,尤其是对年龄小的孩子。父母如果总

是用要求成年人的眼光去看待孩子的行为,就会认为孩子没有几件事是值得表扬的,那可是很打击孩子积极性的。其实,对于年幼的孩子来说,做好一些简单的事已经很不容易了。良好的习惯和惊天动地的成绩就是由这些简单的行为日积月累而成的。

第二,表扬要及时。对待值得表扬的行为,父母要及时表扬,否则时间长了,孩子弄不清楚为什么受到表扬,会对这次表扬留下深刻印象,更起不到强化好行为的作用。

第三,表扬要具体。表扬得越具体,孩子越容易明白哪些行为是好的,越容易找准努力的方向。比如,孩子看完了小人书,把书放回了原处,家长一定要抓住这个时机来表扬。如果家长只是淡淡地说:“你今天表现得不错。”表扬的效果会大打折扣,因为孩子不明白“不错”是指什么。泛泛地表扬,如“你真聪明”、“你真棒”虽然暂时能提高孩子的自信心,但孩子不明白自己好在哪里,为什么受表扬,而且很容易养成骄傲、听不得半点批评的坏习惯。您不妨说:“你自己把书收拾得这么整齐,我真高兴!”让孩子明明白白地知道自己为什么受表扬。

第四,表扬不仅要看结果,还要看过程。孩子经常会好心办坏事,比如,孩子本想“自己的事儿自己干”,吃完饭自己去洗碗,结果一不小心把碗打破了。这时家长要是不分青红皂白批评一顿,孩子也许就不敢再尝试自己做事了。这时,家长一定要冷静下来,用耐心而关心的语气告诉孩子:“你想自己做事,这样很好,但厨房地面又湿又滑,以后一定要小心,爸爸妈妈可不希望你因此而受伤!”孩子此时的心情一定会无比放松,不仅喜欢做事,还会非常乐意去帮家长做家务。随着年龄的增长,孩子肢体动作与大脑反射还会更加协调。因此,只要孩子是好心,家长就要先表扬,然后帮他分析造成坏结果的原因,再告诉他如何改进,这样才能收到更好的效果。



父母经

我教女儿去「维权」

文/管洪芬

我去学校接女儿,远远地隔着窗户我就看到女儿似乎很不快乐,慢腾腾地整理书包,慢腾腾地走出教室,一副无精打采的样子。看着她这副模样,我想她这一次一定考砸了。

果然,见到我之后,女儿伤心地告诉我:“29分。”才29分,怎么可能?要知道长期以来,女儿除了做作业磨蹭一点,学习成绩一直很好,每天放学后的口算练习,她总是做得很好。

我急急地让女儿把试卷拿出来给我看。没想到的是,女儿一下子流泪了,说:“真是29分,可是妈妈,一共才30道题,我只错了一道,按理应该是九十几分的,可老师却给我批了29分。”

听了女儿的话,我接过试卷一看,果然,老师批改的红勾清晰可见,整张试卷只有最后一道题才有一个红红的小叉,按照每道题的分数,女儿这次测试至少也是96分,怎么会是29分呢?在我愣神时,女儿哭出了声:“老师发试卷的时候报了分数,说我29分,现在小朋友们都说我是笨蛋,说我居然才考了29分,是最笨最笨的大笨蛋……”

女儿的话让我的心阵阵揪痛。我知道,女儿才上小学一年级,她的同学也都是和她一样大的孩子,因为年纪小,他们只能凭着自己稚嫩而浅薄的认知去判断他们听到的,他们既没有自主的思考能力,也根本不懂得要如何做才能不伤害别人。当然,我也能想像老师的忙碌,他可能只是在批改试卷时清楚地记得女儿对了29个,但因为琐事分心,于是在打分时写下了“29”这个数字。

回了家,我特地让女儿把作业先放一放,我说要和她谈谈心。我明确告诉女儿:第一,老师可能因为忙,于是忙中出了错,事实上,她真的已经很棒了;第二,她应该主动向老师反映这个问题,告诉老师,她是对了29道题,而不是得了29分。我给了她一个拥抱,告诉她:“你已经很努力了,你的努力应该得到最善意的认可,这是你的权利……”

第二天,我送女儿上学,我看着她走进教室,看着她走向老师,看着她拿出试卷……最让我欣慰的是,我看到了老师鼓励和赞许的目光,看到了女儿脸上绽放的那一抹浅浅的微笑……

孩子“毛病”多,抽动症作祟

冬冬最近总是不由自主地发出“啊!啊!”的尖叫,遭到老师的责骂和同学们的嘲笑!他为啥会有这种坏毛病?

儿童行为专家介绍,这并非孩子的坏毛病,而是患了抽动症!主要表现为频繁眨眼、皱额、吸鼻、撅嘴、伸舌、摇头、点头、耸肩、动

臂、踢腿、步态异常甚至骂人等,导致孩子学习困难、焦虑、自卑,甚至伤害自己。

在金太阳学能开发中心进行了综合多维治疗后,冬冬的“坏毛病”终于没有啦,成绩也不断得到提高。

详询:64601838