



□ 杨寒冰

# 学做合格家长



绘图 仁伟 吴芳

当人们准备从事一项新职业时，往往要经历一系列岗前培训，才能正式上岗，如果对工作不满意，还可以辞职。唯独为人父母这个角色，永远不能辞职。孩子的成长是一个漫长的过程，每个阶段家长都必须用心照顾，万不可等孩子长大成人后，家长才把自己培训成“熟练工”。

他山之石，可以攻玉。14日晚，市实验中学初二(4)班班主任李全武召开家长会，请育子经验丰富的家长李新夏为家长们上了一堂育子课。记者将家长们交流后认同的观点整理如下，与更多家长一起分享。

## 家长要有两面性

家长在孩子面前要具有两面性，既有权威性，又有宽容性，尤其是在对待孩子犯错误的问题上，家长要拿捏得有度。出格的错误，一定要严厉批评，杜绝再犯；不出格

的错误，要学会原谅，不批评孩子。

什么是出格的错误？比如孩子在学校偷东西、打架，搞恶作剧捉弄老师等，家长知道后，一定要及时严厉地批评孩子，有效地批评可建立家长的权威性，从心理学角度讲，家长在家庭中具有一定的权威性，可使孩子在面临危险时具有安全感，有从父母那里得到保护的欲望。

什么是不出格的错误？比如孩子摔碎了碗、弄丢了东西等。家长不要轻易责怪孩子：“怎么这么笨，碗都拿不好！”“你怎么搞的，总是丢三落四！”这些错误都不是孩子故意要犯的，家长要学会安慰孩子：“碗碎了没事，砸到脚没有？”“别着急，再想想，可能就找到了。”

## 学会和孩子交朋友

很多家长感叹：孩子不愿和他们说话，

有了心事，愿意找同学诉说，不愿和家長交流。为什么？有一部分原因在家长身上。家长一见到孩子，除了说学习，似乎就没话说，孩子见了这样的家长，躲都来不及，哪里还有话说？

家长想要改变这种状况，首先要管住自己的嘴，不要只会说学习，要寻找孩子有兴趣的话题开聊，比如足球、电脑、小游戏、明星、流行歌曲等，只有放下家长的架子，和孩子成为聊得来的朋友，孩子才有可能在心情不好的时候，把家长当成知己，跟家长倾诉或寻求帮助。

## 懂得自律树榜样

家长是孩子的第一任老师、第一个榜样，家长对孩子的影响最早、最直接，也最深远，家长要学会给孩子树榜样。

好的内容，孩子一定会学，差的内容，孩子也会学。所以，家长一定要学会自律，不要将一些不好的生活习惯、人生态度等传递给孩子。

夫妻之间有矛盾，不要当着孩子的面争吵，这会给孩子造成很坏的影响，最好趁着孩子不在跟前儿的时候，私下沟通解决。

孩子要考试了，家长能推掉的应酬尽量推掉，尽量在家陪孩子，这种亲情的陪伴，会给孩子莫大的鼓舞，让他信心百倍地迎接考试。

## 父母不能被替代

记者在家长会上看到，有几个白发苍苍的老人，经过询问，得知他们是孩子的爷爷、奶奶，是代替孩子的父母来开家长会的。李全武说，父母是不能被替代的，如果能参加学校的活动，应尽量参加，只有加强与老师的沟通，才能更多地了解孩子在学校的表现，以便有针对性地实施家庭教育。

## 开学了别让多动症影响孩子学习

孩子调皮、好动、注意力不集中、学习成绩差……这些都是令家长头疼的事。新学期开始了，你的孩子是否依然保持这样的“作风”？

开学没几天，明明的班主任就告诉他的父母，说明明上课不看黑板，经常摇椅子，偶尔还会起身离开座位，还经常与同学吵架……到洛阳金太阳学能开发中心检查，才知道明明患了多动症！

多动症是一种儿童常见病症，多动症易导致学习困难、自信不足、逃学、打架、甚至网络成瘾等严重后果，应及时治疗。

详询：64601838



□ 赵文静



## 听孩子把话说完

收拾厨房的时候，我发现有小半袋米生虫了，就把它拿到一边，嘱咐爱人再回老家时带给婆婆喂鸡。爱人答应着，儿子却跑过来大声阻止：“不许带回去，如果能吃就吃，不能吃就扔掉！”

见儿子这样说，我很生气，正准备训斥他，他却接着说：“你想想，米拿回去，我奶奶会舍得喂鸡吗？她一定会把虫子拣一拣，就做饭吃了。”

我为自己的想法感到脸红。是啊，我怎么没想到呢，儿子说的有道理，一生俭朴的婆婆一定舍不得把半袋白白的大米用来喂鸡。这让我想起以前的一件事来，有一次我在看电视，儿子拿来两个苹果，两个各咬了一口，然后将其中一个递给我说：“妈，你別嫌我咬过一口……”我没等他把话说完，就狠狠地批评他道：“我平时是怎么教育你的？孔融让梨你不知道吗？给

别人的东西，自己咬一口对吗？你这种行为很不礼貌，知不知道？”

等我连珠炮般地“轰炸”完了，儿子委屈地说：“妈妈，我只是想先尝一下，好选一个甜的给你。”

听了孩子的话，我很感动，同时感到很对不起孩子，不应该不听他把话说完就批评他。

其实作为家长，我们一方面因为家长的权威，一方面仅仅把孩子看成不懂事儿的小孩子，常常会不等孩子把话说完，便断定他犯了错误，然后把孩子教训一通。然而，我们往往会在教训了孩子之后才发觉，原来孩子是对的。

听孩子把话说完，也许我们会发现，孩子的善与美或许就在后半句话中表达出来。

“我家的孩子自开学以来，早上赖床不起，上课思想不集中，放学回家一个人闷在屋里谁都不搭理，这可怎么办呢？”

“假期里看的电视剧还在播、刚出的游戏才玩了一次……开学了真不习惯。”

在河南科技大学第一附属医院心理门诊室里，赵女士和刚上初三的儿子明明一进门就急着向心理咨询师李曦求助。

明明告诉李曦，初二的期末考试没考好，心里一直很郁闷。暑假家人把他送回了湖南老家散心，每天看电视、玩游戏、上网，让他逐渐淡忘了考试失利的事。但是，新学期开学，明明又想到了自己的成绩，感觉学习特别吃力，且初三还要面临中考的压力，就变得越来越没自信，甚至有了厌学的情绪。

□ 记者 崔宏远 通讯员 王俊

# 开学了不在状态怎么办



绘图 仁伟

近段时间因为开学烦恼的学生还真不少。李曦介绍，很多学生在新学期之初还沉溺在假期的状态，不能适应开学生活，出现了诸多不适应症状，如晚上睡不着、早上睡不醒、上课精神不集中、厌学等，这些现象被称为“开学综合征”。

李曦指出，开学的第一个月是学生收心的最佳时期，学校老师和家长应帮助学生进行心理调整，帮助孩子尽快适应新学期的学习和生活。

李曦建议，学生要主动自我调整，不能一直沉浸在轻松悠闲的暑期生活中，如进行自我心理暗示，告诉自己：开学了，该收心了，逐渐把“休眠”的大脑唤醒。每天放学后再把一天学的知识温习一遍，尽早恢复学习状态。此外，按时作息，调整好生物钟也很重要，学生要重新养成早睡早起的习惯，做到起居有规律。

此外，家长要帮助孩子调整学习的心理状态，要多鼓励孩子，激发他们对新知识的兴趣和好奇，消除其对新学期的畏惧情绪。家长也不要太看重成绩，要让孩子学会享受学习中的过程也是很开心的。家长要特别注意，千万不能用粗暴的语言或体罚对孩子进行恐吓，以免造成孩子对上学的恐惧感，产生心理压力。此外，家长还可以和孩子聊聊新学期的打算，帮助孩子做一个详细的学习计划，增强孩子的自信心。

再有，老师在开学初期要注意观察不在状态的学生，多给这些学生一些关注和照顾，帮助其改善不良状态，使学生能在最短的时间内适应开学后的学习和生活。

新家教投稿邮箱  
E-mail: jingzhen21@sina.com

## 相反的例子

孙子问当美学教授的爷爷：“爷爷，为什么您说一切假的都是丑的？”  
“那当然啰！难道你还能举出相反的例子吗？”“能！”孙子爬到美学教授的膝头上，得意地说：“您瞧您自己——装上假牙后又年轻又精神，拿掉假牙，您的嘴巴又空又瘪，那才丑呢！这不是相反的例子吗？”  
教授一时语塞。

