

# 青春期易发“狂风暴雨” 家长“以柔克刚”树榜样

□ 记者 高亚恒

12月6日,本刊刊登了《家长施以“小恩惠”助力孩子快乐学》一文,请心理专家给家长支招。后来,有许多家长反映正处青春期的孩子有一些心理、沟通方面的问题。

多年从事教育咨询工作的心理咨询师负劲松表示,青春期的孩子正处于高速发展和深入的自我探索阶段,情绪的表达方式比较激烈,因其心理发育特征青春期也被称为“狂风暴雨期”。同时,在这个阶段他们的情绪容易两极化,忽而心思细腻,非常关注别人的想法;忽而完全以自我为中心,对别人的意见毫不在意。家长可“以柔克刚”加以恰当引导,避免不良情绪对孩子的学习和生活产生影响。

通过家长反映的带有普遍性的具体事例,我们请负劲松分析并支招。

**案例一:**西工区杨女士的女儿丽丽今年上初三,学习成绩一直不错。然而,由于丽丽常要求同学以她为中心,因此,丽丽总是不能与同学和睦相处,在班上人缘比较差。杨女士担心长时间这样下去,丽丽与人沟通的能力会越来越差。

**分析与支招:**负劲松表示,面对常常以自我为中心、与人沟通不畅的孩子,家长首先要避免抱怨连天、恶语论人,并可“故意”多谈一些生活和工作中的积极面,与人交往时也可以带上孩子。比如,家长可有意无意地说起同事和朋友的长处及对自己的帮助和启发,与朋友一起进行户外活动等。这些行为不仅可以改善家长自身的性格,更重要的是,可以给孩子树立一个榜样,让其学习如何对待他人,怎样处理自己与他人的关系等。

**案例二:**洛龙区宁女士的女儿小静是一名高一学生。除了自己的同学和家人,女

儿总是不爱与他人亲近。宁女士希望女儿的性格能够变得开朗一些,多和别人接触、相处。

**分析与支招:**

随着社会的发展,人们对社交和沟通能力越来越重视,有些家长会过度关注孩子性格是否外向,这对孩子的成长是一种无形的压力。负劲松说,一个人的性格是否外向和与人交流是否顺利并无直接关系,内向的性格也有建立良好人际关系的优势。强行修改无益于孩子的心理发展,会让他无所适从,甚至退缩。小静能够和同学、家人较好地相处,说明其交往能力尚可,宁女士不必过多在意女儿较内向的性格。也许随着社交面扩大,小静与人交往的愿望自然会变强。

**案例三:**高新区苏女士的儿子小峰今年15岁,自从升入高中,原本名列前茅的小峰学习成绩直线下降。前几天,小峰说他初三时与班里一名女生恋爱,由于这名女生在另一所高中就读,因此,小峰很想转学。经过苏女士的开导,小峰的学习成绩略有提高,但苏女士还是很担心,她想问如何才能解决儿子的早恋问题。

**分析与支招:**负劲松表示,中学生过于亲密的异性交往,直接原因有两个:一是学习压

力大,希望通过这种方式减压;二是家庭关系不够融洽。面对孩子的早恋问题,家长可以在日常生活中努力构建和谐的家庭气氛,不仅仅是关注孩子的学习成绩。发现特殊情况时,家长切忌惊慌失措、乱贴标签,而要从孩子、教师等多方面了解情况,以倾听来化解孩子的内心压力。

力大,希望通过这种方式减压;二是家庭关系不够融洽。面对孩子的早恋问题,家长可以在日常生活中努力构建和谐的家庭气氛,不仅仅是关注孩子的学习成绩。发现特殊情况时,家长切忌惊慌失措、乱贴标签,而要从孩子、教师等多方面了解情况,以倾听来化解孩子的内心压力。

负劲松说,有些家长能力有限,常常不能合理解决问题,因此在日常生活中,由于同学、师生和亲子关系不好而导致孩子厌学,甚至辍学的事例时有发生。必要时家长可向专家咨询,以免影响孩子的健康成长。

(文中孩子的名字均为化名)



## 宽容对待 “慢热型”孩子

□ 杨寒冰 庆小霞

父母都希望自己的是最好的,希望自己的孩子比别的孩子反应快,比别的孩子自信、表现力强……

然而,在很多时候,孩子的表现总是令父母失望。他们有的内向,不愿多说话,有的在公众场合表现胆怯,不愿参加学校组织的活动……

对于这类孩子,心急的父母会变得愤怒,或者觉得很没面子,于是常把自己的失望、羞愧转变成怒气撒向孩子。

本来就内向、胆怯的孩子,在遭遇到父母的怒气后,他们会变成什么样子?

他们不会因为父母对他们有期望或不满,就变得开朗、大方,他们会因为受不了来自父母的压力,变得自卑,甚至逆反。

于是,有人提醒这些父母,对待这些“慢热型”的孩子要宽容一些。

无论承认与否,做父母的必须明白,孩子是有个体差异的,有的差异还挺大。尺有所短,寸有所长,不要老拿自己孩子的短处去比别的孩子长处,也不能以自己的感受来要求孩子的行动。作为家长,要顺应孩子的个性,让他们在宽松的环境下自由成长。

有一位教育专家说过,妈妈永远笑眯眯,让好孩子慢慢成长,这很有道理。这个慢慢成长包含的精髓就是:妈妈要有足够的耐心,宽容孩子的缺点,容忍孩子的不足,伸出温暖的双手,帮助孩子慢慢成长。

仔细想一想,其实,有时并不是孩子错了,而是父母的意识错了。聪明的家长知道,让孩子慢慢成长。

市儿童心理教育专家宋元慧说,对于慢热型的孩子,家长需要做到以下几点:

一、耐心地、笑眯眯地看着孩子做事,不要跟在孩子屁股后面催他:“快点儿,快点儿!”如果孩子慢,家长想生气,就在心里默默数数,从一数到十,这个方法可以让想生气的心变得平静。

二、就事论事,及时肯定。比如,“宝贝,你今天真棒,穿鞋比昨天快多了”,或是“孩子,你今天真了不起,吃饭比昨天快了五分钟,明天继续努力”。

适时的激励性评价对孩子的良性发展有着不可低估的促进作用。

三、训练孩子内在的反应速度。孩子的思维、行动较慢与先天遗传(脑神经的发育)和后天发展有密切的关系。家长要勇敢面对现实,不要有过高期望,要根据孩子自身情况因势利导,慢慢改善,如找专家咨询,通过相应的体能训练来提高孩子的反应速度。

总之,家长要有“花苞”心态,呵护宽容孩子的“慢”,做父母的一定要记住:永远笑眯眯,让好孩子慢慢成长。

## 孩子看电视宜疏不宜堵

□ 周礼



那天,在检查孩子的作业时,我发现这样一道题,“我有一个( )的妈妈”。通常情况下,孩子一般会在括号里填上漂亮、善良和慈爱等词,女儿却在括号里填上了“坏”字。我的内心非常震惊,虽然孩子还不能完全理解“坏”的含义,但她用这样一个字,还是从一定程度上表达了对我的不满。

是什么原因让我在孩子心目中这样“坏”呢?事情还得从一年前说起。

孩子从上幼儿园,就迷上了动画片,并且一看就是半天,直到上小学时也没能改掉这个毛病。

为了不影孩子的健康和学习,我采取一系列措施限制她看电视。我先是把优漫卡通频道和少儿频道删除,孩子拿着遥控器左按按,右按按,也没有找到这两个频道。于是,她着急地问是怎么回事,我骗她说,电视出了问题,这两个频道没了。孩子信以为真,无可奈何地关掉了电视机。

我暗自窃喜,心想,终于把孩子的电视瘾给戒掉了。可是没过多久,我沮丧地发现这一招并不奏效,因为动画片无孔不入,这个台还没放完,另一个台又播放了。

我只好拿出家长的权威,强制孩子每天只能看半个小时电视,尽管孩子很不乐意,还是

含泪接受了。就这样,孩子每天都在我规定的时间段收看电视节目,从不要求多看。我暗自欢喜,以为孩子被我“唬”住了。

然而,没过几天,有一天早上我醒得早,起床后发现,孩子正坐在客厅看电视,连外套也没穿。我十分生气,立即关掉电视,还责骂了孩子几句。

接下来的一段时间,孩子天天如此,天不见亮就悄悄地爬起来看电视。为了不让我们知道,她将电视的声音调到最小,只要一听到我们房间里有动静,就赶紧关掉电视,迅速回到自己房间。

一气之下,我连孩子每天看半小时电视的“资格”也取消了,并且在临睡前还扯掉了闭路线,这样即便孩子起得再早,也无法收看电视节目。

果然,有几天早上,孩子起床后,发现电视没有信号,知道这次我动真了。以后的日子,虽然孩子不看电视了,但她也不再热爱学习,事事与我作对,只要一提起做作业的事,她就显得很不耐烦,甚至还发火,其不满之情和逆反心理可见一斑。

看来,对于孩子看电视,还是宜疏不宜堵,毕竟动画片也是孩子童年生活的一部分,对他们有很大的吸引力。

### 家长课堂

合硕教育高分“陪”训协办  
招生热线:63122652

### 父母经

市实验小学教育集团协办

网址:www.lyshixiao.com  
电话:0379-63230928  
总校地址:西工区凯旋东路62号

家教谈  
市实验中学协办  
网址:lysyzx.com  
电话:63228959 63228963