

父母对孩子要真鼓励

北京市第七中学教师 曾于秦

案例



寒假对于高三生来说很珍贵,但对小优和小南是噩梦。

小优和小南是亲戚。春节聚会,小优妈妈一直在向亲朋好友讲述小优多么优秀,成绩多好等。当有亲戚问起小优打算考哪所大学时,还没等小优开口,妈妈就抢先答道:“当然是好学校!小优的成绩考一流

大学完全没问题。”听完这话,小优欲言又止。听到小优妈妈的话,小南爸爸坐不住了,转身对小南严厉地说:“你看看小优,那么优秀。再看看你,人笨又不努力,成绩这么差,你能有什么出息!”面对气急败坏的爸爸和表情复杂的亲朋,小南低着头,无话可说。

分析

父母在寒假家庭聚会时交流孩子的学习状况很正常,可若交流的动机和方式有问题,就会给孩子造成干扰和伤害,其原因有两点:

父母对孩子的现状缺乏客观、充分的认识,不符合实际的评价会激发孩子的负面情绪。高三生在寒假时处在“心理饱和”状态,对成绩焦虑、对评价敏感。这种“心理饱和”体现在三方面:疲倦,在经历了一学期大容量、高密度的复习后,孩子身心疲倦;焦虑,刚结束的期末考试可能未达到自身期望,孩

子会怀疑自己,对高考没有把握,焦虑情绪加重;矛盾,寒假里,孩子一方面想努力学习,实现“弯道超车”,另一方面因缺乏学校和教师的约束而懈怠,这种“学得有保留,玩得不尽兴”的状态会加重孩子的焦虑、愧疚、自责。如果父母不能客观评价,而在他人面前“抬高”或“贬低”孩子,会增加孩子对学习的不满及羞愧感,导致焦虑甚至愤怒。

父母借由孩子满足自己的心理需要,忽视了孩子的真实需求和感受。有的父母自我价

值感较低,把自我价值与孩子捆绑,有时为了满足自我需要而牺牲孩子的需要,对孩子产生伤害。比如,有的父母视孩子为自我价值的筹码,通过在他人面前炫耀孩子,获得“胜人一筹”的感觉,以此满足自身成就感和价值感。这会给孩子带来巨大的压力,不仅要承担自己的人生,还要成为父母的“价值体现”。有的父母自我评价低,外化表现为对外部世界的高要求和指责,在他们眼中,孩子无法让自己满意,总是“鸡蛋里挑骨头”。

支招

客观评价

有的父母会困惑,该如何和亲人谈论孩子。评价太高怕孩子有思想负担,评价太低怕孩子没有自信。其实,孩子不需要父母“特别对待”。孩子需要的是父母真正了解自己并实事求是地评价自己。首先,父母要重全面而不仅重分数,全面了解孩子的真实情况,如孩子的身心状态、优势与特长、学习动力、兴趣、方法和技能等。这样,父母就能对孩子的学习状态全面了解,并能透过考试成绩看到背后反映的学习现状。其次,重过程而不仅重结果,更多关注孩子的学习过程及非考试类的评价,这不仅能让父母对孩子有更积极的认

识和评价,还能拓宽父母对孩子生涯发展的思路。再次,重发展而不仅重结论。父母要在了解孩子的基础上,帮助孩子分析阶段性学习状况,包括优势和不足。父母要全面性、过程性、发展性地看待和评价孩子,才能让孩子更客观、真实地认识自己,从而更加自信地面对亲朋。

积极关注

父母要在客观认识孩子的基础上给予更多信任、支持和鼓励,孩子也要得到家人的肯定和支持,维护自尊和建立自信。但有时父母越夸奖,孩子压力越大,情绪状态越不好。这是因为孩子并没有感觉到父母夸奖的

“诚意”。父母也会有这种体会:面对真心且符合预期的夸奖,会感到愉悦,也会更有动力;面对敷衍或不符合预期的夸奖,反而会产生愤怒、难过等负面情绪。这是“真鼓励”和“假吹捧”的差异。孩子对于父母的感受和态度很敏感,不真诚、不到位的“表扬”可能会伤害孩子。因此,父母表扬时要注意以下几点:夸事实,对孩子的夸奖要建立在事实基础上,且该事实是双方达成共识的;夸具体,“优秀”“好”等词很抽象,父母要根据孩子的具体行为和获得成就夸奖;夸努力,高三生成绩有波动很正常,父母要鼓励和肯定孩子的努力,这样可强化孩子的学习动力,增强效能感。

北京考试报

北京教育考试院主办

征订热线: 82837128

系统发布招考信息
准确解读招考政策
科学指导填报志愿

- 统一刊号: CN11-0169
- 邮发代号: 1-104
- 每周三、六出版

● 发行部电话: 82837128 ● 总编室电话: 82837146 ● 广告部电话: 82837190