

放平心态、换位思考、向老师求助…… 居家学习是亲子关系改善的良好契机

近期,有中小学阶段学校开展线上教学。孩子居家学习和生活期间,不少家长感到手足无措。特别是双职工家庭,家长在处理自己工作的同时,还要花时间监督孩子上网课和照顾孩子一天的生活起居,不少家长表示“很头大”。孩子居家学习期间,家长到底该如何做,才能与孩子和睦相处,减少亲子矛盾呢?听听这几位家长的分享。



小学生正在线上学习。新华社发

改变地点:在客厅上网课好处多

“女儿在家上了近一个月的网课,我们几乎没有发生过争吵。”钟女士的女儿现就读于广州市铁一中学白云校区高一,从2020年第一次居家上网课开始,她就思考如何能更好地掌握孩子上网课的情况。思前想后,她决定把客厅改造成书房,孩子在客厅上网课,大人也在客厅工作。钟女士表示,这一招还挺奏效,“我们彼此都很透明,大人能看到孩子上网课的情况,孩子需要帮助的时候我们能及时跟进;而我们工作的艰辛孩子也能感受到,对我们会更加体谅。”

可能有一些孩子喜欢在安静的环境下学习,在客厅孩子的学习是否会受到干扰?钟女士说,此次线上学习刚开始那段时间,白天女儿上网课时,邻居家的婴儿会哭闹,“女儿一开始也很心烦,觉得哭闹声影响了她学习。我一直认为,专注力更多是靠内在的定力,如果专注力强的人,哪怕外面声音再响,他都能够静下心来做好自己的事情。于是,我就利用这样一个机会引导女儿提升自己的专注力。”

钟女士还建议女儿要有同理心,多站在别人的角度考虑问题。“我告诉她,小婴儿是用哭声来表达自己的需求,你小时候也是如此的。女儿听了我的话,表示理解。慢慢地她就习惯了这个哭闹声,不再抱怨,也能沉浸在自己的学习中不被打扰了。”

改变心态:珍惜与孩子相处的时光

孙女士是一位二孩妈妈,女儿读初二,儿子读小学一年级。“一开始得知孩子要停课居家学习,真是有天塌的感觉!”起初那几天,孙女士整天围着孩子转,自己的事情完全没法干。“女儿初中了,上网课还算自觉;而刚上一年级的儿子,第一次上网课,基本上全程要家长陪同,不然特别容易走神,就连做作业也要我陪着,几乎要我手把手教。此外,我每天还要做三顿饭,忙得像个陀螺,恨不得一天36个小时。”孙女士说,她消极“抵抗”的办法就是“摆烂”,不好好做饭,随便煮个面和粥把孩子打发了。

“记得停课第二天中午,女儿一看到又喝粥,就开始皱眉头了。当时我也很不开心,觉得自己这么辛苦了,孩子们还各种挑剔。”孙女士强压住内心的怒火,并开始反思:“我觉得自己的心态才是整个家庭氛围的关键,如果我继续这样消极,情况只会越来越糟。”

孙女士开始改变自己:“我觉得家长首

先要转变的是心态,停课只是暂时的,与其每天期盼快点复课,还不如先把复课这件事情放下,认真过好每一天。”想明白这一点后,孙女士豁然开朗,她也开始珍惜与孩子相处的时光。孩子们一直都很喜欢吃她做的菜,她也一改之前的消极,每天一大早就去菜市场买一大堆孩子们爱吃的菜,每顿保证三菜一汤,晚上还给孩子们做糖水消夜。“虽然很累,但是看到孩子们吃得一脸幸福,我的心情也特别好。”

辅导孩子做作业时,孙女士也不再用自己的视角来俯视孩子了。“我把自己也当孩子,观念一转,我顿时觉得孩子也很不容易。想想自己这么小的时候啥都不会,儿子能写这么多字,已经非常难得了。”孙女士在陪儿子练字的过程中,自己也很享受练字的过程,“我发现练字特别治愈,我写着写着,心情也好了很多。”

改变眼光:别总是盯着孩子的成绩

吴女士的儿子刚上初一,停课前刚考完期中考试,成绩不是很理想,刚制定完下一阶段的学习计划,因为疫情而居家学习了。“当时真是烦透了,计划全打乱。看到孩子在家也不认真上网课,总是走神,还开小窗跟同学聊天,我真是气不打一处来。”吴女士很苦恼,于是向孩子的班主任求助。班主任建议她暂时把孩子的学习成绩放一边,找到孩子的特长,先建立孩子的自信心。

吴女士觉得老师的建议很好,于是就让孩子帮忙给全家人做饭。“儿子虽然成绩不拔尖,但是生活自理能力强,喜欢烹饪,平时我工作忙,他能自己做饭。现在我也正好居家办公,正是指导和提升他厨艺的好时机。”

在吴女士耐心的指导下,儿子做了几个

平时没做过的菜,比如红烧排骨、蚝仔烙、鱼头豆腐汤等。“儿子做菜确实有天赋,稍微指点一下,真是色香味俱全。得到了全家人的夸赞,他也信心满满。”吴女士顿时想通了,“如果总是盯着孩子的成绩,就发现不了孩子其他的优点。家长应该多维度看自己的孩子,孩子自信心有了,学习也会更加自觉。”

■温馨提醒:

孩子居家学习期间,家长诟病最多的莫过于孩子玩手机、电脑等电子产品。家长只要看到孩子拿着手机,顿时火冒三丈。“很多时候,手机只是亲子矛盾的导火索,真正的‘元凶’,可能是一直没有改进的亲子关系。”广州市番禺区实验中学心理老师吴海艳建议,家长要放平心态,不是抱怨和责备,而应好好利用孩子居家学习这一契机,改善亲子关系。

家长要辨析自己与孩子矛盾的深层原因,如果亲子沟通比较顺畅,孩子控制不住自己玩手机,那么家长要与孩子站在统一战线,一起协商,制定策略,共同努力做到不被手机影响学习和工作。毕竟,我们大人也经常出现控制不住玩手机的情况。

如果亲子关系本来就糟糕,家长看到孩子玩手机还一味指责,那矛盾只会越来越深。这时候家长应该把孩子玩手机的问题放一边,先修复亲子关系。家长可以尝试了解孩子的兴趣爱好和喜欢的事情,甚至是孩子玩的手机游戏等,找到和孩子沟通的突破口,放下评价和说教,多倾听孩子的真实感受和想法。必要的时候,也可以积极寻求专业人士的帮助。

□据羊城晚报

万星拍卖公告

受委托,我公司定于2022年12月1日10:00在万源市古东关街道东关路122号会议室(财政局6楼)举行拍卖会,对万源市全域智慧停车提升改造项目特许经营权进行公开拍卖,现公告如下:

万源市城区及景区的现有和规划停车位共9752个,特许经营权期限为30年(含建设期),参考价4亿元,保证金500万元。

标的设有保留价,标的经营期间办理涉及到的相关税费由租赁双方按相关规定分别承担;标的展示于所在地,

展示时间自公告之日起至拍卖会日截止。本公司不承担标的瑕疵担保责任;有意竞买者,请对拟拍卖标的自行审鉴后,于规定报名时间内按公告要求并交纳竞买保证金到指定账户(不计息)办理竞买报名手续。

报名时间及地址:2022年11月29日-30日(上午9点至下午5点,财政局6楼会议室)

微信公众号:scswanxing
联系电话:0818-2669700
15882997666

四川省万星拍卖有限公司
2022年11月24日

了解更多达州本土资讯,请扫描二维码,关注掌上达州APP。

