

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子



资料图片

## 青春期孩子是矛盾的统一体

青春期，特指青少年身体、心理发育加速发展的一段时期：女孩的青春期一般开始于10.5岁，12岁时达到最高峰；男孩的青春期一般开始于13岁，16岁时达到高峰。处于青春期的孩子，受身心两方面快速变化的影响，在性格上往往会表现出某些既矛盾又统一的特征。

这个时期的孩子对身体发育既感到羞涩，同时又有好奇、大胆的特征。叶玲认为，对青春期孩子的性教育应该采取直接跟他们讲道理的方式，跟孩子说清楚。“生理知识我们应该懂，但是没有必要随时挂在嘴上。人是社会性的动物，理应是文明的，我们应该管理好自己的动物性的情绪和需求。”叶玲说。

叶玲表示，青春期的孩子还时常处于无人理解的闭锁状态，同时他们又有渴望被理解。处于青春期的孩子，许多都有与家长沟通不畅的问题，一方面对于家长的靠近表现出拒绝，甚至是敌对的状态，但另一方面，他们又渴望沟通、交流，渴望被理解，所以他们特别喜欢跟同学甚至网友聊天。

青春期的孩子还存在进取心强和自制力弱的矛盾。叶玲说，青春期的孩子已经具备了较强的理性和明辨是非的能力，但是，他们的自制力尚处于较弱的状态。因为他们的情绪控制与激素分泌是有关系的，孩子们不能控制自己的激素，所以，会出现失控的状态是可以也应该被理解的。作为家

长，应该学会理解他们，并给予他们适当的引导和督促。

在拥有宽广的信息视野的同时，青春期孩子的鉴别力与判断力又相对不足。叶玲认为，现在处于青春期的孩子，已经是网络的“原住民”，拥有许多获取信息的渠道。然而，信息、知识、能力、智慧不是一回事。无论是孩子自主从网上获取的信息、言论，还是成年人之间有意无意的议论，都可能会影响到孩子对信息的鉴别和判断。叶玲建议，家长应该给孩子“打预防针”，告诉他们描述与事实真相之间的关系。成年人之间的谈话被孩子听到之后，同样也要给孩子讲清楚事情的原委，以防止孩子片面地提取信息。

另外，青春期的孩子有对独立的渴求以及对情感、物质等的依赖。这个时期的孩子与父母的关系尤为微妙，他们一方面希望父母不要“管”自己，给自己一个独立的生活和心理空间，另一方面又希望生活上处处得到照顾，情感上处处得到呵护。叶玲建议，家长们要教会孩子将心比心，既要跟他们讲道理，又要让他们感受到爱和安全感。家长可以告诉孩子：“爸爸妈妈、爷爷奶奶这么爱你，你是不是也应该以某种方式回报他们的爱呢？”

## 有效对话，教育要触及灵魂

针对青春期孩子的这些特点，叶玲给家长提出了以下几点建议：

首先，家是一个特定的场域，相较于讲道理，更应该讲感情。比如，孩子

说话间一脸的无奈。

他的父亲有些着急了，说：“谁说我们没管你？那是管你也不听！”

“我不听，你就不管了吗？养不教，父之过。”孩子回道。

……

从这番对话中，我们不难看出，孩子是需要管教的，“树大自直”的道理是靠不住的。孩子从小受到良好家教的熏陶，父母家人都爱读书、爱学习，孩子自然也会喜欢读书。有的家长为了让孩子读书、做作业，自己便不看电视、不玩手机，就在旁边陪着孩子看书或者做自己的工作。孩子做作业到几点，家长

## 陪孩子走过青春期——

# 好花应季开 青春自精彩

■ 实习记者 梁童童

在孩子成长的过程中，青春期是一个比较特殊的时期，是一个充满憧憬和希望的时期。这个时期，孩子无论是身体还是性格都处于快速的生长变化之中，容易产生敏感、叛逆、冲动、自卑等情绪。如何与处在青春期的孩子进行有效沟通，是很多父母颇为头疼的事。日前，本报联合成都市锦江区社区教育学院“濯锦讲堂·家庭教育云课堂”邀请到全国优秀教师、四川省教书育人名师叶玲，分享针对青春期孩子的教育经验。

做错了一件事，但考虑到孩子最近在其他方面有些不顺利、情绪不佳，那么，家长就可以包容、迁就孩子一下，等他恢复到一个相对好的状态，再跟他讲道理。放下家长的架子，忘掉自己的社会身份及处世惯性，才能和孩子实现有效的对话。

其次，对青春期的孩子，家长要勤于沟通、善于共情、积极反思。家长是成年人，不能想当然地认为孩子知道应该如何去做，因为从理论上讲，家长才是那个什么都应该明白的人，“但是实际上，我们自己也在成长。所谓‘行年五十而知四十九年非’，这是古人对自己的反思。家长自己也会犯错，为什么不能多体谅孩子呢？”叶玲说。

第三，真正有效的教育是自我教育，真正发生意义的教育是触及灵魂的教育。教育并不只是通过言语发生，家长说得再多，如果没有触及孩子的心灵，那么，不仅没有用，还可能适得其反。家长应该把说话的权利和机会多给孩子一点，当和孩子沟通不畅时，也要学会按下暂停键，运用亲密接触的非语言力量，让孩子体会到温暖和爱。在准备和孩子谈话前，家长最好能提前备课：谈什么、在哪里谈、哪些人参与……最好话题集中，避免东拉西扯不能解决实际问题。叶玲提醒家长，孩子不喜欢的不是谈话，而是那些没有营养的谈话。

第四，青春期正是孩子三观逐步形成的时期，应强调正面引导教育。家长要有意识地、适当地向孩子传输“正能量”，让孩子活成“朝阳”，既有自身的温暖，又能去温暖他人。

## 引导孩子正确认识性别差异

除了是“矛盾的统一体”，处于青春期的孩子还有另一个明显的特征，就是他们会展现出对性别差异的超常关注。相关研究显示，孩子表现出来的对性别的关注，通常在五到八年级时达到最高。而青春期也是人的三观形成的关键时期，家庭氛围的影响，父母对子女性别能力的定位、预期，都会影响孩子对自身的评价和预期。

社会认知对男性和女性的社会角色存在一定的区别，女性的表达功能更强，男性的工具功能更强。叶玲认为，家长根据性别对孩子进行一定程度上的区别对待是可以的，也是必要的。但是，这种区别对待应该适度，

否则会使孩子形成固化的、刻板的性别角色认知，从而限制了自身发展的可能性。父母应引导孩子对生理性别及性别的社会角色形成客观、全面的认识。

叶玲认为，无论是男孩还是女孩，正确的三观应该是每个人的人生底色。所谓的三观即世界观、人生观、价值观，只有三观正，人才会追求真善美，确立有价值的人生目标，形成有底蕴的人格。然而，两性之间确实存在着差别，这就需要家长根据孩子的特点进行适当的引导。

传统观念中，女性是依附者的角色，而现代社会，女性从男性的附庸解放出来，成为了独立的性别角色，但仍然有一些家长认为，只要女孩长得好看、嫁得好，就是女孩的“好命”。叶玲认为，女孩要成长为一位独立的女性，就要拥有稳定的学业、高雅的趣味，还要树立正确的审美观。美，首位是健康。研究表明，体育运动对女性，尤其是处于青春期的女性提升自信有明显的帮助。有规律的、一定强度的体育锻炼有助于女孩形成强健的体魄，增强身体对外界的感知力，并获得诸如果断性之类的气质，而这是有利于提升女性的自信和自尊的。除此之外，家长也要教导女孩审美的多元化。“美有不同的样子，只要健康、自然、大方、得体，就是美丽的。而仅仅是达到这一层面，就需要长期地去修炼良好的习惯。“美丽的容颜光鲜一时却难以持久，而风神之美、人格之美才能放射出真正的永恒的光辉。”叶玲说。

而对于男孩，叶玲认为，家长要重点培养他们的责任感，培养现代社会的君子。青春期的男孩对性尤为好奇，而这个时期正是引导他们正确认识性的最佳时期。“家庭氛围很重要，尤其是父亲在家庭中扮演的角色，会对男孩对自身的预期产生很大的影响。”良好的氛围、适时的引导，能够涵养孩子自爱、爱人的能力，有助于孩子形成健全的人格，为他将来成长为一个为家庭负责任的男人打下坚实的基础。而传统观念中的男性角色是强势的，同时，也要求他们压抑自己柔弱的一面，这也是对男性自身的压迫。父母应引导男孩正确看待“男儿有泪不轻弹”等观念，教导他们正确看待自己的情绪。出现了问题，一方面要勇于承认错误，承担责任，但也要学会沟通，乐于并善于沟通，这样才能真正地解决问题。

## 家长感言

有段话曾刷爆朋友圈，大致是这样的：“每个孩子都是一朵花，只是花期不同而已。有的花开在春天，也有的花开在别的季节。当人家的花在春天开时，你别急，也许你家的花在夏天开；如果到了秋天你家的花还没开，也不要急，没准你的花是腊梅，到冬天才会开；如果你的花到冬天还没开，你也不要生气，没准你家的花就是一棵铁树，铁树不开花，开花必惊艳四方，炫丽无比。”孩子成长中的每一个阶段都离不开家长和孩子默默地耕耘与付出，作为家长，在孩子成长的每一个关键驿站，我们都应该在，等到她们有了足够的视野、足够强大的力量，我们再转身默默地祝福和想念。

青春期的孩子，是一个矛盾的个体。他们渴望了解关于身体的知识，但又羞涩面对自己身体的变化；他们如饥似渴地通过各种手段摄取信息，但是书籍、电视、尤其是网络上得到的信息鱼龙混杂，而孩子们缺乏鉴别和判断能力，更容易误入歧途。作为家长，我们应该加强孩子的性别教育，引导孩子正确面对自身的变化，以积极的态度去对应青春期的问题，不逃避、不误导。

与孩子一起成长已经成为当今家长的一大课题。在很多方面，比如，你的青春期与孩子的青春期、你的人生哲学与孩子的三观养成、你和孩子对于网络的认知等等，似乎关联诸多，却又各自不同。家长不断更新自我认知，不断学习和跟上孩子成长的节奏，及时与孩子讨论沟通，正向影响，形成良性互动，很重要。

## 告诉孩子，你越努力才越幸运

■ 李付春

邻居家孩子今年高考，疫情期间他曾向我讨教过几个问题。我问他，今年高考有多大的把握？他的回答是：“心里没底儿。”

高考结束后，我见到他时，他正跟父母吵架：“当初你们为什么不管我严点？以前的假期都荒废了，你们如果把我逼紧点，我也不会落到今天这样的地步！”从他的话中，我知道他这回考砸了。

他的母亲这样回答他：“当初，我和你爸不是没管你，也想过逼一逼你，可是你也不听啊。我们一让你看书，你就三五天不回家，不是去你姥姥家，就是去同学家，我这不是怕你出事嘛。”母亲

就陪孩子到几点，一是督促孩子；二是陪伴孩子。

今年，受疫情影响，开学以后，我们会发现，有些孩子已经被拉开了很大的距离。家长管教严格的孩子，功课一般都掌握得比较好。而家长不在孩子身边的，有些知识点，在老师提问时，孩子一点印象都没有，这说明有些孩子上网课效果很差。

我常给学生讲：学习，永远没有假期。爱学习的人不管什么时候都会抽出时间去看书，因为他已经养成了爱学习的好习惯。

有人说，暑假是用来休闲的，但也

有人说，暑假不是用来休息的，而是用来反超的。你认同哪一个说法呢？

为什么有的孩子学习很好，有的孩子却成绩平平？成绩好的孩子并不是因为他们比别同学聪明多少，而是他们把假期和一些零碎的休息时间都利用了起来。平时在校上课时，同样的老师、相同的时间，完成相同的作业，孩子的成绩不会相差太多。但是，假期里就不同了，有些孩子在家长的管教和自我约束下，会合理安排自己的学习，在假期实现成长和跨越。

有句俗话说：“响铃就会有（锯）末。”这句话的意思是木匠拉大锯时，只

要不停地拉，就会有进度。没有时间保证，任何事情也是很难做好的。因此，家长应该一边督促孩子学习；一边告诉他们：“孩子，爸爸妈妈知道你学习很累，但学习本身就是一个吃苦的过程，只有坚持下去，将来你才能过上自己想要的生活。”

爱孩子，是父母的本能，但教育孩子，是父母的责任。爱有千万种，方式各有不同，你会选择顺着孩子的性子来，他想怎么玩，就由着他怎么玩，还是和孩子一起制订好学习计划和作息时间表，陪着他一起坚持下去？逼孩子一把吧，告诉他：孩子，你越努力才越幸运！