



教育导报



教育导报
微信号



教育导报网

Education Guide

在这里,见证教育的无限可能……

国内统一刊号:CN 51-0052 邮发代号:61-141 第30期 总第3678期



家教周刊

2022年4月2日 星期六 今日4版 四川省教育厅主管 四川教育报刊社主办

马渝根教授家庭教育系列讲座(二)

尊重孩子心智规律 做成长中的“园丁”

■ 实习生 秦小涵 记者 张文博

为什么孩子到了青春期就逐渐叛逆起来?为什么读幼儿园的孩子在家里表现得活泼,在外面却变得胆怯?为什么孩子上了小学,学习总是不专注?……近日,马渝根教授家庭教育系列讲座推出第二讲——“揭秘孩子的成长规律”,继续以做明智的家长为核心,指导家长从科学的角度出发,认知孩子心理发展的基本规律,根据不同年龄段孩子发展的心理特征,采用更具针对性的教育模式,做孩子成长中的“园丁”,把爱传递给孩子并融入到家庭教育中。

尊重孩子成长规律

关注孩子的心智能力

“孩子不是一块任人涂抹的白板。”马渝根首先纠正了部分家长的错误思维,孩子从呱呱坠地到长大成人,心理的发展和变化非常复杂,“有人用宇宙来形容孩子的内心世界,说明他们的内心其实是非常丰富,非常复杂的。”

首先,如何走进孩子丰富的内心?马渝根重点讲了心智这一概念。“心智的基础是人类的大脑,我们可以从逻辑性思维、创造力、同理心三个维度来看待心智。”马渝根举了很多例子让家长了解关于孩子心智的培养。

比如,家长可能并没有教过孩子建立因果关系,但是孩子却在很小的时候就具备了这种能力。“孩子小时候都喜欢不停地问为什么,一

部分父母可能觉得孩子的问题回答起来比较麻烦,索性不回答。”马渝根指出,实际上孩子问得越多得到的答案越多,越容易建立因果关系,那么到了成人时期,他就能更专心地利用心中的因果图开展有效率的行动。

又比如一岁左右的孩子第一次看见会走路的机器人,可能会用疑惑的眼神看向妈妈,如果妈妈脸上泛起了肯定的微笑,那么孩子很大可能会走近仔细观察;相反,如果妈妈表现出恐惧和惊讶的神情,孩子可能就会拉着妈妈走开。从这个例子中,我们能发现,孩子的反应包含了对妈妈态度的理解,他能根据妈妈的表情采取相应的行为模式,这也是孩子的一种共情能力。

其次,孩子的成长是一个动态的发展过程,孩子无序混乱的表现也是心智正在发展的表现。“与成人有别,孩子往往有着反事实的思考能力,他们能够超越经验想象从未

发生过的事情,可以理解这是创造力的雏形。”马渝根告诫家长,应该仔细观察孩子的行为模式,了解孩子的心智能力,并给予反馈,做出正确调整,以陪伴参与孩子的成长,注重挖掘孩子的潜能。

心智包含逻辑思维的特征也包含注意力的特征,一个孩子心智的成熟需要漫长的童年时期。其中有很多关键期,马渝根呼吁家长不能用成人的视角和思维去要求孩子。比如,有些家长要求三四岁的孩子通过大量背诵来训练记忆力,“孩子的记忆力有着自身发展的规律,没必要刻意违背自然的发展规律。”

讲座中很多家长都谈到了对孩子注意力分散的担忧,马渝根认为注意力不集中其实也是孩子成长期的一种特征。“因为孩子总是被新奇的事物不断吸引,所以容易疲倦于长时间集中一件事情,我们可以将其看待为一种‘宽泛的注意力’。”

他举例,工作人员播放一段篮球视频给一群成人看,并让他们数清楚视频中传球的次数。第一遍看的时候,成人都专心数数,直到回看视频,大家才发现,视频中有一人扮演的大猩猩。同样的视频播放给三岁的孩子看,他们几乎第一时间就发现了大猩猩。这是为什么呢?

马渝根指出:“成人看视频时,首先服从于任务,即计数,自动屏蔽了其他干扰,可以说成人的注意力像探照灯。但是孩子注意的往往是事物本身,无穷无尽的新鲜感使他们感受到难以抑制的欢快,所以容易分散注意力。”

成人和孩子的心智有着相当大的区别,对于未知的信息,无论是否有价值,孩子都更容易构建出全新的因果图,这个阶段他们与成年人的脑状态是完全不同的。马渝根建议家长应该多理解孩子在成长过程中出现的与成人有别的行为模式。



问答时间

Q:孩子今年7岁了,刚上一年级,因为从小婆婆爷爷带的多,老人比较溺爱孩子,现在孩子表现得不自信、抗挫能力差、以自我为中心,我们作为家长应该如何帮助孩子改正缺点?

马渝根:被溺爱孩子的这些表现其实是缺乏自我掌控感的表现,从孩子三岁开始,家长就应该重视培养孩子的自我掌控感。

首先,家长可以和孩子一起参加活动,给孩子提供机会,多让孩子完成力所能及的事情,并且要给予孩子选择的权利,由他来选择自己要做什么,让他成为一个能果断做出选择、清楚自己兴趣爱好的人。

其次,家长也要信任孩子,给孩子帮助自己的机会,可以让孩子参与到家务中来,培养他的责任意识。如果孩子成长过程中遇到困难,家长要多鼓励孩子,并引导他完成一些比较容易完成的事情,让他参与的过程中获得满足感。

如果孩子已经出现了自我掌控感弱弱的情况,家长也不要着急。多与孩子交流,观察他自我意识的发展,逐步和孩子建立信任、坦诚的关系,让孩子充分体会到爱,让孩子尝试能够完成的小挑战,让孩子充分感受到自我意识。

最后,家长也要加强学习,并且愿意做出改变,反过来用自我意识管理好自己,在与孩子互动过程中不断调整自己的状态,用自己的改变,即自我意识的增强来影响孩子,而不是一直和孩子讲道理。只要家长把位置坐正了,必然能够在与孩子的互动过程中获得共同进步。

Q:孩子今年16岁了,平时心直口快,说话不过脑子。现在学校环境太单纯了,我们担心他未来踏入社会可能得罪了别人还不知道,遭人记恨,怎么办?

马渝根:这个问题可以归纳为人际交往的问题。说话直不代表耿直,可能无形间伤害到对方。这说明孩子缺乏自我掌控感,不能很好地管理自己的情绪,缺乏共情能力。

孩子的表现可能也来源于家庭的影响,缺乏敬畏、尊重和界限感。父母应该反思家庭的生态环境是否良好,日常生活中有没有对孩子保持温和的态度,或者有没有过分溺爱孩子,让孩子以自我为中心。

16岁的孩子处于青春期,可塑性非常大,要改变完全来得及。家长需要好好调整家庭内部关系,建立一个好的生态环境来影响孩子的行为模式,并且培养孩子的自我掌控感,让孩子能在人际交往中理解别人、接纳别人,这是最重要的。

Q:孩子今年初三了,却经常感觉他学习内驱力不足,好像无欲无求一样。我该怎么帮助他呢?

马渝根:不能简单地判断孩子无欲无求,目前他也许对待学习和未来的思考比较淡漠。之所以出现这样一种情况,原因是多方面的。

首先,可能是他对自己的评价比较低,在过去经历里,他可能努力学习过,争取过,但是没有成功,看不到成功的希望,孩子就会产生无助感。家长可以多与孩子交流,帮助他激活自我掌控感。其次,这可能也和遗传有关,精神胚胎可能会对孩子性格产生影响,有一些孩子比较有进取心,有一些孩子就比较淡然。家长可以理性客观地看待这个问题。

教无定法,教育孩子没有完全一样的规律,如果有,那么一定是家长非常细致地了解孩子,走进孩子内心,去满足他成长的需要。我们的目标都是培养一个人格健全的孩子,帮助他发现自己的潜能,让他产生内驱力,勇敢地踏上未来的人生道路。

尊重孩子的自我意识

培养孩子的自主学习能力

“除了上面提到的心智,孩子的自我意识也很重要。当孩子自我意识逐渐形成,自我概念、自我评价、自我满足的需求都会影响孩子的性格、情绪、行为、思想方法等。”马渝根认为,在抚育孩子的过程中,父母就像园丁,教养孩子就是了解孩子的需要后,不断提供他所需要的成长条件,这样才能逐步唤醒孩子的自我意识,发掘孩子内心的潜力。

家长需要重点关注孩子的自我意识。“如果说孩子的内心世界可以用‘宇宙’来形容,那么这个‘宇宙’的核心就是自我意识,在孩子自我成长过程中,他们会不断感受到别人的看法,也不停调整着看待自己的方式。”

马渝根用了一个非常生动的疤痕实验启示家长——人们关于自身错误的、片面的认识会影响和改变他们对外界的感知。如我们所知,被试者的脸上是干干净净

的,没有丝毫的疤痕,但是他们以为自己脸上有恐怖的疤痕,进而感受到路人的关注以及嘲笑、怜悯等情绪。之所以产生这样的感受,是因为他们将“疤痕”牢牢地装在了心里。疤痕实验证实,一个人内心怎样看待自己,在外界就能感受到怎样的眼光,别人是以你看待自己的方式看待你。这个实验也直接地表现了自我意识对人的重要影响。

“双减”政策出台后,家长们普遍流露出对孩子学习的担忧。马渝根指出:“心智能力与学习能力紧密相连,除此之外,学习能力也涉及到非智力因素,比如道德品质、反挫折能力等,又比如孩子是否有明确的目标、学习方法、学习习惯,孩子是否有毅力,遇到困难能不能很好地让自己克服。”

非智力因素其实和孩子成长中形成的自我意识、自我掌控感紧密联系在一起。在学习中,这种自我意识有着举足轻重的作用,如果孩子把学习当作任务,好像在为父母学习,他就会缺乏前进的动力并感觉到很大的压力。

马渝根多次强调,“自主学习才能成就孩子的终身学习”。孩子应该自主确定学习目标,唤醒内在驱动力,自主养成良好的学习方法,这样才能养成自律、专注、坚韧的品质,并成就卓越未来。“自主学习的核心就是自我掌控感和心智。”所谓自我掌控感即孩子能够独立思考,独立对目标做出自己的选择,能够调节自己的思维,能够在学习中挑战困难,不依赖别人,不依靠他人的监督。

在教养孩子的过程中,若父母过度焦虑、敏感,强迫孩子接受特定的想法,给予极大的干预,孩子就会产生一种挥之不去的“淡漠感”,并伴随着压抑、自卑,这种方式会极大地伤害亲子关系,更甚者会诱发孩子产生“过低的自我掌控感”,引发一系列与压抑有关的心理问题,具体表现为孩子不敢面对结果,经常感到疲惫、焦虑。马渝根建议家长在孩子遇到困难时,多鼓励孩子,和孩子讨论解决办法,让孩子自己做出选择,让孩子有良好的自我掌控感。

