

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子



近日，由于多地疫情反复，一些孩子又开始了居家学习。居家学习期间，孩子规律的学习和生活被打乱，整天“宅”在家中，孩子自己把控的时间较多，父母如何引导和陪伴孩子？一位老师为家长提供了他的锦囊妙计。

居家学习

家长要做孩子的“定海神针”

杨强劲

疫情防控期间，线上学习成了孩子们学习的新渠道，没有面对面的师生交流，没有就在身边的同伴互动，也没有校园里、班级中的环境氛围，取而代之的是互联网、移动终端，是自己的房间和爸妈在身边。伴随着这种学习方式和学习场景的转变以及疫情管控带来的不良情绪，作为家长，我们应该怎么做才能助力孩子真正做到“离校不离教，停课不停学”，成为孩子的“定海神针”？

做好规划 提升居家学习的条理性

居家学习遭遇的最大挑战在于环境的舒适性和相对封闭，弱化了学习环境中对孩子可能产生的正向约束作用。这既体现在作息特征、行为要求中，又体现在潜在的心理引导中。但换个角度来看，对任何一个孩子而言，家庭都是他接受教育的最初场所。因此在这个背景下，家长需要和孩子共同商讨制定一个居家学习规划，将一天的时间进行合理切分，再填充进合适的内容。

制定居家学习规划，最关键的问题不在于制定什么样的规划，而在于如何制定规划。很多家长发现，制定好的规划，孩子总是不能认真执行，不知如何是好。一般情况下，出现这个问题的根源在于规划的制定缺乏孩子立场，没有充分考虑孩子的诉求，使得孩子失去了对规划的控制感和价值实现感。因此，在做规划前，家长应该明确基于孩子成长的立场来思考，从孩子的视野出发，多问孩子几个问题：你希望怎么安排时间？你有没有特别不想做的事？你觉得安排什么内容是你认为有意义的？这样的安排你有兴趣吗？通过问题引导，让孩子拥有对规划制定的主导权，让想做的事和该做的事成为规划的重点，从而提升孩子对规划的执行热情，避免规划定而不用，形同虚设。

事前约定 培养孩子的契约精神

居家学习，孩子不可避免的需

要长时间接触和使用电子设备。而电子设备不合理使用甚至沉溺其中是当前导致孩子出现学业问题及成长问题的重要诱因。从某种程度上讲，惰性是人的本性之一，何况对于尚未成年的孩子，良好的自律意识的形成也不是一日之功。因此，在自律尚未形成之前，十分有必要通过他律促进自律。

有一个很有效的方法就是通过增强孩子的契约精神为自律奠基。比如，对待使用手机等电子产品的问题，实际上，绝大多数孩子都清楚成为手机的“奴隶”的危害，却又往往难以自我控制。这时候，基于线上学习的需要又不得不让孩子在一定时间内拥有“手机自由”。那么，家长是不是可以通过签订亲子契约等形式，借助契约的公信力、约束性增强孩子对滥用手机问题的认识，并且通过这样的契约做出明确的价值引领，而不是虚无的道德谴责。

为了提高契约的适用性，家长还可以邀请班主任或孩子喜欢、崇拜的老师作为见证人，共同凝聚一种客观、平等、公正的契约文化的场域，增强契约商讨、制定、修订、签署的仪式感，发挥这个过程的育人效应，从而潜移默化地培养孩子的契约精神。



本版图片均为资料图片

适当干预 不要一味指责和包办

规划也好，契约也罢，不可能通过一次制定就一劳永逸，解决居家学习期间的所有问题。再完美的规划和契约，在执行中都会产生反反复复的变化、这样那样的波动，这是由人的能动性决定的。那么，当出现一些问题的时候，家长要先调整好自己的心态，认识到这些问题的不可避免性，既不夸大问题，也不回避问题，与让我们感到不适的问题共处，然后尽快做出理性思考，通过适当的干预矫正孩子的言行。这种干预应该对事不对人，多说现象，少谈感受，以免演变成家长不满情绪的发泄。这时候，家长还要多问一问自己一个问题：假如我是孩子，把自己从第三视角中抽离出来，站在孩子的视角感受这些问题以及问题出现的原因。

我们都知道，亲子关系中最大的问题就是家长有意无意地将孩子的问题过度放

大，用指责代替教育。其实，孩子尤其是中学以上阶段的孩子更不喜欢家长的全盘包办。因为人的成长都需要通过任务驱动中丰富的体验完成，包括这种体验带来的满足感、价值实现感、自我认同感和被认可。而包办型的家长表面看是关心孩子，但实际上剥夺了孩子参与自我完善的诸多权力。人际交往的定律也告诉我们，在任何一种关系中，一方总是企图将自己的认识、感受、想法凌驾或强加给另一方，最终都会导致关系的破裂。

不得不说，孩子居家学习期间，家长承担了对孩子学习指导的任务，加之要兼顾工作、生活和孩子的教育，心理压力，情绪波动大。但良好的亲子关系是保证孩子居家生活质量的关键，每一个家长都是孩子的“定海神针”，我们应该做好自我调节，通过规划、契约、合理的干预，培养孩子自我管理的能力和直面困难的勇气，给彼此向上向善的信心和力量。

(作者系上海市松江九峰实验学校教师)

孩子是什么？种子、花朵、星星、太阳……每个爸爸妈妈或老师都有自己的回答。

不管是怎样的回答，都应该是具有温度的生命体。即便不是所有的生命都完美，但再不完美的生命体都蕴藏着能量，需要以恰当的方式被唤醒、被激发。

教育的过程不仅是要从外部解放成长者，而且要唤醒成长者的人格和心灵，解放成长者的内在创造力。这就是说，教育的功能在于唤醒生命成长的觉悟，促进生命个体的总体生成。因此，教育的本质就是一种对人的唤醒的过程。

如果明白春天为什么能唤醒万物，就会笃行春风化雨般的教育。春天从不会将地下的种子撕开口子，把雨水硬灌进去，而是滋润着种子，让种子自愿生根发芽；春天从不会将叶子撕开口子，把阳光硬灌进去，而是温暖着叶子，让叶子自愿与阳光进行光合作用；春天不会将鸟兽虫鱼的嘴撬开，把阳光雨露灌进去，而是让风吹着悦耳的口哨，让它们自由地觅食，自由地成长。春天不仅暖着万物的“外在”，也暖着“内在”。这种暖同时作用于万物的内外，温润着身心。即使是干瘪的种子，即使藏在泥土中沉睡，阳光直接照不进去，但雨后的阳光会温润着土地，土地又温润着种子，默默地唤醒体内沉睡的生命能量，萌发向上而生的意识，萌生向着明亮而生的追求，萌动向美而生的情怀。这是由外而内，又由内而外的无痕教育，虽有外部的参与，却不用担心会陷入从外部打破的“灌输”。这样的唤醒不仅长身体，更长生命。这是一种让生命从内部迸发的“觉醒”，“我要生长”，这便是生命的自觉。

如果孩子是种子，用什么去照亮、去唤醒？用春风化雨的教育。其中饱含着人际的友爱、师者的学养、课程的丰富、活动的多彩……而最主要的成分是书香，特别是那些经典、那些优秀传统文化，里面有智者的生命、哲人的智慧、有趣的灵魂、大美的星空……生命浸润其中，如种子于土地之中，即使干瘪，也会“治愈”，更会“自愈”。无需把种子先撕开缝，种子会打开自己，会发芽、开花……这是自我启蒙的过程，也是自我觉醒的过程，更是自我发展、自我成长的过程。

其实，种子、花朵、星星、太阳……不管孩子是哪一种，当我们用春风化雨的教育去触碰，种子会破土而出，绿意盎然枝头，生命便得以打开；花朵会绽放枝头，万紫千红，争奇斗艳，生命便得以打开；星星会闪烁夜空，熠熠生辉，生命便得以打开；太阳会爬上蓝天，光芒万丈，生命便得以打开……它们内部散发出的光，嫩绿的光、缤纷的光、神秘的光、火热的光……都是生命释放的能量。

请相信，孩子是发光的生命体。蒙以养正，所以，如把孩子当作种子，给他们温润的土地就行；如把孩子看作花朵，给他们阳光就行；如把孩子视为星星，给他们宁静纯黑的夜空就行；如把孩子视作太阳，给他们一片辽阔的蓝天就行。如此，就是极好的启蒙教育。

唤醒生命，让光照出去

何小波

疫情终将散去 阳光依旧温暖

张忠报

下午三点多的时候，妻子给我打电话，说老师通知临时不能接孩子了。因为晓羽所在的早托班有位小朋友发高烧，已经送去医院做核酸检测了，在结果没有出来之前，他们班的小朋友需要临时隔离。

晓羽是我们的二宝，现在正在幼儿园上早托班，平时都是妻子下午去接他。

电话那头，妻子很是着急地说着，拿着手机的我一时有些发懵。因为近日国内疫情反复，虽然我们所在的市区并未出现确诊病例，但大家都提高了警惕。

我安慰妻子不要过于担心，应该问题不大。

话虽这样说，但我的内心却如压了一块石头一样沉重。先不要说那位小朋友的检测结果是怎么样，如果真的隔离上一夜，恐怕老师是照顾不好孩子的。因为晓羽班上有30多个小朋友，很多还不

到3岁，有的甚至不会表达口渴、饥饿。记得有一天放学，妻子去得晚了一会儿，其他孩子都被家长接走了，晓羽哭着向老师要妈妈。

一个小时后，妻子又打来电话，说那位小朋友的核酸检测结果会在三四个小时后出来，如果是阴性，那么晚上是可以去接孩子的。老师说经过核查该孩子的家长确实没有外出过，孩子应该是普通的感冒发烧。

最近一段时间，老师用微信组建了一个“托班疫情防控群”，每天都在发布着疫情的动向和一些应采取的防疫信息，并要求家长时刻根据要求上报有没有外出旅居的情况，家长们也总是积极配合，及时回复，没想到还是出现了意外情况。

据妻子说，每天送孩子上学的时候，所有的家长都戴着口罩保持距离，幼儿园的执勤人员也会给每位小朋友

测量体温，这位发烧的小朋友一定是上学期间体温升高的。

我们不能抱怨老师，老师是本着为每位小朋友负责的态度才这样做的。

随着夜幕的降临，我的心情越来越沉重了，不时地点开微信查看消息。晚上六点半的时候，老师在群里先后发了两个视频，一个是孩子们在兴致勃勃地做着积木游戏；一个则是孩子们进餐的场景——他们之间都保持着距离。当镜头对准他们的时候，有的孩子还歪着小脑袋笑着伸出小手不停地摇晃着，有的则拿着色彩斑斓的积木对着镜头摇晃着；进餐的视频上，孩子们都大快朵颐地吃着菜，他们面前的托盘上放着各色的菜，碗里则盛着米粥，有的孩子还不是很会用勺子，正用手指捏着菜放进勺子里。

灯光把幼儿园的教室照耀得如同白昼，房间一头的投影屏上一直播放着

婉转动听的儿歌。

视频一发出来，很多家长便接连地点赞。没有一个哭泣的孩子，这无比温馨的场景实在让人感动。老师们知道每位家长都在翘首以盼，等着那位小朋友的检测结果，同时又担心自己的孩子有没有得到很好的照顾。

“老师辛苦了！”没有一位家长在群里表达抱怨之情，因为大家都知道，老师的心意和自己是相通的，正是她们护佑着孩子们的安全。视频显示了她们在竭尽所能地照顾着孩子们，她们做得那么周到。

晚上七点多的时候，老师发出了一条让所有家长振奋的消息，“所有人，结果已出，阴性。我们会耐心地等待着每位前来接孩子的家长，路上注意安全！”这条消息，老师一连发了四五遍。

当我和妻子赶到幼儿园的时候，发现很多老师都守候在幼儿园的门口。

原来，整个幼儿园的老师们都没走，为了照顾好“早托班”的孩子们，为了把每个孩子都送到家长的手中。

回到家中，我发现微信群中陆续发送着“老师勿挂，已平安到家”的信息，每一条信息都足以让人热泪盈眶，因为它显示了家长们与老师的心意相通，他们知道，老师们也关心着每个孩子的安全。

“疫情终将散去，阳光依旧温暖……唯其艰难，方显勇毅。祖国的花朵，需要一起用心浇灌。让我们家校携手，同心同德，联防联控，全面落实疫情防控措施，让每一个孩子安全健康地成长！”这是老师随后在群里发出的消息，呼吁家校联动，同心防疫。

许多年以后，我将对晓羽谈起这段往事，谈起这令人难忘的一幕。

是的，疫情终将散去，阳光依旧温暖。