

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子



助孩子“收心”

顺利开启新学期

■ 邱达官

暑假那些事

■ 王玉初

开学临近，经历了悠长假期的孩子们即将重返校园。每当此时，很多家长担忧孩子不能“收心”，沉浸在安逸懒散中难以自拔，给成长带来负面影响。如何让孩子尽早“收心”，顺利开启新学期？一起来看看一位老师结合自身经验整理出的“收心秘笈”。

暑假，几多欢喜，几多思量。暑假何来？有人做过研究：一说，古代的私塾，天热时怕上课中暑，就放假。因这个假期是私塾放的，所以叫“塾假”，后来讹传成“暑假”。这种说法，无从考证，当不得真。二说，暑假是个“舶来品”。清朝末年，传教士创办了许多教会学校，将西方的现代教育模式带到了中国，也把放暑假带到了进来。

如今看来，暑假的历史并不重要，重要的是如何度过暑假。

父母的暑假，已然遥远，唯记得不读书时，孩子们都要和大人一起下地干农活，或者独自放牛，要么就是戏水、捉鱼、摸虾。除了这些，那时的乡村也没有什么好玩的。父亲说过，在饿得特别快的年纪里，暑假里的孩子总会惦记着地里飘香的瓜果。趁着夜色，邀上邻居家的小孩去自家地里摘回个大西瓜，也不知躲在哪家墙角吃完，再摸着溜圆的肚子回家，然后躺在竹床上数星星。这样的暑假，纯粹而快乐。

我的暑假，距今也有些时日，还依稀记得些事情。孩子们玩斗鸡、跳房子、打弹珠等游戏，自然少不了。不过，钓鱼才是我的最爱，且占据了暑假最多的时间。从门口塘、上遮水塘、土兴塘，一直游到大生塘、枫树塘、菱角塘……全村附近，哪口塘有鱼、哪口塘有虾；哪口塘深、哪口塘浅；哪口塘的鱼儿早晨开口，哪口塘适合赶晚口……我是最熟悉的人。直到我考上大学的那年，有人发出惊呼：“那个爱钓鱼的伢伢居然考上了大学！”

那时候的暑假，还有割稻子、插秧。读小学开始，我们姐弟四个，暑假里必须下田干农活。母亲总会拿一条菜瓜激励我们。脱谷机的轴轮在父亲的脚下飞快地旋转，谷粒打得漏斗里的铁瓢叮叮作响……或许是因为收获的喜悦，又或许是那条菜瓜的诱惑，我们不知疲倦地劳作着。其实，那更多的是一种本能——暑假就是劳动的日子，要帮家里干活，不然哪来的学费呢。辛苦的劳作，强健了我们的体魄，也锤炼了我们的意志，更坚定了我们想跳出农门的决心。再回教室，身上起了一层皮，心却更加笃定了。

我的暑假，也有暑假作业。学校在发成绩单时会发一本暑假作业，内容有语文、数学和英语。下雨天，困在家里，我把它拿出来做完，不用再担心下学期报名时被勒令回家补作业。要说最开心的，那还是惦记着一位同学家的连环画。同学家有一抽屉的连环画书，让我羡慕不已。在我的软磨硬泡、百般讨好之下，那抽屉书被我几个暑假看完。

纳凉，给我的暑假留过美好的回忆。吃完中午剩下的南瓜饭，挑来两桶水，擦干净竹床，点燃一个艾蒿烟驱蚊。有时，道场边的丝瓜藤上飞起几只萤火虫，一闪一闪地带我入梦乡。一转头，头发夹进了竹床的缝中，拉扯着把人疼醒。母亲正在催我回家睡觉，免得着了露水的寒气。

女儿过暑假，我想给她一个美好的童年。上小学之前，她的暑假就是纯粹地疯玩，偶尔会到附近旅游。上小学后，看到她的期末考试成绩，她和我都有了一些压力。但我和妻子自我安慰——孩子还小，会好起来的。于是，暑假里只送她去学跳舞和钢琴。这两项课程，初学新鲜，一旦深入，越发艰难，她便打起了退堂鼓。想想自己缺少文艺细胞，希望她以后有个会玩的爱好，便一遍遍逼，连哄带骗地让她继续学。直到小学毕业，两门课程戛然而止。

进入初中，遇上了新冠肺炎疫情，也赶上了上网课。暑假，开始给她报网课。我不喜欢网课老师的碎碎念，亦不喜欢动辄“吃鸡”“团战”之类的言辞。可那句“不怕同学是学霸，就怕学霸过暑假。”让我无奈，只好在暑假报班、撒钱、内卷。庆幸的是，“双减”政策的落地，女儿不用再上培训班了，不必再内卷了……这多么令人开心的事！

这个暑假该怎么过？我给女儿买了《平凡的世界》《傅雷家书》等十本书，让她补补课外阅读的欠账，好放下手机，少玩网络游戏，少刷短视频；还找来一本菜谱，让她学着做饭菜，好懂得生活其味。岁月不居，时节如流，愿每个孩子都有一个充实、快乐的暑假和无悔的青春。

方法点拨 “对症”才能开出“良方”

让孩子“收心”，家长切忌态度粗暴，而应教方法、做示范。比如，要治愈孩子的“拖延症”，“对症”才能开出“良方”。常见有些孩子一边做作业，一边吃零食；一边看书，一边玩游戏。结果吃零食的速度比做作业还快，游戏玩半天，手中的书却没翻几页。遇到类似情况，建议家长这样做：
设置闹钟，限定时间。做事拖拉的孩子，大多以“时”计算时间，很少将“分秒”放在心上。家长可以给孩子配计时器，用“倒计时”的方式强化孩子的时间观念。以“看书”为例，家长可以按动计时器，说：“30分钟看书，倒计时开始！”孩子进入阅读状态。时间到，闹钟响，放下书，记录看书的页数。这样，每天记录，每周小结，孩子会惊奇地发现，一本书要不了几天就能读完。“漫无目的随手翻书”的低效行为，一定会越来越来。

合理规划，依次完成。孩子“心散”，主要是做事少目标，无规划。家长要给孩子强调，规定的时间做规定的事，到点就做事。比如，上午8点到9点，完成练字3页；9点30分到10点30分，写随笔1篇；11点至12点，参与家务劳动……这样规划，做事有目的，有效率，训练了孩子的专注力。

言行一致，说到做到。言行一致的父母，是家庭教育最好的“素材”。我常告诫自己“少玩手机多做事”。每天，除了回复工作信息花上10分钟看手机，其他时间都专心做事。女儿见我这样，自己也会安安静静地学习，很少把时间浪费在玩手机。

兴趣引路 “收”好时间的“心”

我们都懂“早睡早起，精神百倍”的意思，可做起来却有难度，特别是“早起”。假期中，孩子“作息不规律，做事很随意”，尤其是“睡懒觉”的现象更突出。

为了改变现状，作为家长的我早上6点就起床，做好早饭后，推开孩子的卧室门，轻轻叫醒孩子：“起床了，吃饭啰。”睡眼朦胧的女儿，一脸的不情愿，说：“爸爸，您怎么起得这么早？让我再睡会儿，好不好？”我笑着打趣道：“今天早上吃小笼包，再不起床，我就把你那份，吃——了！”“不行，我要吃！”我最了解女儿，她最爱吃这香香的包子。小笼包怎能少了她的份呢？不用我再催女儿，只见她翻身起床，乖乖地洗好脸，坐在凳子上开心地吃起来。

暑假又遇上高温天气。女儿白天精神疲倦，早上竟然赖起床来。我看在眼里，急在心上。对了，女儿是个“阅读达人”，只要有好书读，心情一下子就会好起来，做什么都有劲。那天，我提醒女儿：明天我要去城里的图书馆，你是否愿意和我一起去？女儿听到这个消息，高兴得手舞足蹈，连连点头说“当然去”。晚上，女儿调好闹钟，早早睡觉，天一亮就起了床。我带着女儿坐上公交车进城，下了车，我牵着女儿的手，女儿跟着我大踏步地朝图书馆走去。找到自己喜爱的图书，女儿坐在椅子上专注地读着。那场景，特令人满意。

开学季马上就要来到，让孩子“收心”，重在“收”好时间的“心”。那么，把“按时起床”抓好吧。通过孩子感兴趣的事，引导孩子“早起床，好精神”，渐渐地，孩子时间观念强了，步入正轨了，家长也就放心了。

适度奖励 用良好行为影响孩子

让孩子“收心”，家长还要适度奖励，激发其内生动力，让孩子尽快适应开学季。用孩子的“兴趣点”来奖励，是个易操作的方法。

小员思维敏捷，活泼好动。可假期中，他的时间不是用在学习和锻炼身体上，而是整天和小伙伴一起疯玩，吃饭时才见人影，眼看假期过去大半，开学临近了，孩子还不收心怎么办？

小员爸爸想到一个办法，他和颜悦色地对小员说：“你上学期进步很大，这次奖励你回乡下奶奶家玩几天，好不好？”孩子听了，一脸惊喜，因为乡下有自己喜欢的东西。

到了姥姥家，清晨，迎着清风，闻着草香，踏着朝露，小员高高兴兴地背着小背篓，跟着大人上山拔苞谷，选出的嫩苞谷棒子烤着吃，可香了。扳了苞谷，小员提着竹篮和奶奶一起收花生、洗花生、晒花生、炒花生、吃花生、赏明月，别有一番趣味。小员在乡下体验了劳动的辛苦，更品尝到了劳动的成果，心里十分满足。回家后的的小员，一改往日的“闲得无聊”，及时整理好了书本和文具，还盼着“早点开学”呢。

小员的变化，关键在于家长找到了孩子的“兴趣点”——喜欢农家生活，并以此“奖励”孩子。这，顺应了孩子内心渴望，校正了孩子的行为，从而达到了预期的效果。

用“兴趣点”奖励孩子，最基本的一点就是，家长要摸准孩子喜欢什么，朝着这个“点”，想法子变形式奖励。当然，前面提到的用孩子喜欢吃、喜欢看的东西来奖励，也是可行的。

“去除地里的杂草，最好的方式就是种上庄稼。”改掉孩子做事“不上心”，促使孩子“收心”，最好的方式就是用良好的行为去熏陶。用“兴趣点”奖励孩子，就是用好的方式去培育孩子的好品格，激励孩子不断朝前迈步。

“方法点拨，兴趣引路，适度奖励”这三“招”，有助于孩子“收心”，减少家长“担心”，让孩子愉快地走进新学期。

让儿子暂代“一家之主”

■ 管洪芬

暑假里，读小学的儿子和在外读大学的女儿都回到了家。我有想过两人长时间的相处会偶有摩擦，却没想到这两人才和谐相处没一会儿，就争上了。争什么呢？争吃饭时坐的位置。女儿说，那位置她坐了好多年，儿子却说他明明也坐了好久，两人各不相让。

依大人来看，吃饭嘛，坐哪儿不是坐，吃啥不是吃，可这姐弟俩就是非得争出个丑寅卯。没办法，想想那位置女儿确实是坐了好多年，不过是从去年去外地读大学后让弟弟“鸠占鹊巢”了，何况现在她阔别几个月刚回家，我也不好太“矫正”她，思及此，我一边责怪女儿不该跟弟弟较这个真，一边赶紧给儿子“戴高帽”。我让儿子坐他爸爸的位置，告诉他，爸

爸这几个月因为赶工程会好长时间不在家，爸爸坐的位置是空着的，所以暂时让他坐。爸爸是一家之主，所以他坐的位置代表性也很强，坐上了这个位置，等同于坐上了“一家之主”的位置。儿子还小，自然一哄就信，更何况老公虽然一直以来脾气甚好，可在家确实也是一家之主，有“一言九鼎”的地位，儿子听着、想着，果真开心地挪了位。

暂时的“僵局”是解开了，可由此产生的连锁反应却一下子抑制不住了。借由一个吃饭的座位而暂代了“一家之主”的儿子，很有一种“新官上任三把火”的架势。一家之主，自然家里的事都要管一管。家里四口人，爸爸不在家，妈妈管不了，那能管谁，只能管姐姐。于是接下来，姐姐

睡懒觉起晚了，他会去喊；我们都在做事，姐姐却在刷手机，他会让姐姐赶紧去好好学习；有时去“巡视”姐姐的房间，会催促姐姐注意房间整洁，勤打扫，勤整理。女儿喊冤，说她每天都整理，儿子还催她整理，简直是找茬。我忍不住笑，和女儿说：“这能怪谁呢？要知道弟弟现在可是‘一家之主’，你要不服，可以和他换个位置，也当几天‘一家之主’试试。”

女儿毕竟大了，自然不在乎这些虚名，于是也只好给足弟弟这个面子，反正为了不让弟弟找茬，万事是尽量做到完美。我呢，慢慢地，好像也习惯了有这样一个小人在边上督促着，万事也尽量以身作则。当然，也不能尽让他管着，

我们也会给他提要求，让他既然暂代“一家之主”就要有“一家之主”的样子。还别说，这高帽一戴，儿子表现还真好。

拿快递、做家务、积极主动写作业……也不再无理取闹，儿子的改变连带着女儿也变化很大。女儿说：“看他那么勤快，我都不好意思闲着。”我不由得笑了。就在刚才，看到儿子下楼竟然主动拎了厨房的垃圾要带去扔，我突然有些感怀，当初哪能想到有这收获？儿子问我，爸爸回来会惊讶他的变化这么大吗？我笑着回他：“会啊，爸爸肯定会很惊喜，因为他会发现儿子真的长大了，懂事了，有责任心，也懂得担当……这样的变化，试问哪个父母会不喜欢呢？”

本版图片均为资料图片