

# 教育导报



Education Guide

在这里,见证教育的无限可能……

## 家教周刊

四川省教育厅主管 四川省教育融媒体中心(四川教育电视台)主办 《教育导报》编辑部出版

国内统一刊号:CN 51-0052 邮发代号:61-141 2023年11月11日 星期六 今日4版 第109期 总第3874期

生活百科

### 当心!明星小卡「收割」未成年人

不久前,小学生之间流行过一阵“奥特曼卡热”,而近日,在未成年粉丝中,“明星小卡”又开始流行。这种现象引起了不少家长的担忧,小小一张卡牌为何有这么大的魅力,能吸引到孩子们不断地“买买买”?

#### 痴迷“明星卡”,家长们如临大敌

最近,家住深圳市宝安区的家长王女士发现,平常乖巧懂事的女儿零用钱用得特别快,甚至还会“巧立名目”向她要钱,女儿在露馅后,承认在玩一种明星卡片,她手上的卡有些是买的,有些是和同学交换的。

“我在家长群一询问,才知道不止我家孩子‘入坑’,班上很多女孩都在玩,有些孩子为了一张想要的明星卡,一次就能消费几百元!”王女士说。

据王女士介绍,女儿现在上五年级,已深陷明星“卡圈”,她担心未成年人消费观念尚未成熟,且容易爱慕虚荣,一旦遇到自己想要的东西,或者想在同龄人之间炫耀,会出现各种不理智行为。

在旺盛的需求面前,有关小卡的二手交易市场逐渐繁荣,而这些二手交易平台的卖家,有些就是热爱集卡的小学生,对于没有收入的学生来说,这些“小卡”也被视作理财产品。

#### 专家提醒:卡牌套路值得警惕

对于孩子喜欢收集动漫、明星卡片的现象,深圳大学教育学部教师提醒:孩子对金钱的认识本就有局限,但凡带了博彩性质,还沾上社交属性,必定会引发很大的攀比效应。将游戏包装上“亲子休闲益智类”的外衣,在家长的默许和支持下,肆无忌惮收割未成年人钱包,这才是这些卡牌套路值得警惕的地方。

随着攀比心理、盲目消费等状况的出现,这种小游戏成为制约青少年健康成长的潜在威胁,未成年人自控力和辨别能力较差,一般情况下,大都难以抵抗此类游戏的诱惑,过度沉迷集卡会直接影响正常学习。

#### 教师支招:家长要读懂孩子的心理

一张张如扑克牌大小的卡片让孩子痴迷,这样的“瘾”如何消除呢?北京市朝阳区星河实验小学教师分析:孩子有可能是因为看到同伴买卡片、盲盒,自己也跟着买,为的是能与同龄人有更多的共同话题。

面对这种抱有从众心理的孩子,我们不妨让孩子自己说一说集卡、买盲盒能给他们带来什么;在充分聆听孩子的心声之后,家长可以告诉孩子什么是健康的兴趣爱好、怎样进行合理消费,让他们明白,不能为了和别人有共同的话题就“买买买”。

对于集卡是为了在对战中能胜出的孩子,家长可以和孩子一起了解已有卡牌的战力值大小,怎样玩才能让自己更胜一筹;引导孩子在对战的过程中比拼智力,而不是一味靠买稀有卡牌取胜。家长在生活中,要引导孩子养成健康的消费观念,不能为了攀比而过度消费。

一旦孩子出现沉迷集卡、买盲盒等行为,家长要多陪孩子进行户外运动、听音乐、看书、讲故事……通过注意力转移的方式,陪孩子一同寻找积极向上的兴趣爱好。

(本文摘自“首都教育”微信)

### 良好的亲子关系从「慧」沟通开始

文/牛黄和琳

“明明是为了孩子好,他却总是不领情。”“明明是想表示关心,开口却成了训斥。”“明明是想走近孩子,却发现他离我越来越远。”……亲子沟通是家庭教育里面非常重要的环节,如何更好地进行亲子沟通,一直是摆在家长面前的一道难题,爱子在心口难开,或许不是难开,而是不知道怎么和孩子沟通,没有和孩子相处的技巧,为此,武侯家长学堂邀请到成都大学教授、成都大学师范学院家庭教育研究所所长刘华锦,为家长分享亲子沟通的办法和小妙招。

#### 亲子沟通 质量比频率更重要

何为亲子沟通?成都大学教授、成都大学师范学院家庭教育研究所所长刘华锦表示,亲子沟通即家长和孩子进行思想或者信息的交流,获得相互的了解、信任,进而形成良好的人际关系的过程。刘华锦特别提到:“亲子沟通发出者可以是孩子,也可以是家长,不管发出者是谁,最重要的是发出的信息要准确明了,同时也要求接收者能准确地明白发出者的意图。很多时候的沟通不顺畅,大多是由于双方发出信息和接收信息不一致,就这样,矛盾在误会中产生并发酵,冲突也就在所难免。”

为了让家长更加清晰地明白准确表达的重要性,刘华锦用大家很熟悉的故事来举例。有一个人做了一桌美味的饭菜,请4个朋友来做客。其中,有一个朋友临时有事没来,主人发出感慨“该来的没来”,这使得到场的3个朋友面面相觑,觉得是自己不该来。一个朋友借口自己临时有事要离开,主人又说“不该走的走了”,剩下的两人中又有一人提出有事要离开,主人为挽留朋友,情急之下说自己说的不是他。此话一出,顿时让剩下的那个朋友非常尴尬,最后,他也只能找借口离开。“明明是好心请客,却因为自己词不达意,硬生生地逼走了所有朋友,甚至还得罪了朋友,简直得不偿失。”刘华锦说。

“家长们也应该想想,自己是否也曾借着爱的名义,词不达意地表达一些想法,让孩子会错意,进而使得家长和孩子间的矛盾激化,甚至变得不可调和。”刘华锦表示,比亲子沟通更重要的是正确地沟通。

家长们应该明白一个道理,很多事都是“贵精不贵多”,亲子间的沟通不需要时时刻刻进行,而是让每一次的沟通都尽量准确有效。这就要求父母在和孩子交流的过程中,整理好思绪,争取让孩子能够正确接收到家长发出的信息,让孩子明白父母的想法,这样才能减少父母和孩子间的矛盾。

此外,刘华锦指出,与孩子沟通要分场景,不同的场景有不同的沟通方法。当孩子有情绪时,家长需要倾听共情,鼓励孩子表达情绪;当家长有情绪时,尽量让自己与孩子坦诚相待,不指责、不伤害;当双方都有情绪时,则需要平等协商,达成共识;当大家没有冲突、和平相处时,可以多交流、多肯定。

#### 亲子沟通,助力孩子好处多

力,比努力更重要的是抗挫力。

因此,家长要以平和的心态,发展的眼光看待孩子的成长,纵向对比孩子,不要横向对比。应该鼓励孩子做自己,让孩子和过去的自己做对比,在成长中发现自己的闪光点。

树立亲子关系重于教育的理念。家长想和孩子进行融洽的亲子沟通,应该考虑自己和孩子平时相处的情况,而非沟通的内容是否正确。

“如果孩子平时丝毫不关心父母,也不听取父母的意见和建议,有时关系还有点剑拔弩张,这时,即使家长的出发点是好的,但是孩子接收不到,那么这一沟通便是无效的。”刘华锦强调,父母要给予孩子爱的滋养,唤醒孩子、影响孩子、熏陶孩子,这样孩子才能实现自我成长。聪明的家长在教育孩子的过程中要“授之以渔”,而不是“授之以鱼”。以辅导学习为例,家长不要直接告诉孩子答案,而应该教给孩子学习的方法和技巧,只有这样才能真正帮助到孩子。

明的家长在教育孩子的过程中要“授之以渔”,而不是“授之以鱼”。以辅导学习为例,家长不要直接告诉孩子答案,而应该教给孩子学习的方法和技巧,只有这样才能真正帮助到孩子。

树立为孩子成长赋能的意识。赋能的关键在于发现并放大孩子的优点,让他感受到“天生我材必有用”,即使没有那么优秀,也不必妄自菲薄。

“有的家长老是否定孩子,这样对孩子的成长没有益处。”刘华锦表示,每一位家长都想为孩子插上翅膀,让其可以自在地飞翔。因此,家长要耐心地鼓励引导,和孩子一起发现其长处,并鼓励孩子努力发挥自己的长处,让孩子能够充满信心地面对学习和生活。

#### 亲子沟通,五大原则需遵守

时还只是一名高中生,凭借自己在决赛所作的《浣溪沙》一举拿下2017年的诗词大会冠军,武亦姝曾说过,她喜爱读书的原因是小时候受父母读书的影响。可见,父母在家营造的氛围对于孩子的一生有着不小的影响。因此,



资料图片

亲子沟通的好处很多,但不要忘记,沟通也要遵守原则,不能随意沟通。对此,刘华锦总结了亲子沟通中的五大原则。

第一,平等尊重。尊重孩子、平等地对待孩子的前提是心无旁骛、耐心倾听孩子的心声,切忌带着杂念。刘华锦特别提及,平等尊重需要用好“SOLER”模式,即“sit, open, lean, eyes, relax”五个单词的首字母组合,其含义分别是——“S”:坐下来和孩子交谈;“O”:要敞开心扉接纳孩子的一切;“L”:与孩子交谈时身体往前倾斜;“E”:要用眼睛去关注孩子面部的倒三角区域;“R”:在沟通时表情要放松。

第二,接纳包容。当孩子犯一些很傻的错误,家长应该大智若愚,看破不说破,用耐心包容孩子犯下的错误,再用温和的语言教导孩子,以免再犯。

第三,信任支持。在刘华锦看来,家长无条件的信任让孩子倍感温暖,同时,也是孩子的底气。因此,当家长听到孩子的一些负面信息时,千万不要急于给孩子下判断,一定要经过多方的了解后,再作出准确的判断。

第四,因材施教。有的孩子喜欢唱歌、有的喜欢画画、有的喜欢跳舞……家长不能用一把尺子丈量所有的孩子,适合自己孩子的才是最好的。因此,在保证孩子学习基础打好的情况下,对孩子的兴趣爱好一定要给予足够的尊重,让孩子有机会接触自己热爱的事物,徜徉在热爱的海洋里。

第五,言传身教。在《中国诗词大会》大放异彩的选手武亦姝,当时参赛

### 别把糟糕的情绪,留给最亲近的人

向颖

近日,一则“小女孩在餐桌上教育爸爸”的视频火了。视频里,女孩爸爸因为心情不好而对妻子大吼大叫,这一行为让孩子非常不满,她对爸爸说:“你心情不好就可以对妈妈大吼大叫吗?你不要把坏情绪带回家。”“你把我们当成家人,就要有话好好说,我们不是敌人。”小女孩的表现收获众多网友点赞,女孩爸爸的行为也引发了大家的热议。

熟,特别是在管理情绪方面,自身还像个孩子。比如,无法处理自身焦虑时,会无意识地把情绪转移给其他人。把最糟糕的情绪留给最亲近的人,这在亲密关系中十分常见。我们在外面受了委屈,往往害怕和他人起冲突或者损坏某些利益,选择压抑真实的情感,以此来维持关系的和谐。而回到家里,我们便肆无忌惮,知道就算发了脾气,家人也不会因此关系破裂,所以一言不合就对家人发脾气、说气话,甚至“哪里痛就戳哪里”。

可悲的是,在很多家庭,负面情绪往往流向了最弱势的孩子。孩子犯了一个小错,父母就可能将别处的气撒在他身上。他们只想解决自己的情绪问题,把自己的焦虑和压力抒发出来,从不考虑他们面对的是个孩子,孩子能否承担自己转移出来的压力。让孩子随时处在恐惧、焦虑,甚至自责的家庭氛围中。

视频里的小女孩很勇敢,也从侧面反映出,她对于这个家是充满安全感的。敢于回怼爸爸,敢于表达自己的想法,都是她有安全感、有归属感、被父母爱着的表现。从这个角度来说,那些敢于在家里表达自己情绪的孩子,尤其可贵,因为其父母给予了安全感和话语权。女儿耐心讲道理,爸爸能够冷静下来倾听,则说明了另一个问题:这位爸爸的情绪边界,只是在和妻子的相处中消失了。需要提醒大家的是,亲密关系中,尤其是伴侣相处,是需要我们划定情绪边界的:不过多伴侣的情绪负责,也不把自己的情绪发泄到伴侣身上,要求对方负责。没有人能一直承载他人的情绪,再亲近的人也不行,而且一味发泄情绪,并不会帮助我们解决现实问题。当你因为对家人发脾气感到内疚的时候,不妨想想,你当下的心理需求是什么,除了发脾气,还有其他可以更好地表达自己需求的方式吗?一个真正内心有力量、强大的成年人,回家之后不妨卸掉“盔甲”,与家人相处时温柔以待。

在任何一段亲密关系中,对情绪“照单全收”的不应该是“你”或“我”,而应该是“我们”,并且共同去消化、解决的也应该是“我们”。关于“什么样家庭的孩子最幸福”,网上有个很出名的答案:当爸爸开车走错路时,妈妈会说这边的风景不错,正好可以看一下;当妈妈做饭忘记按加热键,爸爸会说,你等着,我去买馒头,好多天都没吃过馒头了,特别想吃。……开心的时候一起分享,不开心的时候互相捧场,是一个家庭最好的情绪互动,更是让孩子内心充实,有安全感和幸福感的最好“性价比”的做法。