

家庭是人生第一所学校,帮孩子扣好人生第一粒扣子



孩子“两副面孔”是“伪装”还是“适应”?

几天前,李女士送三年级的儿子冬冬(化名)上学,在校门口遇见了班主任。“这小子在家就是个‘混世魔王’,犟得很!”李女士十分吃惊,“可一见到老师,他像变了个人似的,腰板挺得笔直,声音又甜又脆地向老师问好。等老师走远了,才变回平时那副大大咧咧的样子。”

调侃之余,李女士心中更多的是担心与疑惑:孩子是因为怕老师、在学校过得不自在,才有这样的表现吗?还是说他小小年纪就学会了“见人下菜碟”?在家里的“小霸王”,和遇见老师时腼腆的“小绅士”,到底哪个才是真实的他?

对此,刘智认为,行为表现的不同,并不意味着孩子是个“两面派”,在家和在校都是真实的他自己,只是呈现出的状态不一样。“试想一下,你在公司和同事们相处的样子,是不是也和回到家后并不相同?”她引导家长反躬自问,“为什么会感到焦虑和担心?是不是在潜意识里认为,‘好孩子’就必须在各个场合都表现出完全一致的行为?这样的标准,作为成年人的我们能够达到吗?”

事实上,这种“不一致”是正常表现,这是人适应环境的能力,说明孩子能够识别不同场景下自己的身份、角色,并主动对行为、状态进行调整。刘智认为,只要没有做出过于出格的举动,遵守基本的规则与底线,孩子会“自动切换人设”反而是件好事。

“有的家长会把孩子在家与在校的不同,判定为‘言行不一’,怀疑孩子的品格出了问题,并焦虑地去纠正。这样的价值判断反而会给孩子贴上‘负面标签’,可能会让他在建立自我认知的过程中产生困惑,怀疑自己。”刘智举例,一些家长对孩子“高标准、严要求”,精准把控孩子成长的每一个细节,当他们发现孩子在外的表现并不像想象般完美时,就会产生一种类似“愤怒”的情绪,把孩子的表现归结为自己“教育的失败”,更进一步地苛责孩子,这其实是给亲子关系套了“枷锁”。

面对孩子的“双面”表现,刘智建议家长调整内心的期待值,减少“控制欲”。她指出:“家长需认识到,孩子是处于动态发展中的个体,他们的行为具有一定的阶段特征。当爱不再是一种改造孩子的工具,而成为一种接纳与支持的力量时,亲子关系才能真正松弛下来,家长也才能从焦虑中解脱,陪伴孩子在一次次微小的进步中慢慢成长。”

看见真实需求 读懂孩子的“变脸戏法”

“我不是担心她变‘坏’,而是有点心疼。”一次家长开放日,程女士看到了与平日大不相同的女儿,“她在家是被捧在手心里的‘小公主’,可在集体里,我发现她总是先看别人的脸色再行动。”

“目前来看,班上没有发现您的女儿有被欺负,或者被迫行事的情况。但我会进一步观察和调查,有问题及时沟通,请您放心。”收到班主任的回复后,程女士依然惴惴不安:孩子会不会正是为了迎合老师和同学而不敢真实地表达自我呢?

家长严女士也有类似的困惑,孩子在学校特别听话,在家则相对放肆,尊重孩子的交际方式固然没错,但她希望孩子不论在家还是在校,都无需“扮演谁”,可以大大方方地“做自己”。

面对孩子的“变脸戏法”,家长应该如何恰当引导?刘智认为,首先是理解孩子的处境。对比家庭,学校有着更清晰、严格的规则,孩子们平等地受到纪律约束,加之有明确的批评或惩罚作为后果,只有少部分孩子会去主动挑战规则。而家庭对他们而言,则是一个更灵活、安全、包容的地方,所以孩子才会从心理上放下戒备,敢于“放肆”。因而,有些孩

送孩子上学时偶尔遇到老师,或者和老师沟通时得到反馈,不少家长才发现自己的孩子居然有“两副面孔”——在学校是乖巧懂事的“小绵羊”,回到家里却成了蛮横任性的“小霸王”——这可如何是好?

本期,我们邀请到成都开放大学家庭教育学院教师、国家三级婚姻家庭咨询师刘智,揭开孩子“双面人设”背后的心理动机与成长需求,并为家校如何有效协同引导孩子建立稳定自我认知给出建议,从而帮助他们顺利度过关键成长期。

本报记者 马晓冰

学校『小绵羊』、家里『小霸王』? 如何引导『双面娃』做真正的自己



为持续的情绪低落、身体上的不明伤痕、失眠、厌食、拒学等情况,家长都可以保持一定距离,客观观察,不刻意干预,‘不打扰’地关心孩子。”刘智建议。

她特别指出家长反思、调整自己的重要性。孩子“窝里横,外面怂”,可能是家长过度保护,让孩子不会、不敢向外界表达自己的观点,需要加强独立性锻炼;孩子“家中乖,外面闹”,可能是“高压式”的家庭教育方式带来的反作用,让孩子迫不及待地寻找一片“自己说了算”的天地,用反抗的方式找回对自我的掌控权,需要家长学会尊重,适当放权给孩子。

家校携手 帮助孩子走向更好的自己

“班主任口中的孩子,和我看到的根本不是同一个人。”曾有家长向刘智求助,在家时,孩子让写作业就写作业,让睡觉就睡觉,十分懂事乖巧——可班主任的反馈却截然相反。“我的第一反应是‘不可能’‘不敢相信’,他怎么会上课扰乱纪律、下课和同学推搡呢?”

“面对老师反馈的行为问题,家长有困惑是正常的,但千万别觉得这是在‘告状’,应感谢老师的负责。”刘智建议,接到反馈后,家长不要急于辩解或自责,而是请老师尽可能地客观描述孩子的具体行为和表现——在什么情况下发生的、当时孩子说了什么、做了什么。了解基本情况后,家长还需要在家里找到一个平等沟通的契机,不去质问孩子做了什么错事,而是以关心为前提去了解他的感受。

有的孩子上课捣乱,是因为长时间被忽视,想用这种方式引起关注;有的孩子与同学发生冲突,是因为不知道如何正确表达自己的需求。刘智认为,家校携手的意义正在于此,老师反馈问题并不是对孩子的“定罪”,发现问题,才有可能解决问题,促成成长。家长从家庭视角补充孩子的情绪状态,老师从学校视角提供行为记录,双方都以帮助孩子为最终目的去努力,既能减少不必要的冲突,也将带给孩子更有效的引导。

刘智进一步指出,孩子在家、在校表现不同,这本身并不可怕。人本来就有多样性,每一种人际关系都能展现出个人的不同侧面。家长不必强求孩子在所有场合、所有关系中都保持“一致”,但一定要帮助、引导他在为人处世的方方面面中,建立起稳定的内核。

具体而言,内核是对自己清晰的认知,即我知道自己喜欢什么、不喜欢什么,我清楚自己的情绪从何而来,我明白自己的需求可以用什么样的方式表达。有稳定内核的孩子,在家能做到“松弛而不跋扈”,敢于展现真实的脆弱,无需通过发脾气来引起关注,也懂得对家人表达爱意和感恩;在外则能做到“自信而不好斗”,尊重规则和权威,但不会因畏惧而刻意迎合,敢于在合理范围内表达不同意见。

“被充分接纳、也被正确引导的孩子,既不会因为被爱而肆无忌惮,也不会因为面对权威而妄自菲薄。”刘智表示,家长不能一直俯瞰孩子的世界,而要尽可能地融入进去。在高质量的亲子互动中,一次次地回答那个孩子成长中最核心的问题:“我是谁?我如何与世界、与他人相处?”问题的答案不会立马显现,但在家长身体力行的示范中、在家校携手的陪伴下,孩子一定能一步步走向那个不卑不亢、越来越好的自己。

本版图片均为资料图片



家访不止于“访”

李庆美

学生浩浩(化名)在课堂上总坐不住,作业也潦草应付。起初我以为,这只是他学习态度不端正。直到一个飘着细雨的傍晚,我敲开了他家的门……

浩浩的家在农贸市场附近,是一间不足50平方米的老房子。他的父母做水产生意,凌晨3点踩着夜色出门,晚上8点才带着一身腥臭味收摊。浩浩每天放学回家,只能独自泡一碗方便面,趴在堆满鱼筐和杂物的餐桌上写作业。农贸市场的吵闹、缺少陪伴的孤独,让他难以静下心来学习。

家访那天,我没有直奔学习问题,而是先蹲下身,轻声问浩浩:“你每天一个人写作业,会不会觉得有点孤单呀?”孩子愣了一下,眼圈瞬间红了,轻轻点了点头。这个简单的提问,一下子拉近了我和孩子的距离,也让一旁的家长露出了愧疚的神情。我没有再追问,而是转身搬来小板凳坐在灶台边,一边和浩浩妈妈一起择菜、剥蒜,一边聊起天来。

“浩浩妈妈,你们工作真的很辛苦。”我顺着家长的生活节奏开启话题,“但浩浩特别懂事,从来没在学校抱怨过家里的情况,还总主动帮同学做事。”我刻意避开“作业潦草”“课堂调皮”这类指责性表述,转而用具体的细节分享浩浩的闪光点:“上次运动会,他跑步时摔了一跤,爬起来还坚持冲过终点线;班里同学的文具掉了,他总是热心帮忙捡起来;班里来了转学生,也是他主动带着新同学熟悉校园。”

每说一件事,我都注意观察浩浩的表情。他低着头,小手不自觉地攥紧衣角,嘴角有微微扬起的弧度。浩浩妈妈的眼睛越来越红,声音带着哽咽:“李老师,我们整天忙着赚钱,总以为给孩子吃穿穿就够了,从来没留意过他这些优点,还总嫌他瞎闹腾,是我们忽略了孩子的心思。”

看到家长和孩子都敞开心扉,我才顺势提出具体的陪伴建议,不是生硬要求,而是邀约:“浩浩其实很想有人陪他学习,咱们不如约定一下,每天早上我提前10分钟到教室,陪他读课文;你们家长每周抽一个晚上,关掉手机,一家人坐下来吃顿热饭,听浩浩说说学校里的事,好不好?”

我向浩浩伸出手:“我们拉钩,一言为定?”浩浩抬起头,眼里闪着光,用力握住我的手,使劲点头。我又转向家长:“你们辛苦打拼都是为了孩子,浩浩也在用自己的方式体谅你们,咱们一起搭把手,让孩子感受到家里的温暖,学习上也会更有动力。”家长重重地点头:“李老师,你说得对,再忙也不能耽误孩子,我们一定照做。”

临走前,我摸了摸浩浩的头,看见他眼里的怯懦渐渐褪去,露出了坚定的神情。

此后每天早上,浩浩都会提前10分钟来到教室,安安静静地等我陪他晨读。紧接着,他的变化越来越多:作业本上的字迹变得工整,会主动请教难题;课堂上不再东张西望,而是挺直腰板,眼神专注,常常举手回答问题;还报名了班级跑步比赛,拿到了第三名的好成绩。

一天,浩浩妈妈发来一张照片,是浩浩踮着脚给爸爸夹菜,一家人围在小方桌前笑得格外温馨。她写道:“李老师,谢谢您!您不仅让我们重新认识了孩子,更教会我们怎么用陪伴走进孩子心里。现在浩浩每天都愿意跟我们分享学校的事,家里的笑声也多了。”

浩浩的转变更让我明白,一次有效的家访,犹如一把钥匙,能打开理解孩子、连接家庭的大门。它不仅消除了家校之间的信息隔阂,更让教育的温暖渗透到生活的细微之处。

从“佛系”到“主动”,唤醒孩子内驱力

本期解忧人

尹红:德阳市第一小学语文教师,30年班主任工作经历,曾荣获德阳市“优秀教师”荣誉称号。

家长您好,读完来信,想先夸夸您没有因为孩子“中庸”就盲目焦虑,而是思考如何贴合孩子性格加以引导,这份从容与理性,奠定了很好的教育底色。

从我的经验来看,对待学业太过“佛系”多半是家庭对“松弛感”的边界把控不足,没做好“接纳孩子天性”与“引导孩子建立基本责任意识”的平衡。同时,很可能父母在生活中给孩子的积极示范作用不够。

六年级孩子自我意识已经觉醒,价值观逐步成型,单凭说教很难有成效。我认为,解决您烦恼的关键点是在尊重孩子的基础上,帮她找到内在的驱动力,树立起自己的责任意识。希望以下建议能帮助您到您。

一是家庭成员之间达成一致目标。不要轻视一个“中庸”孩子的思辨能力,在沟通中,家长要以共情姿态消除孩子的抵触心理,强调家庭成员“共同面对,寻求老师帮助”的协作属性,将改变现状定义为“家庭共同任务”,传递“我们一家人一起努力”的共识。

二是和老师达成紧密合作。真诚地向老师提

出诉求,让老师感受到这是来自家庭的共识,并非家长对孩子单方面的苛求。然后,双方共同商议策略,老师采用专业引导帮孩子发现自己了不起的地方,打破其“得过且过”的心理暗示;家长也要有意识地分享自己积极向上的故事,传递力争上游的家庭力量。

三是家校协同开展赋能策略。比如,帮孩子找到可以学习和并肩的榜样同学,实施家庭、班级岗位责任制,培养其责任意识,抑或鼓励孩子参加集体活动,尤其是学校举办的各种主题演讲、文体活动,这些活动没有那么强的功利性,刚好适合性格“佛系”的孩子。当她在轻松的氛围里感受到集体荣誉感,看到身边同学为了目标努力的状态,就会慢慢萌生出想要挑战自己的想法。

四是随时观察孩子的情绪变化。一旦孩子出现畏难或者抵触情绪,就及时调整节奏,不要逼得太紧,毕竟我们的目标不是把一个“佛系”孩子变成急功近利的人,而是帮她唤醒内在的动力,让她的潜力有机会发挥出来,拥有更多选择的权利。

五是聚焦进步而非名次。和孩子一起制订计划,每天循序渐进地增加学习难度,让她在小目标

的完成中获取快乐,感知付出就有收获。还可以从她感兴趣的事情切入,让她先在自己喜欢的领域感受到“拼一把”的乐趣,逐步树立竞争意识。除此之外,家长要多带孩子走出家门,参与不同类型的社会实践活动,帮她打开眼界,找到自己未来的生活目标。

需要注意的是,“佛系”的孩子对学习提不起劲,本质上是不知道学习最终能带给自己什么,更是习惯了安于当下。我们的引导不是把孩子变成争强好胜者,而是帮她在葆有本心的前提下,看见自己潜能的力量,找到向前迈进的动力。

此外,如果孩子进步并不明显,家长要学会释怀。如您所说,“中庸”其实也代表着从容平和,很多时候这种性格不容易被外界波动裹挟,能走得更稳、更长久。成长从来都不是千人一面,我们要的是帮孩子成为更好的自己,而不是把孩子塞进统一的模板里。所以,一步步引导,给孩子足够的空间适应,帮她打开一扇扇门,让她知道一点点改变也许就能带来全新的未来,相信孩子一定能慢慢找到属于自己的节奏,主动迈出超越自己的那一步。



班主任解忧室

家长忧心事

我家孩子从小就比较“佛系”,我没有过度干涉,甚至认为这是一种难得的品质。但她现在在六年级了,仍然没有竞争意识,是典型的“中庸派”学生。我现在有点着急她的学业,请问该如何提升她的学习动力?