

■ 热点关注

当青春期遇上更年期,如何平稳度过?

家长的更年期,遇上孩子的青春期,是亲子双方都很棘手的问题。如何使家庭平稳度过这个特殊时期?



理解孩子的心理变化

家长了解孩子是一个重要的前提。青春期是人大脑发育的又一个高峰期,为了孩子有更好的身心成长,家长需从安全、营养、睡眠、运动、情绪等方面满足孩子的需要。而爱是一切的本能,要在生活中让孩子感受到来自父母的充盈的爱,给予他们一个安全的成长环境和良好的亲密关系。青春期的孩子会有很多的生理变化,也会有很多的第一次,这些都是美好的成长里程碑,家长应该主动为孩子送上一份祝福。

青春期的孩子情绪不稳定、敏感;与父母交流减少、与同伴交流增多;注重自身形象;更加独立自主;学习压力变大……家长与青春期的孩子之间经常会因为控制不好情绪而互相争吵,也对孩子压力无法排解有很多的困惑。这就需要家长放宽心态,调整自我,多鼓励孩子,在一些问

题上加引导。青春期的孩子非常注意自己的身体变化,更加注重自己的着装打扮,包括皮肤是不是干净、清洁,长不长青春痘等等。这些都是对身体变化的关注,产生这些变化的背后原因是青春期的性激素的分泌。父母也可以参与到孩子对自己形象或者着装的设计当中,和孩子一起来发现美、赞赏美、践行美。

但是,有的学生在身体方面过度去关注。比如为追求苗条、骨感而盲目减肥。对此,家长应该告诉孩子,骨感不应该成为我们大多数人追求的目标,引领孩子对自己身体有客观的认识,学会去悦纳。我们可以通过锻炼、着装、打扮让自己变得更加精神、更加美好,而不是过度地去追求所谓的骨感。如果以牺牲自己的健康为代价,让自己的身体变得骨感,是非常不值得的。

亲子之间相互体谅

青春期阶段同伴的影响变得更加重要。因为这个时候学生独立性变强了,希望从同伴的评价当中来肯定自己。所以同伴交往是青春期的孩子非常重要的人际关系当中的一部分。作为父母,要理解孩子这样的需求,鼓励孩子多跟同伴交往。而作为孩子,也要理解爸爸妈妈想跟自己共度时光,因此也要体谅父母,尽量抽出时间来与父母共度一

些时光。性意识的增强是青春期发育的一个非常重要的特点,这是好事。作为家长,要跟孩子去谈这些问题,来解答孩子的性问题。建议在家里,无论是孩子还是爸爸妈妈,都能够主动发起对性问题的讨论,把性的问题作为一个家庭话题,摆到桌面大家畅所欲言。这是爸爸妈妈传递自身对性态度和价值观的重要的机会。

如何实现友好沟通

父母和孩子不好沟通,这是大家普遍遇到的一个问题。父母们会觉得以前跟孩子什么都能说,现在孩子不愿意跟我说,或者说什么孩子也不愿意听了,甚至说什么孩子都反着去做。孩子也会觉得很多心里话可能更愿意跟同学去讲,家长不是第一选择了。

这是青春期发育中的一个非常重要的特点。那么怎样来弥补青春期亲子之不足?

在孩子人生的任何阶段,父母都是非常关心子女的。孩子很多想法或困惑,在任何阶段都需要和父母来讨论。尽管父母生长的年代、接受的教育、人生经历和孩子不一样,可能看问题的视角不一致。但是,孩子要坚信需要爸爸妈妈的支持,这是沟通的重要基础。

手机是引发青春期矛盾的一大重要原因。孩子要和父母沟通,说出充足的理由,甚至可以列出一个单子,把手机的重要性列出来。如果爸爸妈妈认同这些重要性,在这一点上就能达成一致。在使用手机这件事情上,需要制定规则,双方要去协商,达成共识。

情绪管理是青春期一个重要的话题。青春期孩子情绪不好的时候需要以合适的方式释放。对此,父母要给予理解,避免冲突。而作为孩子,在想发脾气的时候,也要想到这个时候、这种方式发脾气,爸爸妈妈会不会伤心?家长和孩子都需要不断学习,时常用言语表达自己对对方的爱,才有助于建立和谐的亲子关系。

据《中国妇女报》

■ 教师手记

批评学生不妨换一种方式

◎张余波

在课堂上,如果发现学生没有认真听讲、开小差,教师应该当面立即制止,当着全班学生的面批评,还是用另外一种恰当的方式对学生起到警醒教育的作用呢?

苏霍姆林斯基说:“请记住,教育——首先是关怀备至地、深思熟虑地、小心翼翼地去触及年轻的心灵”。这就是说,教育是以保护学生的心灵,确保学生健康成长为出发点的,批评学生不是最终目的,是为了让学生纠正错误,健康成长。

学生在课堂上没有认真听讲,公然无视课堂的纪律,东交头接耳,随意说话,这是不对的,但学生处于人生观和价值观尚未正式形成的时期,偶尔犯错误也是在所难免。教师在面对这些课堂上出现的突发情况的时候,如果当面指责学生的错误,一方面会伤害到学生的幼小的心灵,另一方面可能达不到预期的教育效果。

笔者认为,教师在课堂上看到学生没有认真听讲的时候,先不要急于批评学生,可以一边讲课一边走到该学生的座位旁,故意提高嗓门讲课,让这个学生知道老师已经发现自己在说话了;老师或者干脆直接将讲课的内容停顿一下,全班学生自然就会环顾四周,看看是谁在课堂上违反纪律了,说话的学生一旦知道自己违反纪律,就会马上停止;再不然,教师一边讲课一边走到该学生的座位旁,轻轻敲桌子,学生也会很快意识到自己犯错误了;还有一种方法,教师可以直接叫这个学生起来回答问题,如果学生回答正确的话,就表扬该学生,如果一旦错误了,就帮忙纠正,当做课堂上什么事情也没有发生一样,也就巧妙地解决了课堂上出现的突发情况。



■ 教育观察

适合的作业才是最好的

最近杭州一所学校推出了“私人订制”作业,为不同的学生设计不同的作业,受到舆论热议。有人肯定这种布置作业的方式,有助于减负增效,但也有些家长对此不太认同。

很多家长喜欢“统一”,自己的孩子和其他孩子的课程是一样的,作业是一样的,评价标准也是一样的,这样才能安心。学校的一些探索常常不被学生和家家长接纳,被安排基础性作业的同学担心作业难度不如别人,学习成绩会不会更差;被安排综合性作业的同学担心没有完成基本练习会不会基础不扎实……

然而,学生的学习是一个非常复杂的过程,例如同样的运算能力不好,其原因有很多,有的是基本运算不熟练,有的可能是书写习惯、注意力分配不好,还有的是算法混淆,运算性质、运算定律混乱……这么复杂的问题,教师需要一一分析,逐一解决。因此有很多教

师尝试进行“分层作业”“个性化作业”“特殊作业”等形式的差异化教学尝试,为不同的学生设计不同的作业,例如数学计算能力弱的同学进行口算练习和适当笔算;计算能力较强但是解决问题缺少灵活性的学生可以挑战一些开放性、实践性问题。

随着脑科学研究的发展,人们对于学习这一复杂活动的认识也越来越深入。我们越来越清晰地认识到,学习是学习者自主建构的过程,学习效果不取决于教师“讲”了多少,而是取决于学习者“参与、经历、体验”了多少。家长应该认识到,学习过程是个性的,而班级授课制中统一的时间、统一的内容、统一的教学模式实际上很难应对学生的差异,在这种背景下,教师对于作业的差异化设计就显得尤为珍贵。

需要注意的是,差异化的作业设计不应该成为教师管理、奖惩学生的手段,而应该成为一种有效的教育策略。

二者的差别在于:第一,前者把学生按照成绩分成三六九等,后者可能根据知识点或者某些解决问题策略等方面的差异分成几组;第二,前者更多的是对学习处于优势的学生的激励和对处于劣势的学生的鞭策,后者体现的是对所有学生学习给予同样的关爱;第三,前者基于学生和生之间的比较,后者强调每个学生和自身相比,每天的变化和进步。

作为教师,我也想告诉学生,我们每一个人都是独特的,这也意味着每一个人的学习历程是独一无二的,我们也许不能遇到能够给予自己足够支持的学校和老师,但作为一个学习者,每个人都可以成为自己的支持者。这就是,专注于你面前的每一道习题,专注于随时可能发生的学习,积极参与、悉心探索、真诚对话,同样可以让学习真正发生,让自己每天有新的收获和进步。

据《中国教育报》

■ 父母必读

好父亲 存活在智慧母亲的嘴边

近年来,人们越来越重视父亲对孩子成长的重要作用,“爸爸去哪儿了”“丧偶式育儿”“诈尸式育儿”等各种充满想象力和冲击力的词语,把孩子的成长问题归结为父亲缺席、父爱缺失,显然有矫枉过正之嫌。

这一现象的原因,一是儿童发展越来越受到关注,教育的科学性在与日俱增;二是家庭中夫妻角色在悄然发生变化,原本“男主外、女主内”的家庭传统角色分配正在消解。在角色不满与育儿不力的双重压力下,母亲们的抱怨与担忧可以理解,也应该得到支持。

但是,家庭中的教育角色不宜用简单对错去线性评判。尽管父母的言行对孩子的成长各有影响,但是对孩子的成长而言,父母高质量的合作所创造的家庭氛围,影响力远大于某个角色的对错。况且,作为协调合作的角色组合,父母若能智慧协作,还能弥补某一个角色的不足与偏差。

我小时候是由妈妈和奶奶带大的,爸爸好像没有承担太多的教育责任。因为爸爸是家里的经济支柱,是主要劳动力,

要赚钱养家,家务和抚养孩子的责任就都落在妈妈与奶奶的身上。但爸爸对我的成长过程却是有影响的,因为我有一个智慧的母亲。

当然,父亲能有意识地陪伴孩子更好,但如果实在没有时间、意识不到陪伴的重要性,暂时做不到,简单倡导或者一味批判,既欠妥又无益。如何弥补不足,避免对孩子的消极影响,才是讨论的重点。

好父亲的形象存活在陪伴孩子成长的时光中,也存活在智慧母亲的嘴边。前者不是所有的父亲都能做到,后者却是所有妈妈都能做到的。这不是迁就或饶恕父亲的不负责任,也不是用阿Q精神麻痹母亲,而是围绕孩子成长这一根本目标的智慧选择。

同一件事,说的人不同的解读,听的人会产生不同的反应,收到的教育效果大相径庭。记得有时候爸爸喝醉了酒回来,妈妈很少抱怨,更不会吵架,而是吩咐我和姐姐:“快!拿毛巾倒水,你爸爸不容易,为了这个家喝成这个样子。”你说我妈妈得有多智慧啊!

我现在都记得妈妈嘴里爸爸的美好形

象,如爸爸早出晚归很少见到我们,妈妈常对我说:“爸爸昨晚回来亲了你一下,还帮你盖了被子。”这个从妈妈嘴里描绘的情景,一直到现在都温暖着我。

上大学了,妈妈给我打电话,第一句话往往是“你爸想你了,但是就是不主动打电话。”父亲爱孩子的美好形象,从妈妈嘴里不断地传递给我,让我永远确信父亲是爱我的。这就是妈妈的智慧。

后来我学了心理学,才发现智慧的妈妈没有延续常规去“定义”父亲,而是采用“再定义”的方法,对父亲的行为进行了积极的解释。这就是家庭生活的艺术,妈妈没有“实话实说”,更不追求情绪宣泄的快感,而是用她的话给儿女塑造了一个好父亲的形象。

如果实话实说就是教育,还要父母、教师做什么,侦探岂不是最好的教育者?有一种教育的智慧,不是解释你执着的真相,而是聚焦推动孩子健康成长的最终目的,创造你心中的理想。因此,好父亲存活在智慧母亲的嘴边,好母亲也存活在智慧父亲的嘴边。

据中国教育新闻网

■ 议论风生

让爱国主义精神扎根青少年心坎

◎杨慕辉

最近,习近平总书记在中共中央政治局会议上,发出了“加强新时代爱国主义教育”号召,作为关工委必须把它作为重要工作抓紧落实。通过宣传教育,让爱国主义精神扎根青少年心坎,内增情感,外化行动。

爱国主义精神植根于中华优秀传统文化美德之中,是中华民族的精神核心,是每一位有责任感的中国人和各国华裔都必须具备的基本素质,也是广大青少年必须践悟的道德要素。

有信仰就有中国力量。在中华民族几千年绵延发展的历史长河中,爱国主义精神始终是高亢的主旋律。有了爱国主义精神,就能撑起民族的脊梁,就能凝聚全民族的磅礴力量,就能激发战胜一切艰难险阻的无穷力量,就能实现中华民族的伟大复兴,一句话,中华民族走进强起来的道路上,充分展现流淌在中华民族血脉里的爱国主义精神,是不可战胜的。在历史上,抵御外侮,民族救亡,复兴奔波,统一疆土,以身许国等等;在现代,红船精神,长征精神,大庆精神、“两弹一星”精神,改革精神,治沙精神、载人航天精神等等,都是洋溢爱国主义精神的光彩,它同时也书写红色基因的谱列,为我们提供共同的精神支柱和强大的精神动力。

深刻领会和践行新时代爱国主义精神内涵,是加强青少年思想道德品质的重大课题,也是一件持之以恒的重要举措。首先,要把爱党爱国爱中国特色社会主义融合一起,增强“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”。其二,把握时代主题,实现中华民族伟大复兴的中国梦,是新时代爱国主义的鲜明主题,要明确中国梦的本质就是国家富强、民族振兴,人民幸福。其三,只有把爱国主义精神同传承红色基因结合起来,才能有榜样力量,坚定信念,增强情感,才能把最宝贵的民族精神充分彰显出来。其四,紧密结合社会主义核心价值观教育,把它们融为一体,形成以爱国主义为核心的共同价值观,充分体现核心价值观最根本的内涵。其五,要充分利用我国70年所取得的伟大成就、重大的历史事件,重大节庆以及各种红色的爱国主义教育基地,开展丰富多彩的爱国精神教育,以此增进家国情怀。

加强青少年新时代爱国主义精神教育,增强青少年的爱国主义精神的情怀和意识教育,形式要新颖、鲜活。要紧密结合时代的特色,青少年的实际,坚持做到寓教于乐,以情感人,以文化人,以理服人。要不断丰富教育内容,创新教育载体,增强教育效果,让爱国主义精神深深扎根青少年心坎,听党的话,跟党走。与祖国同呼吸,共成长。胸中怀祖国,怀揣报国之心,气凝为国争光,以实际行动弹奏一曲动人爱国情怀的乐章。

(作者单位:市关工委)

学前教育 和幼师的差别

学前教育是具有学前教育教学能力的大专、大本的本科专业,而幼师则是幼儿师范学校的简称,主要是具有幼儿园教育教学能力的中专学校,目前,幼师学校越来越专业了,要与各大学的学前教育专业合并,因为幼儿园要求的教师的专业素质越来越高,所以,幼师毕业的学生就业前景会远远不如具有较高学历的学前教育专业学生。

1. 学前教育是一门综合性非常强的学科

学前教育有广义和狭义之分。广义的学前教育是指从出生到6周岁或7周岁的儿童实施的保育和教育。狭义的学前教育是指对3-6周岁或7周岁的儿童实施的保育和教育。学前教育是就业率排名最高的专业之一,几乎是供不应求,很多幼儿园都需要提前下“定单”。因为社会不是缺少幼儿教师,而是缺少高文化素质的幼儿教师。这样的教师,不仅要拥有一定的艺术实践能力,还要拥有广博的文化素养和识物察人的智慧,以及敏锐的科研意识以及良好的科研能力。幼儿时期是形成性格人格发展的重要时期,因此学前教育在幼儿成长过程中扮演着重要的角色。

2. 学前教育包含幼师

学前教育是基础教育的基础,是人生教育的起步,给儿童今后的发展提供了“基调”。学前教育的主要任务及意义可概括为以下几个方面:保障学前儿童生存、学习和发展的基本权利;促进学前儿童和谐全面发展;为入小学学习做准备;延长教育年限,促进社会进步;整合社会资源,提高素质教育水平。幼师行业紧缺人才,可能很多人想立志成为一名幼师,付出自己的努力。但却发现幼师这个专业比较难找,很多学校都没有开设,其实幼师也称为学前教育;学前教育不但包含了幼师,所学范围要比幼师要广一些。所以,这个专业的学生不一定要去作幼师;还可以去一些亲子机构,早教中心发展,另外还可以自主创业。 辛桦