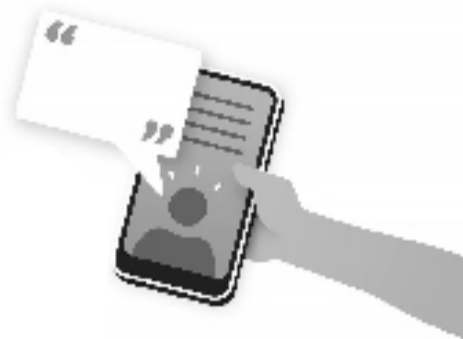


成长

暑假还剩半个多月,该如何合理规划

爸妈想带娃去玩被拒绝 孩子想发朋友圈被制止



家长们的小烦恼

1.儿子马上要读一年级,这个月暑假兴趣班结束了,他只能独自宅家,这样“放羊”是不是不太好?

答:提供几种“双职工暑假养娃”方式:①夏令营“训养”。在体验中培养孩子独立自主意识,增强人际沟通、团队协作能力;②祖辈家“寄养”。把孩子送去爷爷奶奶、外公外婆家,可以陪伴老人,培养责任意识;③带在身边“陪养”。如果工作允许的话,父母可以带孩子上班,父母认真工作的状态,能对孩子起到正向引导作用;④轮流带娃“拼养”。与邻居、附近的亲朋好友组成“拼养小组”,抽空轮流照顾小组中的孩子,这不仅节省了大人的看护成本,孩子也多了同伴。

当然,安全的前提下也可以尝试“宅家”,孩子自主安排假期。父母实在不放心,装上监控,实现“远程看娃”。但无论哪种假期养娃方式,希望父母都能与孩子讨论,给孩子充分的选择权,制定双方都认可的方案。

2.我小时候过暑假,爸妈回家先摸电视机烫不烫,就怕我偷看。没想到如今我也像他们一样,检查时发现电脑有明显使用过的痕迹,要当面点破吗?

答:如果你发现孩子偷偷玩电脑,建议不要当面点破。孩子的自控力不强,偷玩电脑的事在所难免。当面指出错误,容易伤害他的自尊心,起不到教育的效果,还可能产生逆反心理,不利于亲子相处。

家长可以先假装不知道,再找恰当时机和孩子沟通,告诉他玩电脑的好处和坏处,引导孩子做事要光明磊落,如果有诉求,要敢于提出来,积极去争取,才是正途。

3.上周末,我提出带女儿来一次短途旅行,居然被拒绝了,她说没意思,还是呆在家里好,但我觉得孩子这么宅不太好。

答:先分析孩子“宅”的原因,是否被网络和游戏吸引了注意力,从而丧失对其他事物的兴趣?是否在人际交往中比较被动,逐渐养成“宅”的习惯,不愿走出“舒适区”?

作为家长,首先要“以身作则”,不做“低头族”,减少对电子产品的依赖,陪孩子多出去走走,哪怕只是在小区公园遛弯儿,逛逛菜场超市等。多聊聊孩子感兴趣的话题,了解他真正的内心需求。鼓励孩子主动结交朋友,一同学习玩耍锻炼,让孩子体验结交伙伴的乐趣。同时,让孩子参与到亲子游行程的规划中来:尊重孩子意见,共同设计旅行计划,还可以邀请孩子的好朋友一家结伴外出,和小伙伴体验大自然。

4.家里有很多吃的,可孩子仍隔三岔五叫外卖,不是蛋糕就是奶茶,我觉得不健康,想制止,他却觉得我小题大做。

答:我们可以换位思考,分析孩子喜欢“垃圾食品”的原因。比如,东西味道吸引人,成年人都不易拒绝,何况孩子?比如,可能是出于“潮流”,是他们获取与伙伴们共同语言的渠道之一。

家长从“健康”角度希望孩子少吃“垃圾食品”可以理解,但引导方法要让孩子易于接受。可以在告之长期吃“垃圾食品”有哪些严重后果的同时,偶尔主动购买少许“网红”食品请孩子品尝;或与孩子约定吃“垃圾食品”的频次。这样既满足了孩子,又对健康无伤大雅,还增进了亲子关系。

孩子们的小情绪

1.假期里不能和同学见面,我们就经常发朋友圈分享自己的假期生活。可爸妈不让我发,说前不久新闻报道,有学生因为这个被学校处分。我很困惑,为啥不能发朋友圈?

答:好开心能看到如此想念同学、热爱生活、乐于分享的你。至于那件因为暑期发朋友圈而被通报处分的事儿,不用担心,只是个案。

客观上讲,朋友圈能增强朋友间的互动,但也存在着一定的弊端,比如文案大多比较“精练”,可能文不达意,甚至被人曲解,而且良莠不齐。情感分享的方式有很多种,除了朋友圈,还可以用美篇或者制作手账等,都能用图文分享生活。另外,朋友圈尽管有趣,但如果沉迷其中,或是不能正确处理其中的信息的话,爸妈的担心就不是多余的啦。希望你分享的不只是彼时的心境,更是你成长的见证。

2.我假期独自在家,妈妈经常打电话“查岗”。我觉得不被信任,但妈妈说我电话里语气不好。

答:你不妨换位思考:作为妈妈,未成年的孩子独自在家,是不是一定非常担心,孩子安全吗?能按时吃饭吗?能完成自学任务吗?

不想妈妈“查岗”,关键是让她放心。先给她讲讲你的暑假计划,让她相信你是个能安排好自己时间的孩子。同时,你也可以“主动出击”,给妈妈打电话汇报宅家情况,早上做了啥,中午吃了什么等等。妈妈晚上到家后,再展示自己一天的学习成果,让她知道你自己一个人在家妥妥的。

3.我想找同学玩,爸妈听说同学只有一个人在家,不让我去,说是万一闯祸说不清楚。他们是不是想太多了?

答:爸妈的顾虑不无道理。你和同学都是未成年人,父母不在家,两个未成年人一起玩,确实存在一定的“隐患”。比如用火用电造成的安全隐患,长时间玩电子产品引起的健康隐患等等。所以,建议你选择爸妈一方在家时和同学相聚,一起听听音乐、看书、玩玩益智类游戏,也可以请爸妈陪同去正规运动场所打球、跑步,收获健康和快乐。

4.有些暑假作业需要用电脑,但爸妈不让我白天用,非得等到他们在家时,才允许我上网,我该怎么办?

答:爸妈为什么不让你白天使用电脑?建议你围绕这个问题和他们做一次深入交流,是因为担心你查完资料玩游戏,还是电脑里有爸妈的重要工作资料,怕你弄坏?找到原因才能得到解决的办法。

如果你足够自律,爸妈一定看得到,现在有不少工具能够帮助家长随时监督孩子上网情况,你也可以建议爸妈使用。但如果你确实抵挡不住游戏的诱惑,那么等爸妈回来了再上网查资料,将是一个强化自律的好办法。久而久之,学习习惯养成了,信任感建立起来了,你的困惑也就迎刃而解了。

特别感谢

杭州市拱墅区曹纺平名师智慧空间站

杭州市青蓝菁华实验小学	崔琳妮
杭州市朝晖实验小学	余昌文
杭州市胜蓝中学	王君
杭州市东园小学	沈熠
杭州市青春中学	龚睿佳
杭州市风帆中学	方钧
杭州市景成实验学校	吴敏丹
杭州市明珠实验学校	付辉



本报记者

沈蒙和

整理