

报喜不报忧,但有些事不得不说

初中生的亲子聊天,如何选择话题是个技术活

孩子的困惑

爸妈的纠结

1.每天爸妈和我交流只有学习这个话题,明明以前我们很亲密的,但现在我越来越不想和他们说话了。

答:有时候爸妈在亲子沟通中的方式方法真的有待改进,老师特别能够理解你的心情。

作为爸妈,他们一定特别关心你每个阶段的状况。现阶段你的主要任务就是学习,因此,他们在跟你聊天时,更多的话题会围绕学习。他们想更好地了解你在学习上取得的成绩或者碰到的困难。你现阶段的学习经历都是他们曾经经历过的,他们希望自己的参与,可以提供更好的建议,也能帮助你看得更远。沟通是双方的事,你也可以以此为契机,去找一些话题,例如关心爸妈的工作和生活,也可以跟他们分享学校发生的趣事,聊一聊你的梦想等等。话题多了,你就愿意跟他们说话了,依然可以找到小时候的亲密感觉。

2.我已经是初一的学生了,但妈妈还总是把我当小宝宝看,经常要抱一抱,我觉得这样很幼稚,但拒绝又怕伤了她的心。

答:解决问题的症结在于让妈妈相信你已长大。

你已经上初一了,但妈妈还是把你当成小宝宝,是否因为你在和妈妈相处时,还存在着许多不成熟的地方,以至于妈妈总觉得你需要照顾。你可以承担起责任,在自己和妈妈之间建立一种类似于成年人的平等关系。比如你独立且有效地管理好自己的学习,适当完成洗衣服、搞卫生等家务活,还可以在妈妈感到辛苦时,主动拥抱她……相信妈妈不仅不会觉得你是小宝宝,还会觉得儿子是一个会照顾妈妈的小暖男了,你也完全不用担心会伤到妈妈的心了。

3.每次爸妈聊天,我都很想参与,但他们总说,这些是大人的事,和我无关。但是我很想提供自己的想法和建议啊。

答:首先,为你想要表达自己的心声、想法,积极参与家庭事宜为父母分忧点赞。但另一方面,成长也来自懂得站在他人的角度思考问题。爸妈为何不让你参与?他们或许希望你有一个安静专注的学习环境,不需要过早地承担家庭的责任。因此,你可以尝试“纸条传情”,用书信、留言的形式来表明你的想法和诉求,让爸妈正视你的话语权。同时,你们可以协商组建“家庭茶话会”,每周固定一个时间,大家一起聊聊最近的学习、工作,在沟通、关怀中获得慰藉,更好地迎接生活的各项挑战。

4.初三最后一个学期,学习压力有点大,爸妈工作很忙很累,我不想让自己的负面情绪影响他们,所以总是报喜不报忧,但有些事情憋着又难受。

答:你是一个能够换位思考、懂得为他人着想的好孩子。学习是苦乐交织的,初三阶段的学习有压力是很正常的事。面对压力,我们可以和值得信任的人进行及时有效的沟通,也可以通过转移注意力或者是合理宣泄法来缓解。

对爸妈“报喜不报忧”的做法是值得商榷的。一方面,一直憋着烦恼、压力,会对自己的身心产生不利的影

特别感谢

杭州市采荷实验学校

王国来 王灵仙 茅雪峰 钱顾枫

励仕杰 俞炜权 颜佳雪子 骆雪娟

1.孩子进入青春期后突然变成一个刺猬,一会儿吐槽老师,一会儿吐槽作业,我忍不住给他讲道理,却

被他回怼:以后不跟你说了。

答:青春期是连接童年期和成人期的黄金修补期,爸妈要在孩子的青春期给予充分的关爱和引导,可以弥补孩子在性格养成和价值观树立过程中的一些不足和偏差。

这时候的他们的确很像刺猬,不合时宜地讲道理只会被无情地顶回来,打骂又会增加孩子的对抗情绪和叛逆心理,很容易造成敌对状态。其实,很多家长的说教是想让孩子按照自己的想法来改变,这就是一种控制的表现,这样会让孩子越来越讨厌爸妈,越来越不想沟通。

在青春期孩子眼中,只有和他们始终站在一起的爸妈,才值得被信任,只有被信任了才可以进行有效的沟通。这种沟通方式叫做“自己人效应”。我们不妨把孩子放在和自己平等的位置,设身处地地共情和理解他的吐槽,来获得孩子的信任和认同,成为孩子的“自己人”,再慢慢走进孩子的内心。等到孩子愿意跟我们进行平和沟通的时候,我们再去说一注意事项,这样的话,孩子可能更加懂得爸妈的良苦用心。

2.专家说青春期的孩子要捋顺毛、多鼓励,但一直说好话真的有用吗?孩子不会觉得很假吗?

答:对孩子来说,爸妈的言语影响很大,因此我们应该尽量给孩子正面的评价,让孩子感受到被关心和被爱,这样孩子才能更好地成长。我们要认识到孩子的独立性,站在孩子的

角度理解他,以平等的姿态尊重他,以理谈事说服他,既指出问题又给足面子,既找到不足又善于肯定。

很多家长常常会在不经意间对孩子“落井下石”,我们往往忽略,孩子在遇到困难时最需要鼓励。当然鼓励不是纵容或不去纠正那些不好的行为,而是先从欣赏的角度看问题,然后再循循善诱,引导孩子向一个健康的方向成长。如果一味地批评教育,容易导致孩子的逆反加重,特别是青春期的孩子,那就会得不偿失了。

3.孩子经常会说一些脏话,我知道他有时候只是想表达一下情绪,觉得脏话很有“力度”。该怎么跟他沟通?

答:面对经常说脏话的孩子,家长首先审视自我,以身作则。孩子在成长阶段喜欢模仿身边的人和事,爸妈的一言一行更会影响孩子。家长要自我反思,平常有没有脱口而出一些不文明的用语,努力为孩子营造温馨文明的家庭环境。当孩子讲脏话时,不要暴躁如雷,粗口反击,而应冷静地看着他,严肃告知这是不文明行为,下不为例。

其次晓之以理,动之以情。孩子希望通过讲“脏话”来体现“力度”,这种认知错误应该及时给予纠正。一方面可以让孩子注视家长连续讲三分钟脏话,一般孩子这个时候反而不好意思开口,在此过程中会感受到说“脏话”是没有素质的体现;另一方面可以列举不同的场景和心情,教会孩子如何用温柔且坚定的语言,表达自己的情感和诉求,体悟真正的“文字的力量”。

4.孩子喜欢看新闻,特别是社会新闻,当他看到一些负面新闻时,我们要怎么引导比较好?

答:首先,爸妈要肯定孩子爱看新闻的习惯。家事国事天下事,事事关心,新闻是孩子了解真实世界的一个窗口,世界本就有阳光与阴影两面;其次,如若孩子看了负面新闻后产生过度紧张恐惧的感受,爸妈要及时给予充分的安全感和积极的引导;再次,我们可以陪伴孩子一起观看新闻,参与对负面新闻的讨论,听听孩子对新闻事件的想法,引导孩子辩证看待问题,培养思辨性。最后,我们可以和孩子设想,如果我们处于当时当地,怎样的解决方式会更好,以此培养孩子解决问题的能力。



本报记者

金丹丹

通讯员

项金忠

整理