

小贴士

孩子受欺负,家长别责骂

如果孩子在学校受到欺负和排挤,作为家长会怎么做?实际上,这样的情况并不少见。经济合作与发展组织(OECD)针对全球青少年的调查中指出,青少年主要压力来源就是霸凌,约有11%青少年在学校被嘲笑,7%常感到自己被忽视,8%认为自己常受到中伤,更有4%的人在学校曾遭受暴力。

对于青少年而言,欺凌事件大致有三类,一是肢体性欺凌,如踹、推、打人甚至虐待等肢体暴力行为;第二类是语言性欺凌,如嘲笑、取难听的绰号、骂人、恐吓威胁等;第三类则是关系性欺凌,如被排挤、孤立,被传谣言等。很多孩子在经历这样的情况后不愿、不敢和家长提及。孩子第一次求助时父母的反应与处理方式,决定了日后遇到问题,他愿不愿意再告诉你。要想正确处理,家长应记住以下几点。

1. 家长先冷静。当孩子在讲述被欺负的情形时,家长应尽量保持冷静,这样才能认真倾听、理清思路。同时冷静的态度也能让孩子感知事情是可控的,向孩子展示面对问题应有态度。

2. 接纳孩子的情绪。孩子被欺负,容易出现负面情绪,不要一味地安慰,也别急着下定论甚至指责孩子,这会让孩子误以为被欺负是他自身的问题,从而陷入更深的痛苦中。家长应接纳孩子的情绪,对他所经历痛苦表现出理解,让其感受到无论发生什么,父母都是可以信任和依赖的。

3. 了解事情原委。安抚好孩子的情绪后,要鼓励孩子将事情经过讲出来,如果欺凌行为涉及暴力、触及法律底线,首先要考虑拿起法律武器保护孩子。若孩子不想说,不要逼迫他,可以给他一点时间并告诉他:“或许你现在很难过不想说,但你要知道,爸爸妈妈随时都在。”

4. 询问孩子意见。如果问题没有触及法律底线或尚未造成严重后果,家长采取措施前可先询问孩子意见,比如“你希望爸爸妈妈怎么做?”或者“爸爸妈妈想找老师谈一谈,可以吗”这样孩子会觉得家长在意自己的想法。

5. 教会孩子保护自己。除了解决问题,还要让孩子学会用恰当的方式表达个人意愿,以及生活中如何正确处理与他人的关系,进行安全教育,学会自我保护。
(《生命时报》郑蓉)

学习吃力,没准是斜视

家住北京昌平区的小萌今年7岁,自打上小学后,成绩一直不好,小萌的父母发现每次孩子写作业、看书时都歪着头,一开始还以为这是坐姿不正导致颈椎有问题影响了成绩,可去医院检查后才发现,原来孩子患有斜视。

儿童斜视是眼科常见问题,指双眼视轴不平行。依据斜视种类的不同,患者早期症状也各不相同。发病率较高的间歇性外斜视早期往往表现为在户外或阳光下喜欢闭上一只眼,之后会在疲劳、愣神或发烧时眼位向外飘移。内斜视表现为“斗鸡眼”,比外斜视更易早发现。还有部分孩子表现为歪头视物,可能影响头颈部发育。另有些患儿表现为视疲劳,阅读时看字模糊不清或重影,或是易串行、丢字落字,导致学习成绩不佳,他们的双眼视觉功能下降,反而用单眼看东西更加清晰、轻松。当孩子有以上症状时,家长应引起注意。

大多数斜视需要手术来矫正,一些小度数斜视可以通过佩戴三棱镜或者进行双眼视功能训练来治疗。治疗的时机,根据斜视的类型而定。对于先天性内斜视,一岁半至两岁内需要手术,越早手术,双眼视功能恢复得越好;间歇性外斜视,可以适当推后手术时间。另外,由于斜视会影响美观,长期斜视的患儿还会出现自卑、孤僻的性格改变,因此也要考虑患儿心理发育情况。

为预防后天性斜视,孩子应避免长时间看书、看电视,用眼时端正坐姿。婴幼儿发热的,出疹时家长应观察其眼部有无异常。有家族病史儿童,即便没有斜视表现,也要在2岁时去眼科检查,看有无较大度数的远视或散光。每个孩子都应建立眼健康档案,每半年进行一次屈光状态及眼检查。(《生命时报》王韧琰)



耐心听孩子说话

胡春华

随着孩子渐渐长大,父母越来越关心孩子内心的想法,却往往找不到有效的沟通方式。作为父母,面对这种情况,首先要做的就是耐心且用心去倾听孩子说的话,这样才能逐步走进孩子的内心。

女儿上小学的时候,我每天早晨都会给她带上一个煮熟的鸡蛋,让她在午后休息的时间吃。

可是有那么一天晚上,我在收拾卫生的时候,无意中发现在她的书包里竟然装着好几个鸡蛋,我的心里顿时升腾起一股无名之火,立马质问她:“每天带的鸡蛋都吃了吗?”

没想到她居然面不改色地对我说:“都吃了。”

于是我心里更加生气了,最不能容忍的就是孩子说谎,我也一直在教育她做人要诚实,却没有去思考孩子为什么要对大人说谎?

我当时感觉一股热血冲上了大脑,大声对孩子呵斥道:“为什么说谎?你的书包里明明有好几个鸡蛋!”

“妈妈……”孩子听后眼圈红了,情绪有点愤愤不平,几次想要解释,却都被我给堵了回去。

那天晚上我真的很失望,没想到一手带大的孩子学会了说谎,我直到孩子洗漱完毕关灯睡觉了,也没有去理会孩子。

不知过了多久,我听到孩子的房间传来了均匀的呼吸声,知道孩子睡着了,便不放心地过去看看孩子盖好被子没有。

这时候,我看到在孩子的学习桌上居然放着一张图画,那是用一张A4白纸画的彩色手绘,上面画着一只羽毛直立的大公鸡,微张着又弯又长的嘴巴俯视图地面,两

只滚圆的小眼珠目光锋利,在大公鸡尖尖的喙下,有个瘦弱的小女孩惶恐地跌坐在地上,那只大公鸡的毛色通红仿佛着了火一般。

我一看就明白了,那只大公鸡就是在气头上的我,那个无助的小女孩自然就是女儿了。

画面的右上方画着一栋小房子,灰蒙蒙的瓦窗紧闭,在屋顶上趴着一只可怜兮兮的小猫,正在眼巴巴地向下望着。

就在房子的下面,有一个小女孩踮着脚尖,手里拿着鸡蛋向上伸扬着手,画旁写着一句话:妈妈,对不起。

我看完不觉泪如泉涌,立马明白过来,原来孩子积攒鸡蛋,只是为了去喂那只流浪的小猫。

我接着也手绘了一幅画,画着一位母亲跟一个小女孩手拉着手,站在一栋灰色的房檐下。

画中的妈妈,手里捏着鱼干用力扔向屋顶的小猫,就连太阳公公也在笑眯眯地看着我们,画旁也有一句话:孩子,对不起,妈妈错怪你了。

孩子第二天起床后就看到了那幅画,我蹲在门口微笑着看女儿,当女儿认真地看完那幅画后,兴奋地一头扑进我的怀里。

原来在女儿的学校里有一只流浪的小猫,所以女儿便常常和同学一起喂它吃东西,前几天小猫一直没有出现,所以女儿的书包里就积攒了好几个鸡蛋。

“孩子,你昨晚为什么没有说出原因呢?”

“妈妈,我好几次都想说话,可是你没有听完我的话……”

是啊,为什么没有耐心听完孩子的

话呢?

要知道,良好的沟通,首先就是要用心去倾听对方,用心去感受对方的话语和情绪,只有这样才能走进对方的内心。

只有让孩子感到自己被家长理解、内心得到了重视,才会心无旁骛地与家长交流。



我给儿子当「学生」

明伟方

儿子上六年级时,其它成绩都非常突出,就是英语一般。用他的话是:“好像天生就对英语不太感兴趣,看见它就有点头疼呢。”偏偏我的英语底子也差,在儿子的英语学习方面帮不上任何忙,只能干着急。如何提高儿子学英语的兴趣,一直是我的一块心病。

一次,我们到一家商店买礼品探望病人,商店老板热情地给我们推荐一种进口奶粉。这种奶粉包装十分精美,包装袋上全是英文。正当我准备付款时,儿子突然对我说:“老爸,不要买这种奶粉,它是假冒品。”我大吃一惊。

商店老板很不高兴地说:“小孩子懂什么呀,怎么能随便瞎说呢!我这可是正宗原装进口奶粉哟!”

儿子指着包装袋上的英文说:“我刚才仔细看了看,短短几句产品介绍里面,我就发现了三个拼写错误的英语单词呢,还是最基本的那种。虽然有好词我不认识,可我认识的里都有这么多错,原装进口奶粉会出现这种低级错误吗?”

商店老板的脸红一阵白一阵,尴尬极了。围观的顾客纷纷向儿子竖起大拇指。

回到家,我对儿子说:“今天幸亏你在我旁边,不然,我可要吃大亏了。只可惜我二十多年前学的那点英语早已忘得差不多了。”停顿一会儿,我忽然问儿子:“如果爸爸也想再重新开始学英语,你愿意当我的小老师吗?”

儿子直摇头:“爸爸真会开玩笑,我自己都最怕英语了,哪还能做爸爸的老师?”

“怎么不能呢,今天你的表现不是得到那么多人的称赞吗?爸爸相信,只要你再加一把劲,你一定能做一个合格的小老师哟!”我进一步鼓励道。

“真的?那就让我试试吧!”儿子显然被我的鼓励打动了。我心里暗暗高兴。

果然,戴上了小老师的帽子后,儿子学英语的劲头大增,一有空闲就读英语课文或听英语录音,唯恐成绩不好有损“老师”的形象。我也转变父亲的角色,积极主动地给儿子制造更多当“老师”的机会。当儿子读英语课文时,我也尽量跟着一起读,从而调动他的阅读兴趣。有时我还故意读错一两句,或装着某一句不会读,把儿子当作老师来请教,儿子顿时会产生一种成就感。在这种心理刺激下,儿子在教我的同时,不知不觉中,他自己也把知识掌握得更牢固了。

几个月后,儿子的英语成绩有了明显提高,我这个做“学生”的也能够说一些基本的英语对话了!

带儿子去菜市场

周晓凡

“妈妈,我和你一起去菜市场吧?”8岁的儿子在我出门时突然说道。

“好呀!”我当然是求之不得,毕竟我说过好多次带他去买菜,他都以各种借口拒绝了,今天难得主动要去,我自然是满口答应。

我带着他一路说笑着到了菜市场。扫过健康码进了大门,拐个弯儿就看见一排溜儿整齐的蔬菜摊子,儿子蹦跳着就过去了。

“妈妈,你看这个西红柿多红啊,咱买一些吧?”儿子说着,上手就去拿。可还没等他够着,几个西红柿就顺着摊子掉到了地上。“哎呀,小孩儿别乱碰啊!”卖菜的中年男人连声叫道。

我赶紧上前去捡,但还是有俩个摔破了。儿子红着脸站在旁边,不知如何是好。我在他身边蹲下来:“如果别人把你的东西弄坏了,你会希望他怎么做?”儿子想了想说:“我觉得应该先道歉,再……赔给人

家。”我点点头,示意他自己去跟摊主交涉。

儿子往旁边挪了两步,小声说:“叔叔,对不起,我不是故意的。那两个摔破的西红柿……我买了,您可以给我个袋子吗,我再装几个……”“你个小孩儿,有钱买吗?”摊主故意板着脸问他。“我有压岁钱,可以让我妈妈先替我付了,您放心,我说话算话!”儿子的声音虽然不高,但我看得出他鼓起了很大的勇气。

摊主笑着递了一个方便袋给他:“小孩儿,不许赖账哦,回家要记得还你妈妈钱啊。”儿子赶紧点点头。

买完西红柿,我看见儿子脸上没有了来时的笑容,就对他说道:“今天你来当家吧,做一次小主人,看看我们还需要什么菜,付钱也是你来,我们有100元,你来搭配吧。”

他一听,眼睛顿时亮了。“好呀,老师教过我们怎么跟人沟通,我们还刚学了认识钱,我一定能做好。”他拉着我一边走一边看,嘴里不住地叨叨着需要什么,还让我拿

出手机,把他想到的菜都一一记下来,列个清单,省得忘了。

几家摊位走下来,儿子竟然学会了货比三家。这家的青菜不够新鲜,那家的肉贵了一些,那家的摊主服务不到位……从绿色蔬菜到肉,从海鲜到水果,虽然买的数量不多,但品种早超出了我的想象。

买完之后,还剩下5元,我要儿子自己留着以后买文具。可刚走到出口处,他就在一个老奶奶的摊位前停了下来。“奶奶,我买几根黄瓜。”我疑惑地看了看手里拎着的袋子。走出好远,我刚想问儿子,他就说:“妈妈,我是看那个奶奶这大热天的,还在那摆摊儿,所以就想着买一些,好让她早点回去,我不是还剩下5块钱嘛。”

我突然就愣住了,怪不得有人说,菜市场里有比“看万卷书,行万里路”更容易掌握的人生道理,儿子小小年纪,已经在菜市场里有了小大人的模样,看来以后我得带他来菜市场了。

宝贝,我要谢谢你

王调忍

亲爱的儿子:

你好!

时光流转,转眼之间,小姑姑你以坚定的信念和优秀的表现完成了一个学期的寄宿之旅,迎来快乐的假期。现在新学期即将开始,我想对你说些心里话。

一开始的兵荒马乱还犹在心头,今日你已是一个坚强自信的小男子汉了,时光真是有种神奇的力量。

上学期刚开学,你在学校寄宿,十天回家一次,这对于一个从未离开过家的孩子来说是一个挑战。记得第一次从学校回家,你告诉我,说每天睡觉前都好想妈妈,以后要考离家最近的高中,然后再上对面的海洋大学,这样就可以天天回家看到妈妈。听完我只觉得鼻子发酸,原来你对妈妈是那样的依恋。

那一晚我辗转难眠。后来同你商量,如果实在不习惯,我再帮你申请走读,我每天去接你,你却懂事地说:“妈妈,这样你不就累了吗?而且交了那么多钱不就浪费了吗?我再坚持把这半年读完吧。”听完我已控制不住泪流满面,你抬起小手替我擦去眼角的泪,并安慰说:“妈妈,没事的。”你可真是一个懂事的小天使。其实,很多时候不是我们在教你长大,而是你在教我们成长。

从这之后,每次回来你都开开心心的,我心里也明白,你正在经历成长的阵痛,但是我们也替你承担这一切,只能给你各方面的支持,听你说在学校里住宿的体验,从你的话语中,我知道你在慢慢克服一切的不习惯之处,我也就放心了。听你说,老师鼓励了你,你对学习越来越有信心,我似乎看到了你认真听讲的样子;听你说,交

到了新朋友,你不再孤单,我发自内心感到欣慰;听你说,生活的一些琐事,你把外套放到脸盆里洗,没有洗衣液是同学借给你的,你学着他们的样子,先搓一搓,再揉一揉,然后冲水,一件衣服沾满了整个脸盆,你冲了好多遍才没有泡泡,你拧不干,还是同学帮忙一起拧水,我似乎看到了那个累得满头大汗的你和一群可爱的小伙伴。

做家务还不熟练的你,开始学着照顾自己,自己洗衣,自己整理床铺。虽然开始很难,但这一切的经历终将会成为你人生的积淀。无论岁月怎样变迁,妈妈永远爱你,在我心中你永远是最闪亮的那颗星。

宝贝,今生咱们母子一场,我有太多太多的话想对你说。

宝贝,我要谢谢你,让我平凡的日子幸福又甜蜜。宝贝,我要谢谢你,一直都是这样诚实善良,因

为有你,温暖了四季。宝贝,我要谢谢你,你是我的天使,一路指引我,教会了我爱与被爱的能力。宝贝,我要谢谢你,给这个家带来了无限的欢乐,因为有你,这个家才充满了温馨和美丽。而你在慢慢长大,如一棵树在慢慢长高,如一朵花在轻轻绽放。希望你在接下来的寄宿生活里,能过得开心愉快,妈妈永远是你的后盾。

爱你的妈妈



征稿启事

当孩子第一次学会爬的时候、第一次学会走路的时候、第一次学会叫爸爸妈妈的时候、第一次学会用筷子吃饭的时候……在孩子逐渐成长的过程中,相信许多父母都会有不少感慨,也会有不少想对孩子说的话。对此,您有什么关于孩子的成长故事想与我们分享吗?欢迎大家来稿交流。

要求:字数不限,观点明确。请在文末标明您的姓名、身份证号、银行卡账号、开户行地址,并在邮件标题中注明参与讨论的话题。

邮箱: jswmtl@163.com