

教育笔谈

在本月的“一模”考试后,学校通常会召开家长会。本期,陈经纶中学分校教师乔愜为家长参加家长会提供建议,探讨会前、会中、会后的注意事项。

这样参加家长会效率更高

北京市陈经纶中学分校心理教师 乔愜

近期,各校初三年级家长会将陆续召开,作为家长一定要抓住这个家校沟通的平台,充分利用家长会上各方面的资源和信息,当好初三生学习的助力者。

家长会前 家庭成员统一思想

在家长会之前,家庭成员需提前了解本次班会的主题和议程,关注班级通知,为有效参会提前做好准备,全家统一思想,沟通要和老师交流的方向。参会家长着装要大方得体,准时出席并尊重老师的发言。

学校和家庭的一致程度和配合程度影响着孩子的发展。作为家长,在家期间需留心观察孩子的学习习惯、时间安排、学习方法和效率等,把握孩子初三应考阶段的状态和需求。如果孩子在家的情绪起伏较大,心情持续低落,吃饭睡觉都

不如以前,家长就需要和班主任及时交流。家长需要积极关注并倾听孩子的心声,也需要将孩子情况主动反馈给老师,促进孩子全面发展。

为了更好地了解孩子在校的情况,家长可以提前准备一些问题,涉及孩子的学习、行为、人际和心理等方面。建议家长提开放性问题,例如,“初三下半学期,我孩子在哪些方面表现得比较好?在哪些方面还需要提高?”有效沟通能增进三方的相互理解和支持,家校合力才能陪伴孩子顺利走过初三这一重要阶段。

家长会时 全面了解孩子情况

参加家长会时,家长要按座位表就座,关闭手机或调至静音。开会时,如果老师谈到孩子表现不尽如人意,家长要做好自身的情绪管理。学考是孩子人生中的一大重要考试,家长的稳定心态和长期陪伴则是孩子攻坚克难的重要推动力。家长的期待要切合孩子的实际情况,否则会影响自己心情,同时也给孩子带来巨大压力。

家长会上,我们能了解到孩子的各方面情况,尤其是他们的学业水平。了解孩子的分数或者在学校的排名情况后,家长也可以结合各种信息,提前为孩子学考后的选择做出不同方向的规划和打算。

面对孩子的成绩状况,家长要善于从问题中找资源。当孩子考试失利时,家长不要只是揪着分数不放指责埋怨,而

是要学着做一个资源导向型的父母,帮助孩子分析本次考试的得与失。这方面也可以现场请教老师,做好记录。回家后,再和孩子一起分析这次考试中可以学到什么,如何给自己创造更多的可能性。

学考是对孩子的考验,学考前的家长会更是对父母心态的考验。心理学家荣格曾说:“任何激怒我们的事,都能让我们更了解

自己。”家长会上,当觉得自己情绪要失控的时候,问问自己恐惧和担心的是什么。告诉自己,这是一个内观的好机会,只有更多的自我探索,才能更好地陪伴孩子并进行有效的亲子沟通。

家长会是各种问题的答疑现场,要注意倾听老师的回答。老师回答完后家长再追问,这样有助于更多地了解孩子的情况。

家长会后 引导孩子正面应对成绩起伏

家长会后,面对孩子的成绩起伏,家长一定要比孩子更淡定才行,及时鼓励、肯定孩子,帮助孩子重拾信心,做孩子成长的强有力后盾。家长要客观评价孩子的努力程度,对不肯学习导致成绩差的,应予适当批评和督查;对很努力学习但成绩不理想的,更应该多给孩子信心,不能指责和打骂。家长要经常询问孩子一天的学习情况,督促孩子及时完成家庭作业,并养成检查作业的好习惯。家长也要重视孩子测验和作业的签字环节,同时教育孩子配合老师,多和老师沟通,听老师的话。

家长会后,我们要把注意力放在帮助孩子进步上,多用正面语言鼓励孩子。初三家长面对孩子成绩时,要努力引领一个

好的导向,让孩子感受到考试只是对他知识掌握程度的检测,是在帮助他发现和改正学习中的问题。家长要学会承认孩子在学习上的主体地位,让孩子逐渐意识到自己才是应对学考的主人,父母只能协助,无法替代。

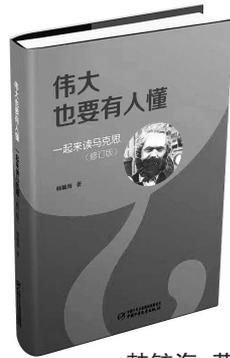
此外,家庭内部的矛盾不要在孩子面前爆发,不要在情感上给初三生增添太多困扰。初三家长要为孩子创设良好的学习环境,使学生安心、充分学习。

不管我们的孩子处在什么阶段,我们都需要给孩子提供无条件的爱、支持、接纳和理解,他们自己也会慢慢走向生命的正轨。当我们对人生没有预设的时候,或者说我们对孩子没有预设,你会发现,有太多的可能性,这些可能性会帮孩子们找到更合适的路。

开卷有益

一起阅读“马克思”

英国广播公司(BBC)曾在全球范围举行过一次“千年思想家”网上评选。大家知道哪位思想家的票数最高吗?这个人影响了中国逾百年,他就是马克思。



韩毓海 著

今天我要给同学们介绍一本书《伟大也要有人懂:一起来读马克思》。这本书的作者韩毓海是北京大学中文系教授,曾任纽约大学访问教授、东京大学教养学部特任教授,入选中国教育部“新世纪优秀人才支持计划”、北京市新世纪社科理论人才百人工程、北京大学杰出青年人文学者计划。全书主题分为马克思是谁、他做了什么、他对我们今天有什么意义三大核心点,内容适合青少年阅读。作者从全国青少年中征集问题,最终以图文方式向我们呈现17个话题。

这本书图文并茂、通俗易懂,向我们介绍了马克思个人成长轨迹;马克思关于共产主义的代表性著作《1844年经济学哲学手稿》和《资本论》中的主要观点;恩格斯、黑格尔等在马克思主义思想形成中的重要作用;马克思关于人类劳动、现代文明、资本与金融等重要论述;马克思主义思想中所展示的哲学、经济学思想;以及马克思对人类社会尤其是对中国社会发展的重大影响。

“如果我们选择了最能能为人类福利而劳动的职业,那么重担就不能把我们压倒……我们的幸福将属于千百万人,我们的事业将默默地、但是永恒地发挥作用地存在下去,而面对我们的骨灰,高尚的人们将洒下热泪。”这是17岁的马克思所写的作文片段。

让我们共同阅读这本书,与伟人马克思“做邻居”,领略马克思主义思想的魅力,真正走近马克思,学习个人成长与社会发展的意义和方法,从而树立正确的人生观、价值观,朝着人生目标努力前行。

少年们,一起读“马克思”吧!

本期推荐人:

杨春 北大附中石景山学校

家教信箱

疑问1:临近中考了,孩子总说要“躺平”,我怎么才能帮他进入学习状态?

答疑:家长您好!心理学中有个“皮格马利翁效应”。它主要是指,通过给予他人良好的期待和肯定,使得他人拥有相信自己能完成某件事情的能力或者天赋,从而发挥自己积极主动的行为,以达到别人所期盼的样子。这在学习中可

体现为家长对孩子的表现给予殷切希望,从而使孩子接受影响和暗示,将外部期望转化为内部动力的行为。

家长可以这样帮助孩子进入备考状态:给予孩子合适的期待,特别是对那些习惯“躺平”的学生。家长要让孩子明白自己

的潜力是无限的、能够成长的空间是巨大,希望孩子能够通过自身努力成为更好的自己。家长要提升孩子的自我认同感,不仅要给予孩子正确期待,也要满足孩子获得夸奖和被认可的欲望。家长要看到孩子在备考过程中所付出的努力,肯定他

们克服困难的信心和勇气。

在调整孩子备考状态方面,家长的美好期望和正向反馈,对学生的复习冲刺阶段的努力和结果都非常重要。我们要重视精神的力量,孩子如果在学习上对自己有信心,哪怕只是心理暗示,也会增加进步可能性。

疑问2:我们对孩子的教育尽心尽力,一切都为孩子好,但是孩子常常不领情,怎么办?

答疑:作为家长,我们常常希望孩子能够全盘接受自己的安排,有时却忽视孩子自身的感受和想法,导致其产生厌烦的不良情绪。这种刺激过多、

过强或作用时间过久,从而引起心理极度不耐烦或逆反的心理现象叫“超限效应”,在生活中多表现为:家长反复催促学生做同一件事,以及重复讲相

同的道理。

初三学生正值青春期,正在经历着脑力、体力和心理的多重考验。家长的过度关注,会导致孩子“超限”,也有可能成为孩子

备考路上的“绊脚石”。要减少此类现象,建议家长在亲子沟通中,用“告知”代替“要求”,减少“翻旧账”的次数,避免用关爱的名义,束缚孩子成长脚步。

本期答疑人:高博雨 北京教育学院附属丰台实验学校