

今日金评

大考在即 怎样做一个好家长

“马上就要参加高考了,自己还有很多要背的内容也不清楚有没有掌握。好焦虑啊,心里很没底,就怕考砸!”“想着毕业要与同学们和老师们分别,心中莫名伤感,有些舍不得。”中高考临近,同学们或多或少会产生一些焦虑,于是求助于“心灵树洞”。

(本报今日A10版)

说到考前焦虑,绝大部分人都有,不同的只是焦虑多与少而已。其实,适度的情绪焦虑有助于考生的专注度,能发挥出最好的考试水平。但有些同学的焦虑,甚至重到已经影响到身体机能,这不但会影响考试发挥,还有损健康,须引起高度警惕。

孩子考前焦虑,除了自身原因外,家长难辞其咎。查看过往案例,有成绩一直名列班级前茅的孩子,中考临近,其父母仍然秉持

一贯“公事公办”的家教模式,只关心她的学习成绩,很少提供情感支持,创造条件为孩子减压。这样,孩子承受的中考压力自己无法排解,又没法向父母倾诉,更得不到相应的情感支持,最终,考前焦虑像洪水一样,只能从身体上找到出口,表现为荨麻疹。还有孩子本来是班级里的“学霸”,考取重点高中本来乃小菜一碟,但临考前成绩下滑得厉害,最终发现病根在他妈妈身上。其母曾是一家大单位的领导,为了孩子的学业,她放弃了自己的事业,全身心陪读。一直以来,母亲对孩子的要求都非常高。一次考试失利后,母亲瘫软在沙发上,很长一段时间里都表现得郁郁寡欢,时常唉声叹气。

这两位考生的家长,犯了绝大部分家长都在犯的错误,即大考在即,不但不想方设法为孩子

减压,而是千方百计给孩子加压,无论这种施压的方式表现在言谈上,还是行动和神态表情上,结果都是在加大孩子的压力,增加孩子的考前焦虑。虽然家长的出发点都是希望孩子考取一个好学校,但其实际产生的效果往往事与愿违,好心办坏事。

大考在即,怎样才能做一个好家长?最重要的一点是,家长要自我减压,要保持一颗平常心看待孩子的考试成绩。其次,是尽量不去过问孩子最近的考试成绩。再次是考前关心要适度,不要太过,太过会加重孩子压力。最后是学会做甩手掌柜,不要对孩子的学习计划、作息时间指手画脚,干涉太多,家长只需要做好后勤服务就行。总之,大考前,家长要对孩子实行无为而治,管得越少越能减轻孩子的压力,越说明你是个称职的家长。

陌上青



投稿邮箱

jimbaopinlun2012@126.com

学生来信

学习捷径不可走

近日,黑心的考研“保过班”被推上风口浪尖,部分教育机构打着有“内部的关系和资源”“保证通过考研复试”“不过就退费”的旗号,肆无忌惮地收取着万元至10万元不等的高额学费。

作为在校学生,我想到了在网络上无孔不入的培训广告,“零基础入门,小白三天能学会”“业余时间学个插画,可以养活自己”……不少同学都曾经为之心动。

各种零基础速成班迅速蹿红,但靠谱程度究竟如何?在立身客观中一探“速成、保过班”的究竟,你能很清晰地看见人们试图走学习捷径的样貌——那样急迫和狼狈。

如果说培训机构是“姜太公钓鱼”,那你就是“愿者上钩”。“零基础开班,保证通过考试,不通过退款”,无论你是专升本、考公、考研,或者是考会计、法律等各类证书,只要与考试挂钩,培训机构总是能变着法子“贴心”。“名者,实之宾也”,保过班意味着“保证通过考试”,这一噱头无疑给众多考生吃了一颗“定心丸”,商家们就这样轻松拿捏住了那群想不劳而获花钱买文凭、买成果的学生的心态,一举实现了“双重满足”。大众需求带动了速成、保过班的生产,进而演变成了当今这副盛况。可是,自己不付出努力,即使再昂贵的培训费又能保证什么呢,学习只能靠自己一步一个脚印去获得成果。

只追求速度,不是高效率。在这个快时代的引导下,大家无可避免地讲求快节奏,高效率。三天之内完成老师布置的作业,三个月通过某一场考试……高效率完成的初心或是好的,但万万不可上升为“省力气,走捷径”。如果将人生的日历拉长,你会发现,现在走的捷径,有一天终究会以“代价”的名义,重新回归己身。这样的例子,在历史长河中比比皆是。

有时候,当你不走捷径时,反而会发现你比那些“聪明人”走得更远、更稳。曾国藩虽算不上天资聪慧,但是他明白“天下之至拙,能胜天下之至巧”。他在学习上不投机,不走捷径,走的是正道。他读书时,如果没有读懂前一句,就坚决不读下一句;遇问题时,不解决就坚决不睡觉;背书时,如果一遍记不住,就多背几遍,绝不轻易放弃。虽然记性不好、悟性不高,但也凭借着一个一个脚印走到了秀才、举人、进士,甚至更远。

“尔不可求名太骤,求效太捷也。熬过此关,便可少进。再进再困,再熬再奋,自有亨通精进之日。”曾国藩在家书中如是说。学习的过程就是在筑建一座属于你自己的知识堡垒,首先要打牢地基,堡垒才能更高大、更稳固;如果着急地直接往上砌砖,忽略了地基,那么堡垒总有一天要倒塌的。所以,多给自己些时间,慢下来,沉下心,让灵魂跟上我们的脚步,让学习真的成为学习。

杨思琦(浙江万里学院学生)

热点追评

乡村教师“新作为”,需要守住底线!

2022年,安徽阜阳某乡村小学教师丁玉玲的“乡村教师日记”视频账号收获了百万粉丝。没有精致的剪辑与设计,没有特定的脚本,一群小学生争论哪个奥特曼更帅气,暑期面对老师突然家访手足无措,甚至在办公室里和老师“斗智斗勇”……观众不仅在弹幕里津津有味地解读“剧情”,更是对常出镜的学生像朋友般打趣,上百万人集体怀念被老师“教训”的日子。

(据《光明日报》)

教师成为流量博主并非个案,近年来,诸多短视频平台上都涌现出大量乡村教师博主。

展示学生的活动日常,呈现师生间的“相爱相杀”,让社会感受乡村教师的甘苦,教师成为人气博主并非坏事。尤其在疫情背景下,家长一般不能进校,教师的公开视频也是他们了解学校动态,孩子在校精神面貌的一个很好窗口。然而,笔者以为,乡村教师开博也不宜盲目跟风,不能任性发布内容,相比其余人,教师开博有更多原则与底线。

其一,要守住法律红线。教师博主与所有人一样,公开发布消息要遵守法律法规,要从事实出发,切莫为了人气听风就是雨,“语不惊人死不休”,成为造谣制谣者,那样,一言不合就可能惹火上身。

其二,要尊重学生隐私,要守住行业操守。视频

是公开发布的,这意味着外界都可能看到学生。所以,教师发布之前要征求家长、学生意见,经过他们同意之后再发布,尤其涉及到个别学生负能量的事情,最好能做到少发、不发。教师的本职工作是教书育人,教师拍摄视频、发布信息,都要在做好本职工作的前提下,确保学生安全的基础上进行,而不能本末倒置,占据大量的工作时间,手机不离身。

其三,教师开设账号,发布教学管理动态,动机应纯粹。互联网时代,人气就是商机,所以,一些博主红了之后就开启带货之路,这于他人来说是平常事,但对于教师来说却是“非常事”、“出格事”。教师与外界公开互动的出发点应该也是为了孩子,给平常的校园生活留下快乐花絮,激发孩子兴趣,开拓家校沟通新途径,引发同行交流,这个过程中也让自己压力得到释放与缓解。商家是精明的,总能从流量中看到利益,乡村教师若成流量“明星”,到时候也可能会有商家上门求合作,教师应该抵制利益诱惑,远离带货,要力避打着公益护农、公益助学等旗号为自己牟利。

自媒体时代,我们希望镜头中呈现出乡村教师时尚、活跃的一面,拥有时代的一些特征,但乡村教师质朴、踏实的本真不能丢,“学高为师,身正为范”的操守不能丢!

冯海燕



漫画 严勇杰