

从初中的优秀生变成高中的普通生 孩子失落“隐形” 家长怎么办?



对有高中生且寄宿的家长来说,周末是和孩子团聚的日子,令人期待。当周末过去,留下的滋味却不一而足。欢欢(化名)的爸爸最近就有点小烦恼,当初中非常优秀的女儿流露出如今“存在感不强”的时候,他不知道应该怎么跟女儿沟通才好。

其实,欢欢爸爸的烦恼,很多家长都会遇到。无论是小升初,还是初升高,每到一个新的环境里,曾经“光芒四射”的孩子,都有可能渐渐变得平凡。我们,该如何应对这样的心理落差?

□现代金报 | 甬上教育
记者 王伟

如何面对 高一女儿的心理落差

欢欢是一名高一女生,在市区一所重点高中上学。几个月前,当欢欢中考后被录取时,全家非常开心。但是入学以后,通过和女儿的周末聊天,欢欢爸爸陆陆续续地发现了女儿的小失落。

比如日常学习中,欢欢的成绩在班里居于中游,而以前在初中都是数一数二的。比如运动会时,开幕式上一些女生会自告奋勇地排练舞蹈节目,有男生会拉小提琴,不表演的同学则积极参加各种项目。有成绩很好的女生,1500米跑了第二……但欢欢发现自己的艺术和体育都不出挑。特别是前几天,学校有个科技新苗的比赛,欢欢很想参与,但最后没有被选中。原来因为成绩优秀,其他方面不管怎样都自带光环,但到了新学校,当学习成绩不那么突出以后,像欢欢一样的孩子就不容易“被看见”。

“女儿跟我说这些事情的时候,我不知道给出怎样的反应最恰当。”欢欢爸爸抓了抓头发说,自己看过不少关于心理的案例,有点担心这样下去女儿会不会产生心理问题,但他也不知道该怎么安慰女儿。“总不能让她躺平,不要管别人吧,这不合适;但是要她努力呢,又怕给她压力让她更反感。”

欢欢爸爸的烦恼,在高中班主任和心理老师眼中,却是一件很“正常”的事情。孩子到了一个新的环境,重新组合,总有一部人会一如既往的优秀,也有一部分人会后来居上。相对的,就会有一部分人位居中游,甚至有的学生会从初中时的“顶流”,变成高中时的“下游”。“尤其是到了重点高中,刚开始的半个学期,总有一些学生和家不太适应。”老师们说。

班主任老师的建议

家校合作 用心“看见”孩子

鄞州高级中学的虞淑燕老师这个学期刚从高三下来带高一,她带的班级是文创班。“能来到我们这样的学校,我相信同学们在初中阶段都还是比较优秀的,但每个学生的自身情况以及他们的家庭教育又有很大不同,有的孩子一开始有这样那样的问题,但实际上是有后劲的,要看怎么样去开发。”

家长的不同做法会对孩子造成不同的影响。虞老师分享了一个最近发生在班级里的故事。班上有一名女生,性格比较内向,乍一看,不够拔尖,用孩子自己的话来说,就是没什么存在感。但虞老师知道,这是一名宝藏女孩,需要进行挖掘。女生和她的父亲都会书法,尤其爸爸的书法很好。为了让孩子更有参与感,虞老师在班级文化建设中,将班训的书写工作交给了这名女生,让她与父亲一起商量、创作完成。这个过程中,女生

与班主任、父亲多次交流沟通,最终很好地完成了作品,如今裱好以后挂在班级墙上。经过这件事情,女生更好地融入了班级,各方面的态度都积极了很多。

在虞老师看来,欢欢与自己班上这名女生有一定的相似之处。在一个新的环境中被认同,对他们来说非常重要。

“新环境的融入适应,需要家校充分沟通以后对孩子进行适性教育。家长在了解情况后,应针对性地对孩子进行学法指导、人际指导和生活指导,家校合力帮助孩子。”虞老师建议欢欢爸爸可以和班主任沟通,家校合作自然而然地创造条件,让孩子参与一些班级事务,并从中给予肯定。当孩子获得了几次来自老师或者同学的肯定以后,她的信心和状态就会发生变化,从而在学习上更有动力。

心理老师的看法

重新认识自己 适当降低期待

记者还采访了两位高中心理老师,想听听她们能给欢欢爸爸什么样的沟通建议。

在鄞州中学心理老师邵巧倍看来,尽管同学们来到了同一所高中,但无可否认的现实是,学生之间的学习能力差异是存在的。所以,孩子到了高中以后,父母需要重新认真地评估一下孩子的能力,和孩子一起重新认识自己、定位自己,适当降低期待。在接纳落差的基础上,再与孩子进行理性地沟通。“有时候,因为对孩子过于固化的高期待,父母自身的担心和焦虑会基于孩子本身,并在沟通中无意识地传递这样的情绪,从而影响孩子变得更加焦虑,进而损伤亲子关系。”邵老师还关注到了欢欢在艺术和体育方面所传递出来的对同学的“羡慕”之情。“这也说明了综合实力的重要性,综合实力不仅仅指学习成绩,还包括心理素质以及孩子的兴趣特长。对于家长来说,在小学初中孩子还学有余力的时候,培育心理素质、挖掘兴趣爱好并加以培养,也很重要。孩子生命中如果有多个维度的支撑,也可以增强孩子的生命自信与韧性。”

进行换位思考 共同制定目标

宁波二中心理老师徐文君从建立关系、解决问题两方面给出了自己的建议。

徐老师说,欢欢爸爸应该感到高兴的是,女儿能够回家以后向他倾诉在学校里发生的事情,以及自己的感受。这个时候,爸爸首先要学会倾听,并试着去感受女儿的感受。“不要站在大人的角度,轻易说‘这不是多大的问题’,或者是‘你可以的,我们相信你’,这样会让孩子觉得站着说话不腰疼,从而可能关闭沟通之门。”徐老师说,孩子周末回家向父母说起学校里的事情,很多时候就是想倾诉一下,当他(她)愿意说出来的时候,他(她)的情绪实际上已经在一定程度上得到了释放。这个时候,父母首先要表达的是理解,这样才能建立更好的沟通联系。

徐老师说,这个时候比较忌讳的是,父母因为自己对孩子过高的期待,马上向孩子传达紧张和焦虑情绪。事实上,现实中这样的案例并不少,并由此导致亲子关系紧张,甚至是矛盾升级。

当建立了良好的关系以后,再去想办法解决问题。可以和孩子一起商量,父母能给孩子提供什么样的资源。“有时候,家长还是要拉孩子一把,比如和老师沟通以后,与孩子一起制定合理的短期、中期目标,跳一跳够得到的那种。当目标被一个个实现的时候,孩子的状态也会越来越好。”



漫画 严勇杰