

多花点时间和孩子在一起就是陪伴吗?
“陪伴,要和孩子成为伙伴!”



现在,越来越多家长意识到了家庭教育的重要性,懂得了应该陪伴孩子共同成长。但是,多花点时间和孩子在一起,就算是陪伴了吗?4月26日晚,甬派直播间聚焦亲子陪伴,开设“智慧家长爱在陪伴”主题论坛,邀请到了宁波大学教授、全国教育哲学专业委员会常务理事陶志琼,浙江省优秀教师、慈溪市浒山中学副校长高海军,宁波市骨干班主任、慈溪阳光实验学校班主任吴华秧等教育界专家,与乡村教师、现场家长们交流,探讨怎样才是高质量的陪伴。

本期嘉宾

宁波大学教授
全国教育哲学专业委员会
常务理事
陶志琼

浙江省优秀教师
慈溪市浒山中学副校长
高海军

宁波市骨干班主任
慈溪阳光实验学校班主任
吴华秧



扫码可看
视频回放



高海军



吴华秧



陶志琼

A
不要以陪伴的名义
强迫孩子去接受你的思想和行为

浙江省优秀教师、宁波市首届名班主任、慈溪市浒山中学副校长高海军现身说法,从自己的家庭教育和教学经验中,总结出了陪伴孩子的经验。

“我和我女儿的关系,其实比大多数人要复杂。我是女儿的父亲,是她的班主任,也是她的任课老师。但是我始终坚持要和孩子平等交流。”高海军认为,教育从来不是单向的。所谓教学相长,就是在教育孩子的过程中,家长也要从孩子的身上学到

东西。

高海军表示,很多家长都误解了“陪伴”的含义。如果是小学阶段,家长应该注重孩子的习惯养成,而不要纠结于“对和错”。“千万不要以陪伴的名义,强迫孩子去接受你的思想和行为。好的亲子关系,心灵上应该相互需要,思想上应该相互交流,行动上应该相互支持,唤醒孩子向上、向善、向美的内在需求。”

陶志琼则从孩子的共性出

发,给家长们支了不少招。

“特别是小学低段的孩子,大多都喜欢户外活动,家长们完全可以迎合他们的喜好,多带他们去接触大自然。”陶志琼认为,家长们要尊重不同年龄段孩子的喜好,遵循孩子的成长规律,“孩子都喜欢被人欣赏与称赞。因此,作为家长要理解孩子喜欢被欣赏的心理,不要吝啬赞美。但要注意的是,赞美并不是虚伪地夸奖,而是要很真诚地、具体地去称赞孩子。”

B
陪伴就是要成为伙伴
不要成为“直升机”式的父母

很多家长深知陪伴的重要性,却没有掌握高质量陪伴的方法。

作为资深班主任,吴华秧认为家长们很容易犯的错误就是喜欢“强压”孩子。她把这类家长称作“直升机式”父母。“催孩子起床、洗漱、吃饭、上学、做作业、睡觉,这是不是在座很多家长的生活日常?可能一开始家长们是想陪伴孩子,但慢慢却演变成了‘监督’,不少亲子关系也会因此

而紧张。”

吴华秧一边与家长们互动,一边分享自己的想法,“其实大家可以尝试抓住碎片化的陪伴时间。比如,接孩子的时候给个拥抱,晚上睡觉前给孩子讲个故事,吃早餐时听孩子分享学校的趣事等。”

吴华秧特别推荐了亲子阅读、亲子运动、亲子学习等各种可以和孩子互动的方法。

“陪伴,就是要和孩子成为伙伴。”她认为,家长在陪孩子阅读、运动、学习的过程中,孩子能获得更快乐的成长体验。“我们要懂得去观察孩子。比如我作为老师,发现学生上课注意力不集中了、学生作业的字迹明显潦草了、和同学交往时有一些不文明的语言了,我都会去思考,是不是孩子发生了什么事情,然后及时介入。”

C
要接纳孩子的情绪
以平视的方式和孩子沟通

发现孩子出现异常,家长应该如何处理?

陶志琼举例说明了家长处理方式的重要性。同一个场景:孩子说自己不想吃饭了。家长A说:“不管发生什么事情,饭还是要吃的。”这种交流方式的结果,就是孩子不愿再开口与父母交流。因为家长A根本没有把孩子不想吃饭的原因当回事。

家长B说:“饭都不想吃了?看来你真是遇上麻烦事了。”然后在来回对话中,慢慢打开了孩子的心扉。

“从这两个家长中,是否能看出,哪位是接纳了孩子的情绪,哪位是以命令的方式对待孩子的?”陶志琼说道,在亲子沟通中,不能像A家长那样,以俯视的方式和孩子沟通,这样会把孩子“看扁”。而是要像B家长一样,用平视的方式和孩子沟通,才能进入孩子的内心。

吴华秧则提出,在亲子沟通中,家长要处理好自己的情绪,不要随意发火,可以选择“你能告诉妈妈你的想法吗”“我们一起来解决这个问题怎么样”等商量建议的口吻。

在论坛互动环节,现场的家长们抓住了难得的机会,向专家们提问了一些当下的问题。小升家长焦虑、孩子做作业马虎、沉迷手机……嘉宾们也从多个角度为家长们分享家庭教育的理念和经验,解决了这些“疑难杂症”。

家长们表示,通过这场论坛,懂得了高质量陪伴对于孩子心理健康成长的重要性,父母对孩子真正的陪伴,不是简单地“在一起”,而是需要智慧陪伴,关注孩子的独特性,做孩子成长路上的支持者。