

3月21日,“家教伴成长,同行塑未来”家庭教育讲座在青岛新华书店书城一楼城市课堂举行。本次活动特邀青岛一中教育名师邢爱丽,以高中家长如何做孩子成长路上的“定海神针”为主题,为现场数百名家长带来了一场内容丰富、实用性强的知识分享,获得广泛好评。此次讲座由青岛市教育科学研究院主办。自2024年9月起,青岛市教育科学研究院与青岛书城持续合作,选拔各区市、局属学校家庭教育指导名师,每月通过多种形式为家长提供专业指导。

做孩子成长路上的“定海神针”

市教育科学研究院举办家庭教育讲座 青岛一中教师邢爱丽面对面为家长支招

“孩子成长不是百米冲刺”

在讲座中,邢爱丽结合自身数十年一线教学与研究的丰富经验,针对当前家庭教育中普遍存在的痛点与难点进行了深入浅出的剖析,并对如何处理亲子关系与家庭氛围、家长如何做好学业支持与智慧陪伴等具体问题给出了解决之道。“孩子的成长是一场马拉松,不是百米冲刺。父母不需要做完美的家长,只需要做真实、稳定、有爱的家长,让孩子知道,自己身后永远有父母支持的目光。”在邢爱丽看来,家长应是孩子成长路上的“定海神针”。

邢爱丽列举了很多家庭教育中发生的真实事例:孩子平时住校,周末一回家,爸妈就问学习情况,比如上课能不能听懂、这周有没有考试、作业是否按时交了等,一通询问下,孩子往往变得很烦躁;孩子回家后什么都不和父母说,只顾玩手机,一旦被父母制止,就会进房间关上房门,不让父母看到自己在干什么;孩子有时心情不好、情绪低落,家长赶紧追问怎么了,孩子不想说,或者说是因为同学关系等与学习无关的事烦恼,家长就埋怨孩子心思不在学习上……这些亲子问题不但困扰着家长,也会对孩子的成长造成影响。那么,父母应该如何与正处在高中成长期的孩子沟通交流?邢爱丽从方方面面进行了解答。

“家长要会听、巧说、共情,巧妙地对待孩子的优缺点。”邢爱丽表示,父母除了照顾孩子,还应是一个合格的倾听者。在与孩子的交流中,家长要学会捕捉重要的交流点,平等地和孩子沟通,这样才能体现出父母对孩子的尊重。父母在沟通中也要学会“察言观色”,做好孩子的“情绪翻译官”,当孩子发泄情绪时,父母应多观察、多体会、多陪伴,少埋怨、少说话、少询问,放大优点,给孩子赋能;弱化缺点,引导孩子悄悄转化。

“我们能做的,是像大地一样,提供坚实的土壤;像阳光一样,给予温暖但不炙热的陪伴。我们要做那根‘定海神针’,不论外界气候如何变化,始终为孩子稳住这片生长的土壤。”邢爱丽在讲座中强调,“家长的情绪稳定与科学的引导方式是孩子健康成长最重要的‘压舱石’。”她通过生动的案例分析和互动问答,将教育理论与家庭实际场景紧密结合,为家长们提供了大量可操作的具体建议。

高中学习可分为五个层级

在座无虚席的观众席上,大部分是高一至高三学生的家长。“高中三年是孩子成长最关键的时候,有这样难得的周末‘补课’机会,当家长的真的应该来听一听。”讲座现场,高一学生的家长李女士感叹道。



家长们认真听讲,学习育儿心得。

“高中阶段,孩子学习更紧张,家长也更容易焦虑。事实上,家长真正对应的角色应该是孩子学习的助推器、陪伴路上的欣赏者。”面对高中家长的焦虑,邢爱丽送上了“锦囊妙计”。她介绍道:对高一学生而言,从初中到高中的适应过程,不是一个初高中衔接培训就能解决的,学习科目增多、难度加大,还要适应新环境、与同学交往,很多孩子面临能听懂却不会做、不复习就对学习内容没印象、考试成绩不理想等问题,优势学科“优但不尖”,劣势学科“举步维艰”,各种“跟不上”“拖着走”的滋味让孩子苦不堪言。而进入高三、面临高考的孩子,则存在压力爆表、情绪起伏、亲子关系一触即发等问题,一次次模拟考试的分、名次,毫不留情地检验着学生们的阶段学习情况,也残酷地考验着他们的心理素质。各种各样的问题迎面而来,家长和孩子之间的亲子关系也迎来了新的挑战。首先是畏难情绪,邢爱丽表示,高中知识的难度和初中不是一个层级的,不少高一学生在第一学期感觉举步维艰、无从下手,畏难情绪严重,自信心严重受挫,很多家长也不知所措干着急。其次是高强度补课带来的压力,有不少家长看到孩子在上初中时通过上辅导班提高了成绩,所以在高中也想采取同样的方式,导致孩子的周末都是在辅导班度过的。但实际上,高中的学习更需要孩子自己进行复习梳理、思考领悟、回顾反思,需要自己把所学的知识点联系起来。一味被动地听老师讲,不如自己梳理出疑惑点再去询问老师,才能将知识掌握得更扎实。此外,还有熬夜刷题、情绪不稳等,都是导致家长与孩子之间出现的冲突爆发的导火索。

面对种种问题,邢爱丽给出了解决问题的良方,她表示,高中学习层级分为能听懂、会做题、做对题、能得分、会讲题,孩子学习中这五个层级越高,说明学得越好,不断对自己提高要求就会不断进步。在这个过程中,家长



青岛一中教师邢爱丽开讲。

要保持平常心,不焦虑、不攀比,鼓励赏识孩子,帮孩子搜集高质量的学习资料、网课,也要不断发现孩子学习中的闪光点和进步点,及时加以表扬鼓励;看到孩子的努力付出,及时给与情绪价值,欣赏孩子、肯定孩子,给他们增加学习动力。

“教育从关心与欣赏开始”

“教育,应该从关心与欣赏开始。”邢爱丽说,父母不仅要照顾孩子的饮食起居,还应是孩子的人生规划师。家长要在孩子上高一时就做好三年甚至更长远规划,帮孩子看到远方、走好脚下路。比如高一学生的家长可以根据孩子的优势和兴趣带孩子做职业测评,为选科提供参考;提前了解关于综招、强基、军警院校等的招生政策,有计划地准备相关资料;了解志愿填报规则 and 不同高校的专业及录取线等,树立目标,激发孩子潜力。

两个多小时的讲座,现场座无虚席,气氛热烈。家长们认真聆听,不时记录要点,在互动环节更是踊跃提问,交流自己与孩子相处过程中遇到的困惑。

“听完讲座感觉豁然开朗。”在笔记本上认真做记录的学生家长王女士感慨道,“以前总为孩子做作业拖拉、玩手机着急上火,只知道催促和批评。今天才明白,关键在于建立规则意识和情感连接。老师讲的方法很具体,回去我就试试。”另一位家长林先生也表示:“平时工作忙,周末能有这样高质量的讲座真是‘及时雨’,不仅学到了方法,更重要的是缓解了我作为家长的焦虑,让我对如何陪伴孩子有了更清晰的想法。”

青岛早报/观海新闻记者 钟尚蕾 摄影报道



扫码观看 相关视频

资讯

警校社联动 打造“职业体验课”

3月19日,青岛香港路小学召开新学期警校社联席会议,会议以“益童”文化为引领,围绕“学生平安成长”的目标,推动警、校、社协同从安全治理走向育人共建,构建全域联动、全程守护的平安校园新生态,共话“益童”理念下的安全守护与成长赋能。校长王蔚在致辞中表示,“益童”不仅是学校文化的价值追求,更是校园安全工作的价值原点,一切从儿童出发,一切为了儿童的健康成长。学校将以“益童”文化为纽带,凝聚警、校、社、家多方合力,让安全成为孩子可感、可触的成长底色。

在交流环节,警、校、社三方结合职能,围绕“益童”文化展开深度联动,不仅聚焦安全治理,更将专业资源转化为生动的育人课程。交管市南区大队五中队交警表示,交通护学不仅是秩序维护,更是对儿童出行权利的尊重与守护。立足学校“生涯规划课程”的建构实施,交警中队将与学校共同开发“小小警官”职业体验课程,交警定期走进课堂,为学生讲解交通指挥手势、交通标志识别、道路安全知识,让孩子们在角色扮演中理解规则、敬畏生命。

南京路派出所民警围绕治安防控、护学岗值守、防欺凌教育等内容,提出将以“益童”视角推进法治安全教育。派出所民警将定期走进学校,开设“小小警官”职业体验课堂,通过模拟警情处置、警械装备展示、安全自护演练等形式,让学生近距离了解警察职业,在互动中增强法治意识和自我保护能力。

浮山所社区工作人员表示,社区将以“益童”共建为抓手,整合辖区优质资源,打造“行走的课堂”职业体验课程。社区将充分发挥多元场所优势,链接辖区内律师事务所、银行、社区卫生服务中心等企事业单位,为学生提供真实场景下的职业体验机会。孩子们可以走进银行,担任“小小银行家”,学习金融知识与服务礼仪;走进社区服务中心,体验“社区小管家”,参与基层治理与服务。

家长代表分享了参与学校安全工作的感受,表示作为家长真切感受到学校在“益童”文化引领下对孩子们安全的高度重视,警、校、社三方协同为孩子筑起了一道看得见、摸得着的防线。尤其是警方和社区共同参与的体验课程,让孩子们在游戏中学习安全知识,在体验中理解社会责任。家长们期待未来能有更多这样的课程,让孩子走出校园、走进社会,在实践中成长。

青岛早报/观海新闻记者 王彤