

M 亲子

“妈妈,我是从哪里来的?”这样的问题,相信我们小时候也同样问过妈妈吧。那么当时妈妈都是怎么回答的呢?作为家长,你是否被孩子的雷人问题问得哑口无言过?是否曾被问到一度怀疑自己的智商?本期,教育周刊邀请心理老师和幼儿园老师,与大家聊聊如何与孩子进行颇为有趣的“斗智斗勇”。

1 “我从哪里来?”

国家二级心理咨询师游瀚钦认为,当孩子问这个问题时,家长需要意识到这其实是孩子自我意识的萌发,孩子讨论这样的问题并非是要讨论两性关系,而只是单纯的好奇。游瀚钦建议可以这样回答:“爸爸和妈妈很相爱,所以就结婚了,然后爸爸把一颗爱的种子放在了妈妈的肚子里,然后这个种子在妈妈肚子里10个月,慢慢长大成了你,你就出生了。”

游瀚钦分析,家长要“调试”好自己的观念,尽早地做好应答性教育方面的准备。因为如果孩子问这样的问题,正好是对孩子进行性教育的好机会。家长如果只是一味地闪躲、敷衍、避讳,那么孩子可能选择从其他渠道去寻找问题的答案。这样很可能收不到好的效果,甚至超出了好奇和科学的范围。另外,建议家长可以先肯定孩子的思考,肯定他们的好奇心;然后借助一些绘本、影音等多媒体的形式让孩子去了解和探索这些问题的答案。比如“我从哪里来”,就可以借助如《小威先冲》《我从哪里来》这样的绘本,以孩子能理解的角度和表达方式来帮助孩子了解自己是如何来到这个世界的。

2 “为什么我每天都要上学呀?”

“与其我耳提面命地告诉孩子上学的各种好处,不如让孩子自己提出上学的好处。”龙文区蓝田中心幼儿园周伟华副园长认为,很多时候孩子其实更容易接受自己给出的答案。当孩子问“为什么我每天都要去上学呀?”妈妈可以反问“如果不上学,你会想要干什么?”这时候孩子可能会这样回答:“我可以在家跟妈妈一起玩,可以看电视,可以跟邻居小朋友玩,可以去阿姨家找姐姐一起玩玩具,看动画片……”

周副园长说,这时候妈妈要清楚地告诉孩子:不上学,是可以一直玩。但是,爸爸、妈妈要上班,哥哥(姐姐)也要上学,所以就他自己一个人在家了。“其实不去上学,并没有你想的那么好。”周副园长建议可以继续引导孩子想一想,如果



小朋友与爸爸一起逛超市时,发出一连串疑问。

你去上学,在学校会有什么令人开心的事情?

作为家长适时的夸赞、鼓励孩子很重要。“真的很棒呢!而且妈妈想让你从小养成好习惯,学习更多的本领,交更多的朋友,将来你长大后会更棒的。妈妈相信,有老师的教导,有小朋友的陪伴,再加上你的努力,你一定是个很棒的孩子。”周伟华老师认为,家长的陪伴很重要,家长要学会在面對孩子学习成长过程中遇到问题时,多一点耐心,不怕反复,把道理和孩子讲清楚。

3 “我喜欢班上的谁谁谁……”

当小朋友告诉你,他(她)喜欢班上的某个异性同学时,作为家长,可以问“你为什么喜欢他?喜欢他什么?”龙文区蓝田中心幼儿园周伟华副园长分析,孩子可能会说,他长得好看,我喜欢他打球很厉害的样子,喜欢他学习好。

妈妈可以这样回答:“很高兴你喜欢这么一个优秀的同学。那你想想看,你有哪些地方是值得他(她)也喜欢你的?”这时候,孩子会认真地想。妈妈可以继续引导:“喜欢是两个人的事,而且优秀的人往往也会喜欢优秀的人。”孩子可能就会思考,那我得努力成为优秀的人才才行。

周伟华老师认为,遇到这样的事情,不用惊慌。因为孩子再大一点就会开始逐渐明白,喜欢是两个人的事情,她可以进行选择。孩子开始会用一些方法和技巧去和自己喜爱的伙伴交往。比如会分享自己最喜欢的东西给对方,发生事情的时候站在对方一边等等。经过这样一个阶段也就标志着孩子的情绪和情感处于健康状态,表明她对性别、对自己、对异性已经有了初步的了解。

4 “爸爸可以和妈妈睡,为什么我要自己睡?”

蓝田中心幼儿园周伟华副园长分析,孩子问这种问题,大都是出现在父母和孩子分房睡的阶段。而提出这样令人哭笑不得的问题,是因为孩子还没准备好。“孩子不愿意自己睡觉是因为对妈妈的依恋,孩子会怕黑,甚至怕怪兽,就会又哭又闹。”周伟华认为,要让孩子独立睡觉,父母要做的是尽可能让孩子进行“心理断乳”。家长可以给孩子预留足够的缓冲时间,比如可以先分床不分房开始,可以跟孩子讲《不再害怕独自睡觉》这样的绘本,或者可以陪孩子一起布置属于他自己的小天地。

周伟华说,如果孩子分房睡之后,突然又要求跟爸爸妈妈一起睡,爸爸妈妈要及时安抚,例如询问“你今天为什么想跟妈妈睡?”“其实妈妈也很想跟你一起睡,但是我们一起睡会互相打扰。”“要不,妈妈抱着你讲一个故事,然后你就回自己的房间睡,好不好?”周老师强调,要尊重孩子的成长节奏,给予他满满的爱和安全感,分房睡这件事,顺其自然会更好。

5 “人一定会死吗?死的人去了哪里?”

对于死亡的话题,国家二级心理咨询师游瀚钦建议,可以借助《小伤疤》《再见了,艾玛奶奶》等绘本,让孩子认识“亲人总有一天会离开,但是他们的爱永远都在”的道理。在游瀚钦看来,这对了解孩子失去亲人时的情感、心理活动非常有帮助。“家长还要告诉孩子,失去亲人,你的身边还有更多爱你的人。”游瀚钦说,“可以陪孩子看一些动画电影,比如《寻梦环游记》,引导孩子理解影片中的内容,让孩子了解什么是死亡,从而更加珍惜身边的亲人。”

针对“死了的人去了哪里?”这个问题,游瀚钦建议家长可以这样回答:“生命就是一个生长死亡的过程。人死了之后,就不生活在地球上了。地球上的生物都有个成长的过程,到了一定的时间就会离开。”

游瀚钦说,坦诚地回答孩子提出的问题,可以帮助孩子更自然地去了解这些知识。“雷人”很多时候,只是大人的心结,其实孩子的心里是很单纯的。家长们只有提前做好知识储备,在孩子提问的时候,就能从容应对,充分满足并保护孩子的好奇心。

专家解答

孩子为什么会问一些“雷人”的问题?

“孩子是天生的哲学家。”闽南师范大学教育科学学院副教授暴侠认为,孩子对世间的一切充满了好奇,他们不停地探索着,学习着,研究着……在这个探索、学习的过程中,孩子为什么会产生一系列的疑问,可以从“身份确认”“边界厘清”“人生意义”,三个方面来加以分析。

“孩子到两三岁的时候,自我意识开始形成,他们开始用‘我’这个人称代词来称呼自己。”暴侠副教授告诉记者,这意味着孩子已经开始将自己和他人区分开了,这是孩子的“自我”诞生的重要时刻。从这时候开始,孩子会产生一系列跟“身份确认”相关的疑问,比如“我是从哪里来的?”孩子的这个疑问在不同的年龄段会有不同的变式提问,不同的年龄段孩子想要的答案也不尽相同。

暴侠副教授分析,最初,孩子只想确认自己和父母的关系,父母只要告诉孩子“你是妈妈生的”,孩子就会获得一份和父母之间的联结感,他(她)就满意了。再长大一点,孩子可能会问“我是怎么到妈妈肚子里的?”或“妈妈怎么生的我呢?”这时候家长可能就会觉得尴尬,不知道如何应对了。

其实,孩子只不过是纯粹且严肃地探索自己生命的起源问题,家长的尴尬和不适来自自己从小接受的价值观的影响。现在已经有不少不错的绘本和网络资源介绍新生命的诞生过程,家长可以和孩子一起阅读、观看。孩子还可能对自己的性别感兴趣,想要知道两性身体结构的差异,家长就像告诉孩子的头和手长得不一样那样坦然相告就可以了,如果自己也想知道,可以借助相关绘本或引导孩子一起上网搜索;到了八九岁之后,孩子还会对很多有关性的问题产生疑惑,家长若能坦然面对,孩子就有了获得性知识的安全途径,这样就减少了别有用心的不法分子的可乘之机,也可以保护孩子免受不必要的伤害。

据暴侠副教授介绍,孩子两三岁时,最喜欢说“不行”“我的”,那就是孩子开始在厘清边界了。家长要切记孩子这时候不是自私,而是要确立自我的边界,家长在生活中可以帮孩子明确哪些是他(她)自己的东西,孩子自己的东西就让孩子自己做主,不要强行让孩子分享。孩子只有确定了哪些是自己的,才会真正走向分享。

“当孩子的自我比较稳定之后,孩子就会开始思考‘人生意义’的问题。”暴侠说。她认为,孩子会开始尝试和人建立联结,会特别粘人,会要求爸爸妈妈只能爱他(她)一个人,会非常担心爸爸妈妈不爱自己了。同时,孩子也会开始考虑生老病死,担心爸爸妈妈等亲人会死去,自己生病了也会担心自己会死;还会开始想要探索事物的真相,会不断地问为什么等等。“每个孩子都是独特的,在孩子成长的过程中,还需要家长们根据自己孩子的特点,多加陪伴,正确引导。”

◎本报记者 苏水梅

M 他山之石

这所小学为防治近视开出“运动处方”

每周二下午放学后的一个半小时,是广西桂林市榕湖小学社团活动的时间,拉丁舞、跆拳道、足球、网球、篮球、击剑等20多个社团集中开展活动,学生们各取所需,自由选择感兴趣的社团参与体育锻炼。

这是榕湖小学推进体教融合、创新学校体育工作的一个重要举措,让孩子们积极参与与体育锻炼,在体育运动中享受乐趣、增强体质、锤炼意志。

近年来,校园里的“小眼镜”越来越普遍,儿童青少年体质健康成为老师、家长们的一大心病。教育部日前发布的全国儿童青少年近视情况调查结果显示,2020年全国儿童青少年总体近视率较前一年的50.2%有小幅上升,低龄化问题突出。“小眼镜”越来越多的原因多样,有专家指出最主要原因是缺乏必要的户外活动和体育锻炼。

为了让孩子们真正跑起来,解决“小眼镜”等忧心事,榕湖小学开展了一系列全员参与的社团活动,在保证每周开齐开足四节体育课的同时,采取跨班形式,开展丰富多彩的社团活动,培养孩子们对体育运动的兴趣和热爱,引进了足球、击剑等俱乐部、舞蹈中心等,为孩子们提供专业的技术指导,让每个孩子都成为与众不同的自己。

六年级学生于博洋是一名“运动健将”,不仅热爱乒乓球、田径等运动,还加入了篮球社团。“课堂上长时间盯着电脑屏幕,眼睛会非常累,体育运动有助于缓解眼睛疲劳。”

于博洋说,适当放松自己的紧张情绪,才能更好投入到学习当中。接球、运球、跃起投篮……当篮球以一道漂亮的弧线进入篮筐,课堂上的烦恼与压力瞬间抛诸脑后。

“篮球社团是学校最热门的社团之一。在进行球类运动时,通过眼睛不断观察球移动的方向,对于预防近视、治疗假性近视等有一定辅助作用。”体育老师谢妮说,“四点半课堂”深受家长学生欢迎,既能缓解学生放学无人接管的难题,又能通过开展体育活动提高学生身体素质。

“去年开始,受疫情影响期间居家隔离、线上

课堂等影响,不少家长反映,孩子开始有近视趋势,或是近视程度加深了。”榕湖小学副校长汤纪宁说。因此,学校在常规眼保健操的基础上,自创了一套无接触眼保健操,减少用手接触眼部的同时,很好地缓解了用眼压力。

学校还通过开展阳光锻炼、体育节日等途径,让所有的学生积极参与。在上课时,学校利用每天半小时的大课间操时间,安排了广播体操、武术操、戏曲操、礼仪操等;下午上课前半小时还有跳绳、跑步等“阳光体育”活动。除保障学生每天校内1个小时体

育活动外,老师们还以布置体育作业等方式,让学生们按时“打卡”坚持锻炼。

每年的4月和9月是榕湖小学的体育节,4月开展趣味亲子运动会、班级篮球联赛,9月开展田径运动会、班级足球联赛,学生们在体育竞技中增进友谊、增强体质。今年的趣味亲子运动会,学校还特邀一群热爱足球的爸爸披挂上场、奋战绿茵场,获得了学生家长的广泛好评。

在近几年的国家体质健康测试中,榕湖小学优秀率和合格率呈逐年上升态势,2020年合格率达98.7%,优秀率达35.7%。

“通过一系列体育活动的开展,不仅对防治近视起到了良好的促进作用,还让孩子们在体育锻炼中收获了快乐,培养他们对体育运动的兴趣和热爱,养成坚持锻炼、自觉运动的习惯。”汤纪宁说。(据新华社电)