

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善



杨桂宏 摄

开学了,你的孩子还在“假日模式”吗?

春节假期已成过去时,“流浪地球”又该回归自己的运行轨道,孩子已经开学一周了。春节过得太嗨了,年龄小的孩子,留恋着好吃好玩拿红包不肯离去,赖在家里不想上学。年龄大点的,知道上学是必须的,可还是免不了怅然若失,整日无精打采。环境对人的情绪影响是很大的,面对陷入假期综合征的孩子,做思想工作是一方面,改变孩子赖以生活的家庭环境更重要。父母应当有意识地把家庭环境从“假日模式”调整为“上学模式”,为孩子开学铺平道路。

□本版特约撰稿 钱如俊

平静

春节是我国的第一传统大节,在每个人的心目中有着至高无上的地位,体现着民族巨大的凝聚力。天南海北的人此刻都回来了,一壶浊酒喜相逢,解了几多乡愁、几多思念。

春节寒假与任何假期都不同,孩子们从放假的第一天开始,就已经兴奋地期待着了。吃美食,穿新衣,贴对联,放鞭炮,走亲戚,吃喜酒,拜大年,拿红包……哪一样不是孩子的最爱?哪一样不挑动着孩子的兴奋神经?整个假期生活,孩子和父母一样处于快节奏的喧闹中,原有的生活习惯被打破、被改变了。

要孩子回归开学后的生活习惯,首先要让家庭生活归于往日的平静。父母先得安静下来,不再组织动感十足的家庭娱乐活动,不再穿梭于酒席聚会,不再招朋唤友打麻将,减少看电视的时间,甚至可以坐下来看看书,写写字,做做事。家庭生活平静了,孩子的生活才能慢慢安静下来。

秩序

学期里,孩子的生活秩序很有规律,起床,吃饭,看书作业,电视娱乐,休息,每件事都能具体到一个时间点上,与寒假信马由缰的生活秩序有着很大差别。

为了帮助孩子恢复被春节打乱的生活秩序,父母应该把家庭生活的时间节奏调整到与上学相适应的状态,并且带头执行。比如,一日三餐的用餐时间要固定,不随意安排在家庭以外的地方用快餐,提醒孩子起床和睡觉的时间,和孩子商定什么时间可以玩耍、看电视,什么时间该看书学习。

不良行为只有在行为过程中才能有效矫正。父母调整好家庭生活秩序后,务必要严格督促孩子遵守。可以允许孩子在回归的过

程中有过渡期,但过渡期越短越好,在孩子的死磨硬缠面前父母必须坚守底线不能迁就,否则孩子建立正常秩序的时间会拉长,影响到学习。

变道

如果把“学”和“玩”比作两个车道,春节期间孩子无疑行走在“玩”的车道上,孩子的心思全在“玩”上,这是理所当然的。

开学以后,道路前方出现了“学”与“玩”的分道标志,孩子本该变道走“学”的道路,内心却很想继续在“玩”的道路上继续行驶。此时此刻,如果父母不能够及时引导孩子转向,就会导致孩子兜个大圈子之后再返回到正道,白白浪费孩子的学习时光。父母应该提醒孩子打开转向灯,在转向灯的闪烁中把注意力拉回到学习上来。

心情

新年新起点,新希望,一切从新出发,一切指向新的收获。别忘了,倘若孩子怀揣一份快乐的心情走进新学期,学习就有了一个好的开局。

让孩子穿上新衣服去上学。过年的新衣服是孩子的最爱,孩子穿上这身衣服走进校园,走进班级课堂,过年的喜悦心情自然而然跟随过来,孩子们彼此关注着、欣赏着、高兴着,听老师和同学说话时心里都是喜滋滋的,整个教室都会令孩子着迷。让孩子畅谈自己的新目标。旧的不去新的不来,无论孩子的学习是优是劣、习惯是好是坏,过去的都让它过去,未来才属于自己。可以让孩子给自己设定新学期的目标,不要孩子说假话,只求孩子说真话,说办得到的话,说高兴说的话。只要孩子定的目标尚可,即使不如父母之意也没关系,孩子心甘情愿去努力就OK,说不定还能给父母一个惊喜。

开学了,一切都是新的。



瞧!市楚水学校的孩子上课多专注。 杨桂宏 摄



市实验小学楚娃版画社团的孩子练习制作油印小版画。刘晖 摄



在市第二实验小学,孩子们在图书馆认真阅读。 朱舒亚 摄



放学了,景范学校的孩子又有了新的收获。 梅立成 摄