



如何用家风家教影响孩子一生？ 这场直播告诉你答案

■指导专家:福建省家庭教育研究会会长 郑捷 国家二级心理咨询师 柯媛媛

□本报记者 林晓丹
直播团队 周千艺 陈昶晔
苏维德 章立强 陈香

今年1月起,《中华人民共和国家庭教育促进法》正式实施,家庭教育由“家事”上升为“国事”。

家风,是家族绵延不断形成的家庭风气,好的家庭教育则是为孩子创造成长的良好家庭氛围。3月8日下午,福建省计划生育协会开展主题直播——“重家风家教 建幸福家庭”,引导广大家长认识好家风,重视家庭教育,促进家庭和睦幸福。

截至3月8日21时,本次直播观看人数已超28万人。



最好的教育是言传身教

郑捷说的第三个故事来自福建文学家林语堂。林语堂考上知名高校后,林父无钱缴纳学费,四处筹集之时,有人送来学费,原来这是林父多年前帮助的一个贫困友人,如今回馈于他。顺利完成学业后,一天,林语堂带着女儿在花园里散步,看到蜘蛛便说:“我们不能看轻任何一个生命,每个生命都有价值。”

柯媛媛认为,这既是林语堂对守望相助的感想,也表达了对大自然的敬畏。在亲子教育中,自然是很重要的。人容易从自然中得到疗愈,如果孩子没有机会阅读万物,就没有创新的土壤。

教你几个夸孩子技巧

孩子的自信心如何建立,是很多家长关注的问题。

柯媛媛支招说,夸孩子,先要认清孩子有什么特质,但不要给特质贴标签。如孩子参加活动,上台前紧张心跳,是胆子小吗?不,父母可以引导孩子,把这种心跳加速当做擂战鼓,对孩子状态的影响就不同了。长此以往,孩子的自信心就建立起来了。

其次,夸孩子要夸到点子上。

郑捷举例:孩子从学校回来说“我觉得自己一事无成”,父母可以说“你做了很多努力、你对自己很有要求”,而不是泛泛地夸。

孩子的成长关系到一个家庭的未来,更关系到祖国的未来,没有任何一个时代像今天的父母这样需要学习。这也正是福建省计划生育协会特别举办一系列专家访谈节目的初衷之一。

接下来,为进一步做好健康知识科普宣传,切实提高广大人民群众的健康素养,我们将继续把上述专家的讲座视频放在福建卫生报、八闽生育关怀微信公众号上,以便大家回看。

活动组织

指导单位:福建省计划生育协会

主办单位:福建卫生报

A 什么是好家风?

直播一开始,郑捷就通过大家非常熟悉的福建文学家冰心和女儿吴青的故事,来引导大家思考如何树立好家风——

1995年,《冰心全集》出版,冰心将九万元稿费毫无保留地捐给《农家百事通杂志》,以此成立了农村妇女教育与发展基金,帮助农村贫困地区妇女。

女儿吴青亲眼见证后难以忘怀,她继承了冰心的意志,献身公益事业。后来获得了“亚洲诺贝尔奖”——“菲律宾麦格赛赛公共奖”。这正是好家风在家庭教育和子女成长中的作用。

给孩子“立规矩”建设好家风的第一步

柯媛媛指出:给孩子立规矩,首先家庭内部(父母)要建立一致的价值观,如果把家庭比作一辆

车,价值观就是GPS(导航系统)。其次,要和孩子解释,家里的规矩是怎样的,如不能撒谎,日常在读绘本、讲故事等场景,要引导孩子去识别,什么是撒谎。三是制定执行计划,如果撒谎了,将受到怎样的惩罚。

慈严相济把握“立规矩”的度

《家庭教育促进法》中提到,家庭教育要慈严相济。柯媛媛表示,慈不等于放任自由,每个孩子有自己的特质,父母应在充分包容的基础上“严”。

严则分两部分:一是守信,父母心中的价值观,要与行为一致,不能告诉孩子家风是不说脏话粗话,自己

日常却常脱口而出。二是对孩子的承诺和惩罚守信,突破了就惩罚。不能因为孩子小,或者一时心情好坏,而不守信,这样会损害孩子的心智。

普通人也能成为孩子的榜样

有些人觉得,自己就是个普通人,这样能给孩子好的家风教育吗?柯媛媛认为,作为父母,要善于发现自己的价值。如全职妈妈,善于做饭也是一个重要价值,能做出一桌好吃的饭菜,要么是有天赋的,要么善于学习,要么是有组织协调能力的,父母要擅长从平凡小事里看到自己的价值,对孩子也是如此。

郑捷举例说,在游乐场经常见到孩子在玩、家长低头看手机的一幕。其实,家长可以多关注孩子,看看孩子玩得对不对、好不好,哪些游戏可以玩得更好,一方面是提升陪伴孩子的质量,另一方面也从行动上给孩子不沉迷手机等电子产品的示范。

B 比学习成绩更重要的东西——给生命留白

如今“鸡娃”风正盛,对此,郑捷用福建数学家陈景润和儿子的家风故事,来讲述给生命留白的重要性——

陈景润平均每天只睡四小时,但他挤出时间陪儿子玩。更难能可贵的是,他顺着孩子的天性。小时候,陈景润的儿子上过数学班,孩子很聪明,能解出附加题,唯一的问题是缺乏兴趣,后来陈景润让孩子改学感兴趣的小号。陈景润的儿

子长大后说,他永远记得父亲对他的影响。

这就带出一个话题:不要把自己的理想投射到孩子身上。

聪明的父母巧协调玩和学习的关系

当下学校教育“双减”,在郑捷看来,这是给生命留白。减出来的课外时间,孩子能在玩的过程中提升自己。

而孩子如何在玩的过程中

学习、收获,是需要父母引导的。父母可以学陈景润,观察孩子的兴趣点,进行针对性培养。

还有,在孩子的职业理想中挖掘闪光点,加以引导。柯媛媛举例说,比如,孩子说“我想当个外卖小哥”,不要着急否定,也不要盲目夸奖“真棒”,而是引导孩子去思考:假如你是一个外卖小哥,短期内接了3个单,如何快速统筹路线?