

# 做关系型父母 掌握爱与管教的平衡

陈明

现实生活中,经常有家长因为在孩子面前没有权威而感到苦恼。众所周知,几种负面教育风格的家庭模式,比如强权式、溺爱式或忽略式的父母,都会对孩子成长带来不利影响,也很难在孩子心中建立真正的权威。这样的教养模式才能让父母既和孩子有亲密的关系,又对孩子拥有真正的权威和影响力呢?美国亲子关系专家麦道卫博士写过一本《六A的力量》,书中强调爱与管教的平衡,提出理想的父母应该是关系型父母,对孩子有爱也有权威。关系型父母一般具有以下几个特点。

## 亲子关系以爱为基础

如果把家比喻成一座房子,麦道卫认为父母对孩子的接纳是地基,紧挨着地基的是赞赏、关爱、时间;代表管教部分的责任和权威,就像房梁和屋顶。也就是说,在健康的、功能完善的家庭里,良好的亲子关系是管教的基础,否则父母很难在孩子心中建立真正的权威。

我有两个朋友的孩子都是初中生,两家的情况形成鲜明对比。一个孩子平时成绩不太好,但父母一直以平等、接纳的方式和孩子相处,总能看到孩子身上的优点并给予鼓励,所以孩子性格比较阳光,平时和父母相处很融洽。这次居家学习期间,孩子不仅能自觉完成学习计划,还会主动做一些力所能及的家务,居家时光仿佛成了孩子成长的加速器,给了父母很大惊喜。另一个孩子平时成绩很好,父母期望很高,全职妈妈投入很多精力在孩子身上。但居家学习期间,孩子仿佛变了个人,每天沉迷于网络游戏,拒绝和父母沟通,甚至因为一件小事和妈妈爆发严重冲突,让父母非常难受。

显而易见,这两个家庭的差别在于,亲子之间是否建立了以爱和接纳为基础的良好关系。正如麦道卫所言,“规矩若不是建立在良好的关系上,就会导致反抗。孩子不会对规矩积极响应,他们只对良好的关系有所响应”。如果父母不是通过爱和接纳给予孩子安全感,没有通过赞赏给予孩子自我价值感,没有花时间去真正了解孩子的感受和需求,就不要指望孩子会心悦诚服地顺服父母定的规矩。当孩子进入青春期,这些规矩还可能遭到意想不到的叛逆,导致更多的负面行为。

## 言传身教是最大影响力

关系型父母还有一个重要特征,就是通过自身榜样的力量,给孩子以正向积极的影响。几乎所有的孩子长大后都会或多或少承袭父母的秉性。父母如果希望对孩子有影响力,就必须自己先身体力行。

作为一名初中孩子的家长,此次居家学习期间我对此深有体会。我希望孩子每天能有固定的阅读时间。但刚开始孩子很难安静地坐下来进入阅读状态,如果大人不提醒,他有时还会忘记。后来我们想了一个办法,将每天晚餐后的一个小时定为家庭阅读时间,一家三口一起坐在餐桌边读书,读完后就当天阅读的内容互相分享。这样坚持几天后,孩子很快就养成了每天阅读的习惯。

关于如何成为孩子的榜样,麦道卫认为父母也可以接受孩子的监督,让孩子学会负责任的最好办法,就是父母自己先为孩子设立一个榜样,同时接受孩子的监督。做到这一点并不容易,需要父母在孩子面前有一颗诚恳谦卑的心,能够从孩子的角度出发,尊重他们的感受。作为4个孩子



黄思涵(9岁,北京市通州区运河小学)绘

的爸爸,麦道卫对每一个孩子都这样说:“我想做你最好的爸爸。如果你觉得我做得不对,或者不公平、不爱你、不关心你,请你一定告诉我。”当孩子说出自己的真实感受,提出中肯的意见,他就会反思并努力做出改变,包括放下身段请求孩子的原谅。

## 让孩子学会自己承担后果

爱和管教,就像家庭教育这架天平上的两端,缺一不可,相辅相成。关系型父母既会和孩子建立爱的关系,也会用规矩和约束来给孩子划界限。

有两种让孩子自己承担后果的管教方式。一种是让孩子承担自然后果,即通过自食其果来学会守规矩。对很多中国父母来说,这一点似乎是件困难的事情,他们总害怕孩子走弯路,总想帮孩子规避成长中的风险,实际上却剥夺了孩子体验世界的机会,也很难帮孩子建立起自信心和责任心。

麦道卫家的客厅有一个敞开放式壁炉,他经常担心小儿子乔纳森会被烫伤,因为孩子根本不懂得火的厉害。有一天他们吃烛光晚餐时,乔纳森伸出手指去触碰蜡烛的火

苗,他没有阻止,结果孩子被火苗烫到后立刻把手缩了回来,疼得大哭。孩子的灼伤并不严重,但这次经历足以让他尝到火的厉害,并知道以后要避而远之,父母就不用再担心他因靠近壁炉而被烫伤了。

另一种管教方式是逻辑后果法则,即父母和孩子事先约定不履行职责或有不当行为时将要面临的处罚。比如“要是不能把饭吃完,就没有甜食吃”“如果当天玩手机的时间超过一小时,接下来的一周都不再玩手机”。实行逻辑后果法则的一个重要前提是事先协商,而不是由父母单方面制订规矩。这种管教方式要求父母相信孩子能用自由选择来负责,并且帮助孩子发展出做正确选择的能力。

## 坚持原则,言出必行

一旦制订了规矩就不轻易改变,温和又坚定地执行规则,是关系型父母的又一条教育准则。孩子如果违反了事先约定好的规矩,就必须接受说好的处罚。否则规矩就失去了应有的约束力,父母也失去了应有的权威。

我儿子上小学四年级时,每个

周末最喜欢的就是和小伙伴一起去附近的广场玩耍。有一天他回家后没有完成作业,并撒谎说老师没有布置作业。我发现后没有大发雷霆,而是严肃平静地告诉孩子,撒谎是不对的,必须按我们之前说好的规矩接受处罚,就是周末不能和小伙伴去广场玩耍了。孩子可怜巴巴地说,这个周末是他一个好朋友生日,已经约好了要一起庆祝。但不能撒谎的规矩和惩罚措施都是之前说好的,孩子必须为自己的行为承担责任和后果。最后我没有松口,孩子也接受了这个事实和教训。当然,我也理解孩子心里的失落情绪,让他向好朋友解释了原因并事后买生日礼物补送给他。

对父母来说,坚持原则的确不是一件容易的事情,我们很多时候容易受到自身情绪或者孩子情绪的影响,比如看到孩子哭闹不止就忍不住心软,或者在公众场合觉得没有面子就妥协,这都不利于树立孩子对规矩的敬畏心,也不利于帮助孩子成为一个有界限、负责任的人。

世界上没有完美的父母,但我们可以不断成长,努力成为关系型父母,对孩子有爱,也有权威。

(作者系本报实习编辑)

# 生存教育 让孩子临危不乱

周金萍

疫情居家期间,我和女儿一起读了凡尔纳的《格兰特船长的儿女》,格兰特船长的儿子罗贝尔令人印象深刻,也让我进一步意识到对孩子进行生存教育的重要性和迫切性。

罗贝尔只有9岁,但是会骑马、能打猎,还能在“邓肯号”上像船员一样工作。这个孩子很善良,有主见,当人们被狼群围攻之际,他表现得勇敢冷静,出人意料地骑马引开狼群最后脱险,后来还想办法把面临生命危险的小伙伴们从地牢里解救了出来。

罗贝尔的这些表现让我很受触动,什么样的经历和教育能让这么小的孩子如此临危不乱机智勇敢呢?想想我们身边9岁的小朋友,可能还在爸妈怀里撒娇呢。罗贝尔安慰姐姐的时候说,父亲曾告诉他,男子汉应该靠自己的能力生存。可见父亲平时说的话已经深印在孩子的脑海里,并影响到他的为人处世。

家长平时对孩子的锻炼和教育,关键时刻能发挥作用。这次疫情中也出现了一些像罗贝尔一样勇敢独立的小朋友。据新闻报道,湖北的一个五口之家,4个大人都感染了新冠病毒而被隔离治疗,12岁的小男孩独自在家生活了二十多天。他一个人在家上网课、练钢琴,自己做早餐、烧开水,体现出了很强的独立生活能力。这个周末是他一个好朋友生日,已经约好了要一起庆祝。

但危机和苦难也许是最好的生活教育契机。在这次超长假期里,我发现很多家长都在有意识地培养孩子的生活自理能力和独立能力。家长只有在平时生活中注重培养孩子的生活能力和意志力,孩子将来面对危险或困难时才能临危不乱,像罗贝尔一样,不但能在逆境中保护自己,还能想办法解决问题、帮助别人。

这段时间我也想了些办法来培养女儿的生存能力。先是让她单独住一个房间,然后慢慢鼓励她自己去小区运动锻炼,事先商定遇到危险的应对方式,比如安全的回家路线和紧急联系方式。在生活技能上,我开始教女儿学着烧开水、做简单的饭菜、洗衣服、打扫卫生等。

疫情中有我们熟悉的人去世了,结合我们看过的书和电影,我告诉女儿天灾人祸是人生难免的挑战,不要惧怕困境和危机,只要平时努力掌握生活本领,拥有强大的内心,没有什么难关是过不去的。

(作者系湖南省津市市作协副主席)

# 从“应然”到“实然” 提升教育效益

## ——天津外国语大学提升马克思主义基本原理教育效益创新实践纪实

高校“马克思主义基本原理”课程(以下简称“马原”)是大学必修的必修课,承担着对大学生进行思想政治教育,引导大学生树立马克思主义世界观、人生观、价值观,提高大学生综合素质的重要使命。但在目前的教育实践中,“马原”课程的教育效益与其承载的使命之间容易产生落差。为使“马原”教育的“应然”更大程度转化为“实然”,天津外国语大学马克思主义学院树立以学生为本的教育理念,采用互动式专题教学模式,并运用“课堂+网络+实践”三位一体的教学方式,力争在更大程度上实现“马原”课程教育的更大效益。

### 以学生为本,让“马原”学习更主动

“以学生为本”的教育理念把学生作为教育和管理的核心,围绕学生的诉求开展教育活动,确立学生在教育活动中的主体地位。学院从当代大学生所处的时代环境和接受知识的特点出发,了解学生对情感表达和个性发展的需求,在“马原”课堂上启发学生主动思考,鼓励学生表达自己的真实想法。同时,学院积极打造“对话式”课堂,邀请名家与学生面对面交流,通过讲述时代故事、抒发人物情怀,增强“马原”课程的思想性和亲和力。例如,学院邀请周恩来总理的侄女、中新社原副社长周秉德女士来

到思政课堂,以“中国化马克思主义的人物与情怀——周君恩来”为主题进行授课。周秉德女士结合亲身经历,讲述周恩来总理既平凡又伟大的生活点滴,使学生们真切感悟到周总理的家国情怀。名家的讲述,真实的故事,更能引起心灵上的共鸣,从而引导学生真正做到将马克思主义原理内化于心、外化于行,成为他们实现全面发展、提升自身综合素养的精神动力。

### “专题+互动”,让学习内容更生动

“马原”课程囊括了马克思主义哲学、政治经济学和科学社会主义等内容,涉及领域广、原理多,教师在有

限课时里难以讲授得面面俱到。学院采取了“专题+互动”的方式,凝练教学内容的同时提高教学质量,确保重点突出、重点突出,强化教学思想性。根据对马克思主义原理的认识过程和规律,学院将课程内容分为若干个专题,如马克思主义与马克思主义、唯物论、唯物辩证法等,既明确了“马原”课程各部分内容之间的逻辑关系,又能启发学生进行重点思考。通过问题导向式教学,组织学生围绕发生在身边的社会热点,利用辩论赛、即兴演讲、演绎话剧等方式,培养学生在互动碰撞中运用马克思主义基本立场、观点和方法发现问题、分析解决问题的能力。学院设立“行走的最强思想”思政创新课,选取典型展览

馆、现代化企业、政府部门作为教学基地,通过现场授课,学生们能零距离“触摸”马克思主义丰硕成果,在自主探索中加深了对马克思主义原理的理解与认识。

### “课堂+网络+实践”,让教学手段更灵动

“马原”课程内容理论性强、抽象性强,学生接受消化有一定困难,仅仅依靠课堂这一单一途径,难以让学生感受到马克思主义原理的生命感、时代感和立体感。学院抓住课堂、网络和实践这3个学生获取知识的关键途径,将“马原”小课堂融入社会大课堂,实现了校内与校外、线上与线下教育资源的有机整合。一是学院积

极开展慕课教学,利用大量国家精品思政课程,提升教学的广度和深度。二是通过学院微信公众号,推送马克思主义理论新的成果及鲜活生动的事例,形成线上线下同频联动的思想政治教育合力。三是为增强课程实效性,学院将课程教学与学生社会实践相结合,如组建师生宣讲团,利用暑假时间赴延安、上海、正定等地,结合实地调研、现场采访获取的材料和案例,对当地的中小大学生进行马克思主义宣讲。通过“课堂+网络+实践”的教学方式,培养学生自主发现问题、学以致用的能力,从而提高“马原”课程的教育效益。

(天津外国语大学马克思主义学院于海霞)

# 校园的幸福密码

## ——杭州市小河小学(杭州拱墅教研院附属学校)办学纪实

教育应该让人拥有无限的幸福可能。走进杭州市小河小学,就有一种特殊的韵味,校训、LOGO主题图、学子形象等顶层设计,精致而富有内涵,每一处景观都渗透着学校幸福的文化,透露出学校对幸福的浓浓期待与美好憧憬。

每一名师生真挚的、由内而外的笑脸,让人真切地感受到校园里师生真实幸福的样子。杭州市小河小学拥有什么样的幸福密码呢?

### 幸福小河课程——把幸福生长融入血脉

课程是学校教育的核心载体,杭州市小河小学的幸福小河课程的个性

与特色在于它注重一个选择、浸润6种味道。

注重一个选择。每周五12:40—13:40,全校就变成了热闹的幸福里街区,包含着职业体验、生活体验、兴趣个性发展等3个方面课程群:糖果研究所、快乐魔方、汉字研究所、“艺”想“布”道工坊、3D打印社、陶艺社、演艺中心等。全校学生可以根据自己的兴趣爱好,通过网上报名选课,对所选课程进行“走班”上课。更好地为每一个学生提供适合的课程和适性的教育,实现每个学生全面而有个性化的发展。

浸润6种味道。学校通过整合,开发了幸福6味课程,同一主题,不同年级不同要求,每学期轮流开展:运动味的激情,书卷味的丰富,表演味的自豪,游玩味的诱惑,温暖味的

温馨,无不牵动着学生们的心,在这里,成长原来可以这样丰富多彩!

如今年的创意味,学校结合校园幸福生态打造,根据校园中小兔园存在的问题设计成STEAM课程。设计了“你心中的小兔园”“小兔子喂食器”“造一个兔舍”“兔舍臭气处理”“兔舍垃圾处理”等不同项目任务……学生们一起去发现,一起去创造,一起去交流。

### 幸福心理——让每个学生幸福得到关注

每个学生课桌的左上角,可以放置代表自己不同心情的心情卡,教师在班里来回一走,学生们的心情如何一目了然。师生之间、同学之间学习交流,可以更好地照顾彼此的情绪。

幸福心理是学校幸福教育品牌的核心内容。它以培养具有积极阳光心理品质的幸福学生为育人目标,以幸福情绪力为主线,以幸福心理课程活动等为主要载体,以学校幸福心理长廊为依托,以自主实践体验为主要方式的幸福心理课程。按照“每天一个关注,每周一个拓展,每月两节心理课,每年一个节日”来实施。

学校还通过举办心理节,设计演出心理剧,开展各式心理游园活动,组织各年级进行心理问卷设计与调查等一系列有趣有味又走心的活动,进行学生幸福心理品质培养。

### “幸福小店”,让每一个学生有幸福的追求

“幸福小店”可以毫不夸张地说是

全校近千名学生喜欢的地方!这是一家交换幸福、分享幸福、管理幸福、创造幸福的小店。小店从设计到布置,每一个细微之处都是学校师生合力完成的。

“幸福小店”的礼品主要由学校提供和学生社团作品组成,学生作品由自己标价,小店店员审核定价后上架售卖,东西售出后,小店店员负责记录和通知物品主人领取售卖所得幸福币,用劳动成果实现幸福币的增量。

“幸福小店”还是学生的幸福体验申请和发布中心。师生通过微信投票,选出以下10大幸福体验项目:幸福作业、幸福礼品、幸福影院、幸福助手、幸福餐厅、幸福阅读、幸福园艺、幸福社团、幸福同桌及幸福讲台,学生通过幸福币向教师申请兑换

幸福体验单,有学生曾“一掷千金”换得与自己喜欢的教师共赏电影。

“小店货币”,是学校根据德智体美劳培养目标,设计不同颜色的幸福币,分别代表健美、博美、雅美、慧美、品美和能美,各任课教师根据一定奖励标准进行发放,以学生为单位建立幸福储蓄账户。教师可以用自己的手机扫描学生手中的幸福银行卡二维码进行幸福币的登记。通过大数据处理,每一个学生在学期结束时都会收到一棵属于自己的幸福成长树,树上的各色果实大小是6大能力的评价体现。

走过90年的小河小学,以幸福的力量,让学生按照自己喜欢的方式不断成长,轻盈地走向人生幸福的远方。

(周华)