

期中考试临近 家长该做什么

家教沙龙

01

在学习路上 不要指望孩子能自觉

孩子的学习问题一直牵动着家长们的心,父母们聚在一起就会忍不住互相倒苦水,几乎每家的孩子学习都是本难念的经:

A家长说:孩子对学习的心,太浮躁,多次和班主任沟通,一直没改善。

B家长说:孩子很聪明,只是有时候没用在在学习上,家庭作业倒是能完成,让他多写一点课外作业都不愿意。

C家长说:孩子上课老走神,不专心,写字慢又爱顶嘴,说他一句,他有十句等着你。

其实,大家讲的都是一个问题,那就是孩子学习不够自觉。对于很多孩子来说,指望他们离开监督靠自觉,实在是太难。

孩子就是孩子,他们自律性很差,没有几个孩子能够管得住自己,更多的是需要家长的约束。懂教育的父母,都不会指望孩子自觉。

孩子的自觉性,培养得越早越好。从来没有天生自觉的孩子,只有长期督促的家长。

正如一句话所说:“父母管教是基础,孩子自觉是目的,基础打牢,不怕地动山摇。”

因此,想让孩子在期中考试中取得好成绩,家长一定要起到监督作用。

02

每一位学霸背后 都有个“硬核”的家长

有人说:“任何一个优秀的孩子,都不是横空出世的奇迹,而是有迹可循的因果。它的因,在家庭。它的根,在父母。”

在一个著名的心理学实验里,心理学家找来100多名大学生,把他们分成四类:富裕家庭高自尊的大学生、富裕家庭低自尊的大学生、困境家庭高自尊的大学生、困境家庭低自尊的大学生,然后扫描他们的大脑结构,尤其是海马体(大脑学习、记忆、压力管理等多种功能的中枢),最后发现,来自困境家庭大学生的海马体体积,平均值显著小于那些富裕家庭的大学生。

但是,困境家庭高自尊的大学生和富裕家庭高自尊大学生的海马体体积平均值,没有显著差别。也就是说,如果物质匮乏,但是父母给予的精神资源非常丰富,孩子一样可以赢在人生的起跑线上。

2019年高考取得裸分730分的广西考生杨晨煜,其妈妈在谈及“如何养成学霸”时,就反复强调了一点:“作为家长要自律,不能把孩子丢一边自己玩手机。”

一个稳定积极的家庭环境,与父母做什么工作、有多少钱、受过什么教育无关,却可以给孩子提供强大的精神力量,让孩子在面对挫折、艰难时有足够的勇气和自信去面对。

不是鼓励人人都要当学霸,也不是鼓励所有父母都要铆足劲把孩子往学霸之路上培养,毕竟每个孩子都有自己的天赋和际遇。但作为家长,应尽己所能给孩子提供好的成长空间,安全守护其成长。



03

成绩再好的孩子 也讨厌父母说这5句话

家长是孩子成长过程中的重要角色,其言行举止对孩子的成长和发展有着至关重要的影响。考试前,家长必要的提醒会让孩子有所警醒、提高复习效率,但是有些嘱咐则是“考前毒药”,容易给孩子带来负面影响。

第一句话:“复习得怎么样了?有信心吗?”

毒性:★★★★★

这句考前叮咛可以说是“出镜率最高”,但同时也是最毒的“考前毒药”。考前询问孩子复习情况往往会制造焦虑,最好的处理方式不是询问复习情况,而是肯定孩子付出的努力,比如“复习辛苦了,别累着”这样的鼓励,往往是肯定孩子的付出,但同时没有强调结果,既可以令其感到被认可,同时不会有“承诺的风险”。

第二句话:“不要紧张,能考XX名就可以。”

毒性:★★★

孩子所有的紧张,其实都源自对于“目标的未知”,不知道自己不能实现目标,那么这个时候,如果想给孩子减压,仅仅“降低目标”是不够的,而是根本不提目标。

“忽略目标、认可过程”才是考前最好的减压方式。因此,考前最好是对孩子说:“坚持了这么久真是不容易,能坚持下来就是胜利。”然后,再聊聊这一年有什么时候是最难过、想放弃的,后来又是怎么坚持下来的,也可以聊聊家长自己的心路历程。

第三句话:“早让你看你看不看,现在着急了。”

毒性:★★★★★

有些孩子喜欢临时抱佛脚,觉得抱那么两下,死马也能当活马医了,能看几道题是几道题。说这句话,家长其实是出于关心,怕孩子熬夜影响了应考状态,但是这种“错把抱怨当成叮嘱”的方式一定要克服。

无论孩子平时表现如何,考前都要“以肯定代替否定”。当遇到孩子临时抱佛脚熬夜时,家长无论多么愤怒都要忍住,说一句“临阵磨枪,不快也光,再早点睡明天状态一好,不会的也有灵感了”。

对于他的监督和批评可以放在平时或考后。在考前,“强调积极”是硬道理。

第四句话:“不好好学习,要你有什么用。”

毒性:★★★★★

说这句话会让孩子觉得,难道“我只有好好学习才是你的孩子吗”,难道“父母只看重我的成绩吗”。这样的话不仅会使孩子越来越自卑,有时还会引起孩子的逆反心理。

第五句话:“你就好好复习吧,其他事不用你管。”

毒性:★★★

很多家长为了让孩子能专心复习,其他事一概不用孩子做。可是,孩子每天只把心思放在学习上,就真的能学进去吗?学习是需要劳逸结合的,让孩子在复习之余,动手做一些力所能及的事情更有利于进步。



04

最温暖的5句话 父母请多对孩子说说

在考试前,家长多对孩子说以下这几句话,孩子能发挥得更好。

第一句话:“学习虽苦,可最好的时光就是用来学习的。”

读书,是世界上最最好走的那条路。哪怕父母拼尽全力,能够给你的也很少很少,除了保证让你衣食无忧地读书和学习,将来得靠你自己去争。学到了知识,才有底气为自己谋划人生。为什么不追求上进呢?人生是不断上升的过程,你要不断向上爬,才能看到更美的风景。

第二句话:“只要努力了,你就是最棒的。”

只要努力了,不管成功与否,你都是最棒的。这句话请一定要多对孩子说说,告诉孩子努力的重要性。

第三句话:“你很厉害的,不要放弃。”

在学习过程中,孩子总会遇到各种各样的难题,每一步都需要坚持。这时,家长要及时给予孩子鼓励,给孩子加油打气,让孩子学会坚持,学会战胜困难。

第四句话:“考试虽然重要,但你进步的姿态更重要。”

考试只是孩子的一个考验,是一场经历,过分苛求高分,只会给孩子无形的压力。因此在考前多对孩子说这句话,让孩子跟自己比,今天跟昨天比,使孩子自信心爆棚。

第五句话:“不管怎样,爸爸妈妈都相信你。”

一句简单的“相信你”,会让孩子感受到被肯定、被认可。家长的认可与肯定,会让孩子更加自信,让他表现得越来越好。

在恰当的时候,给孩子一点鼓励,给予孩子积极、正面暗示。

05

家长默契配合 孩子才能考出好成绩

期中考试前,家长和孩子配合得越好,孩子成绩也就越好。

创造一个安静的学习环境

有些孩子喜欢边玩边做作业,为了帮助他们改掉这个坏习惯,家长应该给孩子做出好榜样。在孩子努力学习的时候,不要当着孩子的面看电视。如果孩子在看书,家长们也不妨拿起报纸和书本与孩子一起充充电,如此可以创造出一种热爱学习的家庭氛围。

不指责、不抱怨

就算老师留的家庭作业确实过多,家长也不能当着孩子的面抱怨老师的不妥,而是应该强调家庭作业的正面意义,以免刺激孩子的厌学心理。

督促孩子杜绝不良学习习惯

看电视写作业、听音乐写作业等,这样容易分散注意力,降低学习效率。家长一定要帮助孩子认识到做作业不是为了应付老师,而是巩固所学知识。

允许孩子根据实际情况“偷懒”

如果因为某种特殊原因(如生病)实在不能按时完成作业,家长应及时与老师沟通,切不可强迫孩子赶作业而影响睡眠,这样得不偿失。如果老师留的作业实在太多了,这是家长最为难的时候。在来不及与老师沟通的情况下,家长可以让孩子选择性地完成作业,并在作业本上注明孩子是经过家长同意才这样做的——这样总比一样都完不成好得多。

最后,家长也要多配合老师,和老师做到有效沟通,帮助孩子顺利复习。

本报综合