

孩子做些家务不耽误学习,反而能以协作拉近亲子距离 学习不是唯一任务 做家务也能让孩子成长

家教沙龙

书桌台灯长亮,阳台绿植却无人理;作业工整,脏衣服却堆在椅子上——这是不少“学习至上”家庭的日常。家长以“学习”为孩子唯一任务,包揽家务,却发现孩子缺少家庭责任感,亲子对话只剩“作业写完了吗”的僵硬。其实,孩子做些家务不耽误学习,反而能以协作唤醒责任、拉近亲子距离。本期我们一起聊聊关于学习与劳动的事情。



案例

妈妈想让依依一起打扫客厅,她却把自己关在房间,还塞纸条说“写完卷子再出来”。妈妈独自打扫时,竟发现依依在房间里偷偷看漫画,“学习”只是她逃避家务的借口。

更让家长忧心的是,亲子交流范围越来越窄:日常对话离不开“作业写了吗”“今天学了什么”,聊起学习外的话题,依依就不耐烦。原本亲密的母女,像隔了一层膜,妈妈不知依依的校园烦恼,依依也不懂妈妈做家务的辛苦。

支招

依依的表现源于“学习=唯一价值”的认知偏差,在校有集体责任感,在家却不愿意主动帮忙,缺失家庭责任意识。可先肯定她的积极性,再用“5分钟碎片化劳动”(如摆碗筷)打破“耽误学习”顾虑,结合学习设计家务(如背课文时叠衣服),让她明白劳动与学习不冲突,逐步培养家庭责任感。破解回避,让劳动成为亲子纽带。

1.认知重构:把劳动变成“学习小帮手”

不用否定“学习重要性”,而是让孩子发现“劳动能帮助学习”,消除“耽误时间”的顾虑。比如饭后让孩子擦桌子时,家长可以鼓励说:“擦桌子只要5分钟,你写完作业坐了好久,擦桌子活动活动手,等会儿做数学题思路会更清楚,就像上完体育课听课更专注一样。”若孩子学了“百分数”,还能让她帮忙算洗衣液用量:“这瓶洗衣液每次用总量的5%,你算算洗这桶衣服该倒多少?比课本上记公式更有意思吧?”

用“短时劳动+知识关联”,让孩子觉得“劳动能帮自己学习”,主动放下抵触。

2.角色赋予:给孩子一个“家庭小岗位”

明确、固定的任务能让孩子找到归属感,避免“模糊指令”导致的逃避。

家长可以和孩子一起制定“家庭责任表”:每日任务是“晚餐后擦桌子+把脏衣服放进洗衣篮”,周末任务是“整理自己的书架+给阳台绿植浇水”。还可以准备“责任小勋章”,完成一次贴一枚,集齐10枚兑换“家庭电影夜”。刚开始若孩子忘记,家长可温和提醒:“我们的擦桌小能手,今天的桌子还没亮晶晶的哦!”待孩子完成后,具体表扬:“你擦的桌子没有水渍,妈妈不用返工,节省的时间能陪你读漫画啦!”让孩子在“被需要”中明白自己的家庭价值。

3.时光打造:让家务变成“亲子聊天局”

选需要协作的家务(如包饺子、整理衣柜),用轻松氛围消除孩子警惕,自然打开沟通。

每个周日上午,家长可以和孩子一起包饺子:妈妈擀皮,孩子放馅,哪怕饺子形状不规则也没关系。过程中不聊学习,而是聊孩子感兴趣的话题:“你昨天和同学玩‘成语接龙’赢了

吗?教教妈妈呗!”也可以分享自己的经历:“妈妈小时候包饺子总把馅放太多弄破皮,你比我厉害多了!”轻松的劳动场景里,孩子会主动分享校园的事,比如“我们班选班长,我推荐了小雨,因为她乐于助人”“我最近心情不好,但是现在说出来就好多了”。让家务从“任务”变成“亲子聊天的契机”,拉近彼此距离。

劳动从不是一份冰冷的“任务”,而是孩子读懂家庭责任的第一堂“启蒙课”。让孩子卷起袖子动手,从来不是为了替家长分担辛劳,而是想让他们在择菜、擦桌子的指尖触感里,慢慢懂得围坐的餐桌有多暖,家里的地板有多亮,都藏着每个人悄悄付出的心意。

最好的劳动教育,从不是“你去干活”的指令,而是家长放下忙碌的双手,陪着孩子一起把水果摆进果盘,一起把叠好的衣服放进衣柜。一边做事,一边聊着学校的趣事,笑着看彼此鼻尖沾到的面粉——在这些热气腾腾的细碎时光里,孩子会悄悄把“责任”二字放进心里,也会在共同付出的快乐里更懂感恩。

而那些一起劳动的瞬间,会像一颗颗小纽扣,把亲子间的联结扣得更紧。等孩子长大后回头看,记着的或许不是擦了多少次桌子,而是和你一起干活时,耳边那阵温柔的聊天声,还有心里满溢的、被家包裹的暖意。本报综合整理

因为我跟另一个朋友玩好朋友生气怎么办

三年级的航航问:我有两个朋友,如果我跟其中一个玩,另一个就会不开心。我不知道该怎么办,您可以帮帮我吗?

答:特别理解你现在的纠结,想和两个朋友都好好玩,却发现这样会让其中一个不开心,这事换谁遇到心里都得犯难,有这种烦恼一点都不糟糕,说明你特别看重和朋友们之间的感情呢!

老师之前有个学生也碰到和你一样的情况。她有两个超要好的朋友,一开始也因为这个事发愁,不过后来她想到办法啦!她先选了个大家心情都好的课间,把两个朋友喊到一起,笑着说:“我可喜欢和你们俩玩啦,不管和谁玩的时候,心里都记挂着另一个呢,你们都是我的好朋友哦!”这么一说,朋友们都明白她的心意啦!

你也可以试试这样做:首先,如果难受,别自己憋着,找个大家心情轻松的机会,像午休前或者一起放学走路的时候,和那个会不高兴的朋友聊聊,让朋友知道你很在乎对方。

然后,多创造三个人一起玩的机会,比如课间一起做游戏,周末约着去公园,这样大家都能在一块开心玩耍,就不会因为“只和一个人玩”闹小情绪啦!

要是实在没法三个人一起,和其中一个朋友玩耍后,记得给另一个分享好玩的事,让没来一起玩的朋友感觉自己也参与其中。

别担心,慢慢调整,朋友们会越来越懂你的心意,你们的友谊也会越来越甜的,而且随着长大,你还会学到更多和朋友相处的小妙招,就能更轻松应对这些小状况。本报综合整理

女儿动不动就紧关房门我应该如何应对

家长问:女儿已经初二,看她做事磨蹭,总是忍不住会提醒、催促她,可她最近很叛逆,只要我一开口说她,她就会关上卧室门,还上锁。该阻止她这种行为吗?

答:“关门行为”很可能是一种自我保护的方式。初二的学生正处于青春期,这个时期的孩子很容易产生逆反心理。当他们感觉被批评或被过度干涉时,可能会通过关闭房门等方式来表达不满和寻求个人空间。

首先,调整沟通方式。在与孩子交流时,应极力避免使用命令式的语气,因为这种语气会让孩子感受到强烈的压迫感,从而激发他们的逆反心理。相反,要尽量采用平和、鼓励的语言,将关注的重点放在孩子的感受和需求上。

其次,要适当给孩子留出一定的私人空间,要让她明白,关门这个行为本身并不是不可接受的,重要的是在她需要的时候,沟通的渠道始终是畅通无阻的。这样既能满足孩子对隐私的需求,又能保证家庭生活的正常秩序和良好的亲子沟通。同时,利用周末或者空闲时间,与孩子一起做一些她感兴趣的,比如户外运动、看电影等。这有助于增进彼此之间的感情,同时也能让孩子感受到家庭的温暖和支持。

最后,如果情况没有改善,也可以考虑寻求学校心理老师的帮助,或者咨询专业的心理咨询师。本报综合整理

