

◆第二课堂

拒绝语言暴力、尽量多陪伴孩子……

4个“锦囊”，营造家庭“悦”氛围

□记者 杜磊 见习记者 陈怡霏 文图

为进一步关注青少年心理健康，营造愉悦的家庭氛围，近日，市妇联邀请当代家庭教育“合格家长”培训高级讲师王小红，在包联单位盐湖区东城街道吉祥社区，开展家庭教育指导服务讲座。从《家庭教育促进法》出发，王小红老师强调家庭教育对孩子成长的重要意义，通过丰富的案例，给家长们带来了四个“锦囊”。



锦囊一 拒绝语言暴力

生活中，我们经常听到类似的话语：“你怎么又玩手机了？”“别磨蹭，抓紧写！”“我说了多少遍了你就不长记性。”这些话往往会在消磨孩子的积极性，逐渐让孩子产生反抗心理，加深亲子之间的隔阂。

“孩子的学习动力都在父母的行为和情绪里，当孩子表达出‘我不想去学校了’等厌学情绪时，家长不能直接呵斥或强迫孩子，而是首先聆听孩子的情绪和感受，了解孩子厌学背后的需求是什么，是因为受同学排挤？成绩不好？还是老师批评？只有了解情况，才能对症下药。”讲座中，王小红与家长分享着自己的观察。家长需要懂得孩子抱怨的背后，往往想要的是来自父母的一份理解、一次夸奖或一个拥抱。

▲家长认真聆听



▲情境演绎家庭关系

锦囊二 构建良好的夫妻关系

王小红表示，亲子关系是夫妻关系好坏的呈现。如果夫妻关系不和谐，家里纷争不断，动辄打骂，那么孩子大概率也很难保持积极向上、独立健全的人格。讲座中，王小红邀请几位家长现场演绎不和谐的夫妻关系，指出当父母地位不平等时，孩子心理可能出现的问题，告诉大家一个好的家庭关系需要彼此尊重和爱护的父母，这样孩子才能茁壮成长，不易产生性格极端、偏执的情况。

锦囊三

锦囊四 尽量多陪伴孩子

“在孩子成长过程中，父母的陪伴必不可少。这里的陪伴不单只陪着孩子做某事，而是包括环境陪伴、目标陪伴、时间陪伴、心态陪伴、状态陪伴等。”王小红说。其中，目标陪伴、心态陪伴和状态陪伴对家长提出了更高的要求。以目标陪伴为例，当家长在陪伴孩子成长的过程中，应关注孩子的兴趣和爱好，合理引导他们树立高远的人生目标和可实现的短期目标，这样孩子就能在实现目标的过程中，一步步收获自信。再者，家长在教育孩子时，应注意孩子的心理健康，培养孩子面对困难时有一个良好的心态和状态，以饱满的精神面貌投入到日常学习和生活中，而不是依赖手机等电子产品昏昏度日。

二孩宝妈马莉听完讲座后表示，她对如何更好地陪伴孩子有了更深的了解。“家庭是孩子成长的重要环境，之后我也会更加关注孩子各方面的变化，帮助孩子逐渐找到自己的人生道路。”

“十大最美盐湖人家”荣誉获得者杨俊玲表示：“好的家风可以代代相传，现在我有3个外孙，有时也会帮忙带孩子，所以不仅孩子的父母要学习家庭教育，爷爷奶奶也要学习，不能一味地溺爱孩子，要学会科学育儿。”

锦囊一 多鼓励孩子

“家长应该多关注孩子的优势，父母的关注点在哪里，孩子就会在哪里获得成长。”王小红总结道。常言道，好孩子是夸出来的。当下，不少家长陷于盲目的内卷和焦虑之中，在与他人比较中忽视了孩子的闪光点，殊不知，成绩不是衡量优秀的唯一标准，拥有一颗善良、有爱的心灵才更可贵。

市民任荣灵的孩子今年高考，对于这一点她深有感触。“我特别认可老师讲的内容，要多给孩子鼓励，孩子平时学习任务重，有时会担忧考试成绩不理想，我总是鼓励她，让她不要有负担，渐渐地，当遇到一些问题时，孩子也更愿意和我交流了。”

锦囊四

◆教育动态

我省高考网报志愿时间出炉

运城晚报讯(记者 杜磊)近日，省招考中心发布我省2024年普通高校招生填报志愿时间安排。

第一段:6月26日8时至6月27日18时。填报提前艺术、提前体育、提前一批本科、面向脱贫地区专项一批、提前二批本科、面向脱贫地区专项提前二批、面向脱贫地区专项二批、免费医学定向生、公费农科生等批次院校志愿。

第二段:7月3日8时至7月5日18时。填报艺术本科批、本科第一批(A、A1、B类)院校志愿(含高校专项、高水平运动队、定向、边防军人子女预科班等特殊类型招生院校志愿)。

第三段:7月29日8时至7月31日18时。填报本科第二批(A、B类)院校志愿(含高水平运动队、定向、边防军人子女预科班等特殊类型招生院校志愿)。

第四段:8月10日8时至8月11日18时。填报本科第二批C类、高本贯通批、提前批专科(高职)院校志愿。

第五段:8月15日8时至8月18日18时。填报专科(高职)批院校志愿。

“七彩课堂”招募暑期志愿者

运城晚报讯(记者 陶登肖)6月24日，从盐湖区第一时间志愿者协会获悉，“阳光成长”2024年“七彩课堂”暑期志愿者正在招募中。

招募对象为年满18周岁的高考毕业生、在校大学生、师范生或教师；热爱志愿服务事业，居住在盐湖区且有空余时间。报名者需按要求成为注册志愿者，并签署相关志愿服务协议；需具备基本的学业辅导能力和良好的沟通能力，能够与孩子们建立良好的师生关系，需服从项目安排，保证服务时间和质量。

据悉，阳光成长项目暑期“七彩课堂”致力于通过暑期学业辅导，为困境儿童提供学习上的支持和帮助，助力他们克服困难，提升学习成绩，同时培养他们的学习兴趣和自信心。

需要注意的是，暑期期间，志愿者最少保证能够服务30天，具体时间和天数根据项目安排而定。有意者可致电0359-2212111咨询。

平陆县退役军人志愿服务助力中考

运城晚报讯 九年寒窗磨利剑，六月沙场试锋芒。为全力做好中考服务保障工作，6月20日，平陆县退役军人在平陆中学考点开展志愿服务活动，用实际行动助力青春学子逐梦前行。

退役军人志愿者们身穿红马甲，姿势严整，精神饱满，按照分工预案，积极协助公安民警做好考场周边交通秩序维护工作，为考生开辟出了一道安全、快捷、有序的入场通道，确保考试期间周边环境安静有序。

一名考生家长说：“今天天气挺热的，志愿者为我们家长提供了椅子方便我们休息，真的太贴心了。”本次活动中，平陆县退役军人志愿服务队设立爱心助考台，为考生和家长提供休息椅，温馨周到的服务得到考生和家长的一致好评。(柳兵)