

教育系列专版

成绩与成长兼顾 让孩子拥抱幸福人生

“双减”政策的出台是为了减轻学生的学习压力,但也给有些心里没底的家长带来了更大的压力。青少年教育是让很多家长头痛的难题。一方面,为了让学生取得良好成绩,在有些孩子自控能力不足的情况下,需要家长配合学校共同督促学生保持学习劲头;另一方面,孩子有自我成长的需求,有限的精力有时不能全都投入到学习当中。如何在学习成绩与身心成长间寻找平衡点,是学校和父母都必须考虑的问题。

在社会上摸爬滚打过的家长们难免更重视学习成绩,希望孩子在人生中最宝贵的学习时间里能勇攀高峰,这样才可能在未来的人生中更有竞争力。也正是因为比孩子们更明白学习的重要性,家长在面临孩子的教育问题时,才总是想尽自己所能地使劲儿推一把,但又怕用力过猛导致揠苗助长、伤害孩子。到底该如何教育青春期的孩子,是让很多家长头疼的问题。

孩子“压力山大”盼“双减”

“学生的任务就是学习,现在的条件这么好,怎么就不能好好学习?”很多家长都会发出这样的感叹。但如果对比一下十多年前的学生和现在学生的普遍学习状态,就会发现当今的学生有多忙、多累,他们又有多需要减压降负。

学习时间长、内容多。上世纪八十年代以前的学生,每天只要在学校上课,回家做完作业就可以超玩了。他们不仅拥有一年两次的超长假期可以尽情玩乐,平日里也经常和小伙伴们在街边胡同奔跑撒欢儿。而现在的孩子普遍是什么样的学习生活状态呢?除了学校的课程和家庭作业,他们还会面临更多的“辅助教学”和各类实践活动,把学生的假期通通挤占。同时,活动空间的减少也导致孩子们运动量不足,而足够的运动不仅可以使孩子拥有健康的体魄,还能帮助他们释放压力。“双减”政策的出台,正是为了减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担,确保学生有足够的休息时间,并让他们有精力去发展自己,做好自己。

家长焦虑带给孩子压力。面对社会竞争压力,家长难免对孩子的未来充满担心。家长希望孩子取得好

成绩,不仅是为了孩子在未来的人生中更有竞争力,同时也体现了家长因生活压力、职场竞争压力所产生的焦虑心理。有的家长在日常生活中,当孩子学习好就猛夸,成绩达不到预期就是一顿责骂,或者整天追问孩子的成绩如何,比孩子还紧张考试,甚至有的家长羞于和他人谈起孩子的成绩等,这种让孩子觉得家长比自己更在意成绩的环境会让他们感到十分压抑。家长对成绩的过度重视,正时刻提醒着孩子成绩的重要性。这种紧迫感不仅让孩子压力过大,还会使其学习效率下降,导致越想提升成绩却越难提升的情况。

青春期心理变化难调节。学生的压力不仅仅是来自学业的压力,还有时间和精力的高消耗,而孩子的精力也不可能完全只放在学习上这件事上。处于青春期的少年无论在生理上还是在心理上都面临着自我蜕变,这是他们成长的必然过程。但这个过程的转变有时是他们自己也难以掌控的,需要与他人的精神交流、对自尊自信的建立以及来自社会层面的认可和自我定位,而当成长与预期不足时,这份渴求就会变成压力,非常容易转变成自我否定,直至被彻底压垮。

培养孩子的优秀品格 让孩子成功拥抱未来

很多家长认为学生的主业就是学习,孩子不需要做家务,不需要帮助父母做力所能及的事情,更没必要为家庭作什么贡献,甚至有的家长恨不得孩子睁开眼睛就开始学习,他们会把孩子需要的一切提前准备好,热了开电扇,渴了赶紧准备水果、饮品。但一个人每天的精力是有限的,每个孩子对知识的接受能力更是各有不同,学习同样要掌握一个度,并不是一天24小时都在学习就真的能提高学习成绩,这种欲望是过度的,也是填不满的。

在学校考试中得高分,在人生同样要得高分。家长们总是要求孩子们专注于学习,甚至会以过来人的身份教育孩子:“等你工作后就知道了学习有多重要,你会后悔当初没有好好学习。”实际上,在孩子的成长过程中,成绩、能力、人品

缺一不可。比起一味地追赶成绩,孩子要学习的还有很多。如何为人处世,如何自我调节压力、如何树立正确的“三观”、如何正确面对与他人的竞争和个人的得失、如何面对人生的挫折和困难,这些才是他们面对未来人生的必修课。

知识很重要,人品更重要。若应试教育是给孩子的一张通行证,让他们可以去任何想去的地方,那么素质教育就是培养孩子的综合能力,让他们有到任何地方的能力,而品德教育则是让孩子能走得更远,不会半路走错方向毁掉他们的未来。显然,三者兼备才是最好的选择。但孩子的自我调节能力和自控能力有时并没有那么强,这就需要家长的帮助和指导,在督促孩子好好学习的同时,也要多关注孩子的身心健康成长。

家长担心孩子学习成绩下降怕“双减”

“双减”给家长带来的影响有多大?那就是把孩子成长教育中家长可以“偷懒”的部分减没了。过去几年里,随着家长们越来越重视孩子的教育,家庭教育成本支出逐步增加,各类教辅课程充分满足了家长们的各类需求:如果孩子有偏科、成绩不理想、学习效率差、上课精力不集中等问题,那么家长就会考虑给孩子报补习班来提高成绩;若是孩子学习好,也还有各种“特长班”让孩子提升实力;如果孩子学习不错但又够不上参加各种比赛,

还可以发展一些其他爱好,各式“兴趣班”任意挑选;若是还有能力的家长,则会让孩子参加一些社会实践类活动,增强孩子的个人能力……总之,家长一定会把孩子的课余时间安排得明明白白。

显然,对大多数因“双减”而格外焦虑的家长来说,只要孩子的时间被排满,看到孩子一直在学习,就是在为提升成绩而努力,但这只是家长排解教育压力的一种错误方式。“双减”为学生减轻了学习负担,却让习惯了孩

子在“题海中沉浮”的家长们不安,这让他们感受不到孩子学习的“勤奋”,又总觉得其他同龄学生正在家里“偷着学”,心中的焦虑感就会持续上升,并将这种焦虑继续传递给孩子。

其实,无论家长、孩子还是学校和老师,都希望真正做到教育减负。但这种减负不能以降低学生对知识的摄取为代价,而是希望通过减负真正提升孩子的学习效率,让孩子在学习知识的同时不被抹杀天性,在玩乐中同样能学到知识。

正确面对竞争压力 家长不要给孩子过度施压

对于大多数家长来说,孩子考高分、上大学,学到知识、提升能力的同时,也要有张闪亮的毕业院校名片做招牌,这样才能拥有更广阔的发展前景……而我们对未来的一切美好设想,都有可能被高考中的几分之差影响到。试问,这样的情况下,家长们又怎么可能看淡孩子的学习成绩呢?

知识是别人偷不走的财富,学历更是职场上的敲门砖。我们都知道学历不能完全代表个人的真实能力,学历也并非不是职场上选人用人

的绝对标准,甚至有人会列举某某名人没接受过高等教育、某某成功人士上学时考试不及格等事例,散播些“某人努力学习考入名校,毕业后却给成绩差的老同学打工”之类的“毒鸡汤”。但真正在职场打拼过的人都会告诉你,只有学历没有能力固然走不长远,但如果没好学历,有时会导致你连门都敲不开。打不开门,连舞台都上不去,之后的一切就全是空谈,还谈什么发展、谈什么未来?有些人在入职时遇到了就业门槛儿,因为没有好学历而影

响到求职,未免太过可惜。

在这样的社会环境下,家长通过切身感受,把在就业时面临的压力和紧迫感都转移给了孩子。所以家长会尽可能地为孩子提供更好的教育资源,狠抓学习成绩以期盼孩子能考上知名院校,在学到足够多的知识来增强他们个人能力的同时,也更能获得社会认同感。对此,家长们自然希望孩子能把精力都用在在学习上,在求学期能更高效地用知识武装自己,这样当他们未来步入职场时才更有竞争力。

家长应常找自身不足 言传身教助孩子成长

有劲儿想使却不知道该往哪儿使,这是部分家长的共同心态。学生需要系统全面的学习,家长也同样对如何教育孩子的问题有需求。家长之所以会急切地想给孩子安排各种辅助教育,也正是因为他们不知道该如何帮助孩子成长。到底什么样的教育方式更适合孩子?家长可以在主抓成绩的同时兼顾其他。基础课不用说,就算不擅长也应抓一抓,只不过别“唯分是从”就好;课外班,不要一味地按照某种模板培养孩子,比如学习高雅的、古典的,家长感觉能提高孩子的智商、

情商……而是要让孩子根据自己的兴趣爱好选择。家长要明白的是:无论什么方式、什么课程,能让孩子有所感悟、有所成长就是好的学习过程。

学生的很多压力来自家庭和父母。因此,家长想要教育好孩子,首要寻找自己的不足,端正对青少年教育的心态,对待孩子要做到在生活中照顾、在学习上监督、在交流上平等。孩子到底需要什么样的教育,喜欢什么、擅长什么,还需要如何培养,家长要做到自己心中有数。在交流中要尊重孩子的想法,把孩子看成一

个独立存在的人,而不是满足自己愿望和弥补人生遗憾的工具人。同时,家长也不能任由孩子野蛮生长。孩子们难免想法过于稚嫩,又没有自控能力和分辨能力,需要真正的“人生导师”对其进行正确引导。家长要让孩子认清什么是真正重要的,在尊重他们想法的同时,教育他们该如何树立正确的价值观,让他们学会尊重生命、正视自己的不足、敢于面对挑战,以及如何排解学习和生活中的压力,学会与人生中的遗憾和解,真正做到对自己的人生负责。

成绩不是唯一 成长才有未来

对绝大多数考生和家长来说,成绩决定着未来的发展方向和人生高度,这也使得学校和家长们过度重视学生的成绩,并给孩子们带来巨大压力。家长追求成绩,学校追求升学率,也就出现了“衡水模式”等高压学习方式,但过度“内卷”的学习方式也引发了两极分化的评价,很多有过此类学习经历的学生表示,如此“学习”已留下人生阴影。

好成绩是迈上新台阶的敲门砖。家长想尽办法帮助孩子提升成绩没有错,但不能忽视客观存在的因素。青春是人生成长中十分重要的阶段,青少年的心理变化更容易影响到孩子当下的学习成绩。青少年教育不同于幼儿教育成人教育,需要家长和老

师投入更多的精力,在努力追求成绩提升的同时,也要随时关注青少年的心理健康问题。孩子的时间和精力是有限的,若一味地只追求成绩,而忽视他们的承受力和心理健康状态,那就是在扼杀孩子的生命力。青少年的心理健康问题就像一道保险丝,若不能找到成绩与心理状态的平衡点,很可能导致学生突然“情绪爆炸”,而家长还不知道原因是什么。

成绩与成长并不是对立的,青少年教育应该做的是寻求两者间的平衡。我们首先要正确认识到青少年健康成长的重要性。正处于青春期的他们心理不够成熟,情绪波动大,人生经历相对简单,对未知没有清晰认知,需要家长和老师的细心指导和梳理才能健康成长。

同时,家长们也要注意调整好自己的心态,以免因过度焦虑给孩子带来太大压力。国家出台“双减”政策目的是让学生减轻学习压力,但有些家长担心减负会影响孩子的成绩,降低了孩子在同龄学子间的竞争力,从而导致家长对孩子教育的焦虑之心更重。家长的压力最终会传递给孩子。如果身为成年人的家长都不能正确排解这些压力,尚处在青春期的孩子就更难以承受这份压力。

教育不只有学习知识这一项内容,也不只有成绩这一项指标。家长和学校应该做的是让孩子们全方位健康成长,学习成绩与人生成长兼顾,不在当下与未来间取舍,在抓成绩的同时,给孩子余力发展自己,做好自己。

