

本期联合出品：会同县教育局  
主持单位：会同县家庭教育指导服务中心  
主持人：粟小明 梁高中 梁晓刚 朱文亮

共绘同心圆

会同县林城镇中学 向昌禹（家长）  
小小的鼓励贴

“啪”一声门响，儿子面无表情地走进书房，我的心也跟着颤抖一下。这是一年前我们家经常出现的画面。儿子曾经也十分乖巧听话，不知何时变得如此冷漠。我和老师哭诉：“孩子不愿意与我沟通，我该怎么办？”

在老师的建议下，我加入家长夜校进行培训。一边学习，一边回忆与儿子相处的点点滴滴。

我陪伴孩子的时间不可谓少。儿子做作业时，我会坐在旁边，观察他的一举一动，一旦字写得不好，我立马讲：“这个字怎么写的，歪了重新写。”阅读时，我也在旁边指点：“理解得不对，再好好看看文章。”孩子学得慢，我便不断催促、责骂。进入中学后，儿子逐渐变得沉默寡言，有时候回家把自己关在房间，一句话也不说，成绩也一直退步。

家庭教育讲师说，孩子有问题，根源大部分源自家庭、父母。我被这种观点震撼到了，逐渐意识到自己以前育儿中的种种问题。我努力改变自己，减少抱怨与唠叨，不用自己的方式去控制儿子。

儿子拒绝交流，我便给他写鼓励贴贴在房门上。“亲爱的儿子，今天看到你回家后就进书房写作业，越来越自觉了，妈妈特别欣慰。”“亲爱的阳光男儿，今天是大年初二，你一大早就起来晨跑，为你的坚持点赞……”

刚开始，儿子不怎么理睬。后来，他会坐下来认真看完。慢慢地，儿子有了变化，回家会和我说上几句话。这个时候，哪怕我在忙，也会停下来认真听他讲完。

一个周五，儿子放学回家，看上去心情很不错，和我聊了学校的事之后，他说：“妈，我学习去了。”这次走进房间，他没有关门。那天之后，儿子进房间学习再也没有关门了。一天，我做了他爱吃的红烧肉，他竟主动给我夹了一块，说：“妈妈你也吃，你辛苦啦。”那一刻，我瞬间流下眼泪。

原来，只是一句温和的语言、一张小小的鼓励贴，孩子便可以获取巨大的力量。

## 亲子沟通大有学问

### 赞赏，发现无限可能

会同县城北学校 申群芳 陈桂林

学生小敏性格内向，不善言语，脾气急躁易冲动，动不动就会发怒动手。

通过家访，我们了解到小敏的爸爸妈妈对他期望很高，孩子成绩不理想便非打即骂，久而久之小敏拒绝与家人沟通，个性也越来越孤僻。我开始寻找改变的契机。

一天，小敏跟一个男孩打架了，因为对方起外号嘲笑他，他一气之下就动手打人了。谈心时，我发现小敏极度自卑，便引导他寻找自身优点。他却难过地说了一句：“我这辈子永远也飞不起来了！”

我十分震惊，立即安慰他。我一一列举他的优点：“瞧，你很有礼貌，每次见到老师都会微笑着打招呼。你的笑容很灿烂，字也写得漂亮，还会做手工，小朋友都喜欢你做的飞机模型。这些都是你的优点呀。你真的不比别人

2024年6月12日 星期三  
编辑：董以良 版式：张璨 校对：付康松  
电话：0731-84326428 E-mail:kjxb001@126.com

“本期话题：孩子一回家就关上房门、说几句就顶嘴、越来越不知道聊什么……教育孩子过程中，不少家长深感亲子沟通困难重重。本期家教周刊邀请会同县家庭教育指导服务中心与您聊聊亲子沟通之道。”

作为家庭教育讲师，每次讲课，总会听到家长反馈：孩子大了，不愿和父母沟通，也听不进去任何建议。

如何改善与孩子的沟通？前提之一是学会倾听。在此，分享“三个到”的有效倾听方式：

#### 蹲下身子倾听，看到

父母不应该高高在上，而是需要蹲下身子，在倾听中用心用眼去看到孩子身上的真、善、美。

有一次，在校门口遇到一个不肯上学的孩子，奶奶、老师都没办法，拉也拉不动，与他交流也拒绝沟通。我蹲下身子，看着孩子的眼睛，轻轻地问：“为什么不肯进学校？相信你有自己的想法，你告诉我，我帮你想办法解决。”孩子面对我微笑，才期期艾艾回答他的作业没完成。我鼓励他向老师讲清楚，之后，孩子擦擦眼泪，与老师手拉手进校园了。

当你蹲下身子，耐心倾听，共情他的感受，他会把你归类为自己人而不是敌人。

#### 伸长脖子倾听，想到

当孩子言语不当时，更应该主动倾听，思考这一行为背后的原因。

六年级有个孩子性格暴躁，稍不如意就发脾气甚至打人。孩子年龄小，暂未学会管理情绪，我主动找到他，听了他的抱怨与烦恼，陪他阅读了一本情绪管理的书。我用书中的故事引导他，当烦躁和怒气来临时，要学会接纳和管理

情绪。就这样，从每天发现一个小问题、改进一个小缺点开始，这个孩子渐渐学会与人友好相处。种种转变的第一步，便是倾听。

#### 抱紧身子倾听，帮到

在倾听中用心寻找契机，了解孩子真正需要什么，会发现意外的收获。

四年级一个学生学习基础差，成绩总是跟不上，英语老师看她学习不易，总是耐心倾听她的烦恼，了解她生活与学习的困难并给予帮助。后来英语老师生病住院，小孩子送去一颗糖果，希望老师注意身体。师生相互温暖着、成长着。

有效倾听，不仅用耳朵在听，还要用眼去听，用心去听，感同身受去听，这就是倾听的智慧。



会同县城北学校校长，怀化市饶菊芳家校共育名师工作室首席名师

### 局长谈家教

会同县是留守儿童高达60%的山区县，近年来，全县积极探索建立学校、家庭、社会协同育人机制，大力推进家校共育工作。目前，全县中小学“家长学校”开办率达100%、“家长夜校”开办率达50%，举办主题培训、专家讲座320多期，培训家长12万余人次。

此外，在家校共育活动中，各校邀请家长广泛参与食堂管理、校园文化建设、爱心护学等活动。会同县城北学校、会同县芙蓉学校等10余所学校成立了“家长义工团”，参与家长达3000余人。每天上学、放学，总能看到身穿黄马甲的家长穿行于人群，守护着孩子们的安全。有的家长还走进课堂进行教学，从安全知识到生活技能，他们充满热情、干劲满满。

2024年，会同县教育局以会同县城北家校共育工作为基础，进一步建立完善家校共育机制和家庭教育评价制度，加强家庭教育工作的研究指导，立足“导、培、访、联、研、评”，广泛开展家庭教育培训、教师全员家访和家庭教育志愿服务，获得一致好评。

会同县教育局党委书记  
局长 刘小忠  
协同育人 共待花开



▲ 扫码看详情

