

清廉家风

# 拒给儿孙当靠山

指点迷津

做『不扫兴』的父母

任佳

樊锦诗 1963 年北京大学毕业后到敦煌文物研究所(敦煌研究院前身)工作,长期从事石窟保护与管理、石窟考古方面的研究。2019 年 9 月,获得“文物保护杰出贡献者”国家荣誉称号。2020 年 5 月,被评为“感动中国 2019 年度人物”。

“要自立,不管生活还是工作中遇到问题,都要努力自己去解决,不能老想着依靠别人,包括父母。”这是樊锦诗的个人风格,也是她一直教给孩子的道理。

樊锦诗两个儿子的工作,都是靠自己打拼来的。母亲早就对他们说过,“我自己没啥靠山,也不希望你们当靠山。”1999 年,小儿子彭晓民大专毕业,一时半会没找到工作。按照当时的政策,樊锦诗可以在院里解决一个孩子的就业,她却劝儿子别来。儿子十分不解,“不是规定可以吗?再说我学的是计算机,正好可以帮你们搞数字敦煌。”“我把你招进来,反

而会害了你。”樊锦诗有自己的考虑:如果儿子来院里,即使干得不好,单位有外出学习或提拔的机会,别人看他是领导的儿子,也会把名额让给他。这样对别人不公,还会让儿子自我感觉良好,不肯踏实干事。

儿子没工作,做母亲的当然也着急。樊锦诗就让他去上海边打工边学习,并叮嘱他自立的秘诀——“认真干事,多学本事”。自己儿子没安排工作,别人来找樊锦诗,想走后门“挤”进研究院,她也拒绝得理直气壮。

在大儿子彭予民记忆里,直到初中毕业,身上穿的衣服都是带补丁的,鞋子是解放鞋,因为结实、耐磨。裤子父母总是特意给他买大号的,先把裤脚卷起来,等长个了,就放下一截,穿到最后总是层次分明,上面已经洗得发白,下面是浅蓝,再往下是深蓝。

一件物品,只要还能用,樊锦诗就会一直用。结婚时置办的一件外

套,她穿了 40 多年,里子全磨坏了仍不舍得扔;刚工作时单位发的床板,她坚持一直用,即使丈夫调来敦煌后,也不换成双人的,而是直接在边上拼了一块。

名利对樊锦诗来说,只是过眼烟云。“毕竟人不是为物质、为金钱而活的。来日方‘短’,还是多做点实事吧!”2014 年退休时,樊锦诗把公积金账户里存的 45 万元一次性捐掉了。这些年来,每次领完奖, she 就把奖杯、奖章和奖金悉数交给院里。此外,她每年还会从自己的工资里拿出一万元,捐给敦煌石窟保护研究基金会。

受父母影响,她两个儿子对金钱看得也比较淡,做事情先考虑的是如何尽力做好。在生活中,他们也慢慢养成了艰苦朴素的习惯。儿媳刚嫁过来时,看到婆婆家吃饭要求必须光盘,一粒米都不能剩,着实感到惊讶。如今,她不仅早已习惯成自然,而且也这样要求着下一代。

近日,有学生家长找我诉苦,“我家孩子放学后总闷闷的,不愿意和大人说在幼儿园的事情了。”我安慰她,“孩子大了,有自己的想法了。”但心里也十分纳闷。

我找了几个小朋友询问,他们七嘴八舌地回答,“说了他们也不感兴趣呀。”“一说他们就要考我学了啥……”原来孩子们都遇到了“扫兴”的家长。而家长们往往还没意识到,亲子关系的生疏与孩子在家里经常“被扫兴”不无关系。

我总结了,孩子“被扫兴”的场景大致有三个:第一个是,孩子兴高采烈地想分享,家长却忙于工作或闷头玩手机,敷衍了事。第二个是,当孩子主动分享在学校发生了什么或学到了什么时,家长却抓住机会考孩子,热衷点评、当裁判。第三个是,当孩子试图做一些力所能及的事时,没有被大人理解,反倒被打击甚至责骂。比如小朋友给妈妈买了一束鲜花,却被大人责骂乱花钱……

在短视频平台上有一个案例——女儿做四菜一汤,被妈妈数落指责。视频反映的,或许只是这对母女生活的一角,不能以此论断这位妈妈“很糟糕”。但就事论事,她当时的言行真的非常“扫兴”。

与此形成鲜明对比的,是另一个女孩分享“不扫兴的爸妈真是‘泰酷辣’”的日常视频:女孩晚上嘴馋了,妈妈开心地陪她去买冰棍;她心血来潮画了个奇奇怪怪的妆,爸爸看后宠溺一笑……无论吃大餐还是小吃,一家三口的脸上总是洋溢着笑容。这种亲子关系和家庭氛围让很多网友羡慕。

在孩子的成长过程中,父母或多或少都在扮演那个“扫兴的人”,存在对孩子情感回馈的疏忽,头脑中不可避免地有“我都是为你好”的控制欲,以及“我为你付出这么多,你理应更听话”的错误育儿逻辑。这些思维反映在日常生活中,就是无处不在的“扫兴”。

“不扫兴”是一种共情能力,是一种得体友善的表达和相处模式。不妨试试去接纳孩子的兴趣、向孩子展示自己的兴趣、避免无效陪伴、创造轻松自由的家庭氛围,做一个“不扫兴”的父母,构筑起健康牢固的亲子依恋关系。

家长课堂

把握放学后的『黄金三小时』

同事儿子阳阳上四年级,学习习惯和成绩都很不错,是老师经常表扬的对象。同事也从未表现出对孩子学习的焦虑和担忧,这令我们几位妈妈羡慕不已。

同事传授经验,她家和大多数家庭一样,都是忙忙碌碌的。但从孩子上幼儿园起,她家就特别重视孩子放学回家后的 3 小时,同事称之为“黄金 3 小时”。

餐桌沟通时间。父母下班后要忙着做饭,没时间和孩子聊天,在餐桌上吃饭的时间自然而然就成了亲子沟通的不二之选。“学校有什么好事发生吗?”“今天你有什么好的表现?”“今天有什么收获吗?”“有什么需要帮助的吗?”简单的 4 个问题,让孩子感受到关爱与支持,也让父母了解孩子的成长状态,使得亲子关系更加和谐。

学习时间。“不写作业母慈子孝,一写作业鸡飞狗跳。”这是很多家庭的真实写照。其实,无论是学习还是写作业,都需要从小培养良好的习惯。

父母在陪伴孩子写作业时,可以遵循以下三个步骤:1. 写作业前的 5 分钟处理好杂事。让孩子做好准备工作:桌面整洁,不留玩具;提前满足身体需求,如喝水、上厕所。一旦开始写作业,就要保持专注。2. 引导孩子将作业进行排序。把每天的作业一项一项地分类列出,帮助孩子逐渐养成有计划性和条理性的学习习惯。3. 协助孩子掌握检查的方法。多数孩子认为写完作业就万事大吉了,其实,检查是很重要的。可以协助孩子检查作业是否遗漏、字体是否工整、书写是否规范。

阅读时间。培养孩子的阅读习惯,首要任务是激发他们的阅读兴趣。父母可以先从孩子的兴趣出发,为他们挑选一些喜欢读的书籍。同时,父母要树立榜样,以身作则,陪伴孩子共同成长阅读。父母也可以与孩子分享自己的阅读经验和心得,通过交流加深彼此的理解与记忆。

孩子放学归家后的这 3 个时段,应兼具休闲娱乐与知识汲取的双重功能。这样的安排,不仅有助于孩子形成优良的生活习惯,还能的家庭营造出一段充满温情的欢乐时光。更为重要的是,通过这样的共度时光,父母和孩子都能在相互陪伴中共同成长,变得更加出色。

漫话家教



你能够感受到孩子的心情  
孩子就能感受到你的关爱

网络图片

家校共育

## 家校携手转化“小霸王”

攸县网岭镇芙蓉学校 童明远

学生小鑫是学校的一个“刺头”,满口脏话、不服管教、喜欢打架,让老师“头疼”、班主任崩溃,20 多名家长联名要求学校开除他。

我通过家访了解到,小鑫爸爸是货车司机,常年在外奔波,奉行棍棒教育,小鑫也因此变得暴力易怒。相反,小鑫妈妈对他非常宠溺,即使孩子犯了错也一味偏袒,小鑫越发横行霸道。久而久之,班上的孩子都怕他,疏远他,导致他脾气更大、更暴力。家长们忍无可忍,纷纷要求将自己孩子转班或开除小鑫。

最初找小鑫谈话时,他要么吐口水、骂脏话,要么一声不吭,沉默到底,就是不认错。后来一件小事让他有了转变。

一天,一群学生跑来告状:“小鑫又打人啦。”我赶紧将他带进办公室让他冷静,发现他眼睛盯着桌上的蚕豆,便抓了一把放他口袋里,说这是

奖励他能不发脾气进办公室。他很意外,露出一丝羞涩的笑容。我让他讲述事情的经过,这一次他开口了。原来他去制止一名学生乱丢纸屑,却被说多管闲事,两人谁也不服谁就打了起来。

我核实情况后,先批评教育乱丢垃圾的孩子,再肯定他有正义感,又引导他以后如何处理这样的事。一番说教下来,他终于认识到错误,我又奖励了他一把蚕豆。我和他约定:如果每天能坚持不打人,不骂人,不逃课,我都会奖励他。

那以后,他常来找我求表扬,我也时常奖励他。他和我越来越亲近。以此为契机,我常带他到心理咨询室玩沙盘游戏,引导他合理宣泄,管控情绪。

有一天,我看见小鑫拿着扫把在扫花坛边的垃圾,这让我喜出望外,我把他带到教室,当着全班同学一顿

夸。在同学们热烈的掌声中,他满脸通红。从此他更爱劳动,经常早早来学校,看见垃圾就捡。

在引导孩子的同时,我们鼓励小鑫父母参加学校“家长开放日”“家长讲座”和“亲子读书分享会”等活动,并与他们一起为孩子制定家规。在学校的引导下,小鑫爸爸陪孩子的时间多了,经常陪他阅读、锻炼身体,不再以暴制暴,而是以理服人,做好榜样。他的妈妈减少溺爱,教他学会如何与人相处。

经过近一年半的不懈努力,小鑫的表现与之前截然不同:上课能遵守纪律,约束自己,不再乱发脾气,能协助班主任管理班级,与同学能友好相处,在家能帮父母干活,从“小霸王”变成懂事、能干的好少年。班级还特意举行一场欢迎会,欢迎“全新”的小鑫加入大家庭,曾经的“小霸王”如今获得了全体老师、孩子的认可!