



找记者 上壹点

A10-11

齐鲁晚报

2022年8月28日

星期日

知 / 心 / 事

做 / 自 / 己

□编辑：徐静  
美编：陈明丽

有人说人生最纯真、最美好的时光莫过于校园生活。从幼儿园到小学、中学、大学，一个人从接受付出的稚嫩孩童，到成为可以付出于他人、社会的成年人，点点滴滴的成长，大都离不开校园纯净而又肥沃的土壤。在开学放假循环往复的节奏里，孩子们的人生乐章，一节节地铺开着，一段段地拔高着。

九月在望，新学年即将开启。对家有学子的家长来说，秋天是收获的季节，也是播种的季节——播种希望。然而，播种是一回事，收成又是一回事，虽然未来可期，但也毕竟难料。那些即将从一处苗圃移至另一处苗圃的“苗木”们，是否会水土不服？是否会难以适应新环境？是否能够在新的园地尽快扎根、生长？几乎所有的家长都要考虑这些问题。



# 开学季，心启航

□张冷

01

## 蹒跚前行的娃娃，一双手从未离开你的左右

半年前，孟然就开始为俩孩子的秋季入学做准备。6岁多的儿子名叫三月，已经到了上小学的年龄，3岁多的女儿五月则要入幼儿园。无论是小学还是幼儿园，这些人生中的小台阶，对于孩子来说都是重要的转折处和起始点。孟然不敢忽视，也不敢怠慢。

虽为独生女，孟然却很独立，不娇气。有孩子后，她坚持在婆婆和娘家妈的协助下，亲力亲为带孩子。她说要“全套”切身体验为人母的艰辛、幸福和伟大。更重要的是，她清楚从心理学角度讲，正常情况下没有比母亲亲自带娃更有助于孩子健康成长的了。

为了科学育儿，孟然系统地学习了发展心理学，清楚每一个年龄段孩子身心发育的不同特点和应对方法。6岁半的三月，有幼儿园大班的衔接，对于即将到来的小学生活没有太多不适应。小学阶段，应主要以培养孩子良好的生活和学习习惯为主。为此，暑假期间，孟然为儿子制订了培训方案。比如头天晚上和孩子一起安排来日的活动，使其逐步学会做计划和按计划行事；每周至少有一次劳动值日，或是扫地，或是倒垃圾，或是整理杂物；通过亲子游戏，训练孩子专心听讲、认真书写、有趣读书……针对三月的年

龄和性格特点，孟然还通过讲故事的方式，将自律、团结、友善等品格教育潜入其中。

相比于上小学的儿子，孟然对即将上幼儿园的女儿担心更多一些。由于新冠疫情的原因，当教师的她，在女儿出生后的这几年，于家中线上授课的时间较多，这使得有更多时间与她相处一室的小五月格外粘妈妈。本来离别焦虑就是初上幼儿园的孩子最易出现的问题，过于粘家长的孩子这一问题更加突出。好在三岁半左右是幼儿最佳的入园年龄，孟然充分利用这一年龄段可以进行有效沟通的特点，早早地开始向女儿渗透上幼儿园的有关事

宜。她还通过做游戏的形式，让小五月一遍遍地了解、熟悉幼儿园的日常。为了形成适当的疏离感，孟然还不时地将女儿送到奶奶或姥姥家待上一天。

目前，提起要离开妈妈去幼儿园，小五月已经不像先前那样嚷着“我不要离开妈妈，我不去幼儿园”，而是会说“妈妈去上班，我去幼儿园。幼儿园有好多小朋友一起玩呢，妈妈一下班就会来接我的。”

一双儿女即将开启他们崭新的人生旅程，孟然觉着她和孩子们都准备好了。当然，她柔软而有力的双手，还不敢离其左右，毕竟孩子们的步履还有些蹒跚。

02

## 我行我素的少年，一颗心始终牵挂你的冷暖

认识。”“可是……”还没等刘言“可是”完，丫丫气呼呼地关上了房门。

原本是一件好事，怎么会是这样的结果？郁闷的刘言向好友王晴诉说心中的不悦，不料王晴长叹一声，说：“这些熊孩子真是没一个省心的！”

王晴的儿子壮壮今年升初三。从初二开始，原本各方面都不错的壮壮开始走下坡路。参加班级活动不积极，上课听讲不认真，有时还不交作业。王晴两口子软硬兼施，各种说教，可依然没有效果。不仅如此，因为不满父母的“瞎唠叨”，壮壮还和他们杠上了，动不动就梗着脖子顶嘴，急了眼还会朝着物件撒气。因为爸爸对其管得有些，壮壮竟然开始仇视他，目前父子俩已经无法正常交流。青春期的孩子逆反心理重，可壮壮的表现是不是有些过了？中考冲刺在即，王晴两口子很是着急。

心理学上通常将12至18岁年龄段划为青春期。进入青春期，随着独立意识的增强和社会交往范围的扩大，孩子们由对家庭的依恋转向对伙伴的依恋，他们的兴趣爱好、穿衣打扮、言行举止都会相互影响。拥有关系密切的朋友是这一时期孩子们重要的心理需求，伙伴成为重要的社会关系，在伙伴心目中的形象远比在父母心目中的形象重要。同伴关系的好坏决定了孩子是否被同龄人接纳，而这种被接纳感影响到孩子自尊心、自信心的树立。如果不理解孩子的交友需求，管控不当，将使孩子失去与同伴相处的机会。久而久之，因与同伴距离的疏远和关系的淡漠，有可能造成孩子自卑感、孤独感的产生，从而影响心理健康。

明白了上述道理，就会清楚为什么丫丫对去没有老同学、老朋友的新学校那么敏感和抵触。如果刘言夫妇事先能和孩子沟通此事，并

能对其讲明白人生的朋友圈、同学圈会很多，生活、学习的过程，也是一个不断成长、不断结交新朋友的过程，那么丫丫也许反应不会那样激烈。

壮壮的问题也与社交有关。王晴后来了解得知，由于发育过快，壮壮在班里是最高的男生，同学们常常因此取笑他。壮壮感觉自己在同学心目中的形象受损，自尊心受到打击，和同学们渐渐疏远，各种表现也越来越差。偏偏父母不了解这些，还要动不动就唠叨他，他越听越烦，越烦就越叛逆。

心理学老师告诉王晴夫妇，解决壮壮的问题，首先要使亲子交流畅通。不能说可以先写，以平视的角度，理解孩子的苦楚，通过写信的方式，设身处地帮孩子解决最让他苦恼的问题，待“冰释前嫌”，彼此信任感建立后，再慢慢通过口语对话的方式，助其解决学习等方面的问题。

03

## 渐行渐远的青年，一束光总是照在你的身后

“哐”的一声关上房门。

整个晚上，何泽的心都是乱的。爸爸的耳光让他很窝火，但更窝火的是以指标生考进重点高中的他，为何取得了全班倒数第五的成绩。班里女生说他很“man”，小兄弟们说他很仗义、很爷们儿；可爸爸却说他是“不自律、不进取、没理想、没担当的男人”。他也畅想过未来过得风光的样子，但怎么叫风光、怎样才能过得风光，他脑子里对此还混沌着；爸爸说考不上大学要自谋职业和出路，自己将来干什么能干出风光呢？他瞪着眼睛想了大半夜，越想就越觉得被爸爸扇过的半边脸火辣辣地疼。

一觉醒来，何泽不理爸爸了，同时不理的还有小兄弟们的约吃

喝、约玩耍。假期里，他把自己关在家里补习功课。他心里憋着一口气，他不想输给老何，他倒要看看爸爸是怎么对他刮目相看的。

高考成绩出来了，何泽考了615分。8月18日，何泽满18岁。妈妈告诉他今年的生日在酒店过。妈妈买了他喜欢吃的蛋糕和一大束太阳花，爸爸则将一块手表推到他眼前，然后说：“何泽，咱爷儿俩两年多没说话了，但我知道你早已不生爸爸的气了。我也是故意配合你的不理我，但你的每一点变化爸爸都看在眼里。知错就改，有志气、有目标，我很为你骄傲。一块表送给你，祝贺你完美地迈进成门槛。”“谢谢爸爸！”何泽脱口而出，“谢谢爸爸，不然我……”

老何打量着儿子那张洋溢着蓬勃朝气的脸，“马上要上大学了，爸爸还想告诉你，以后的路怎么走，还是要靠你自己定。自己闯。但是，无论你怎么走、走得怎么样，你的身后永远都会有一束光照着你，这束光就是我和妈妈在你未来的人生路上，还能给予你的关照和支持。只要你转身，就能看得见。”何泽的鼻子有点酸，他感激地说：“爸，以后我再也不会不理你了。”

开学季，有多少家长在为即将开启新征程的孩子兴奋地忙碌着，又有多少家长在为孩子的未来幸福地憧憬着。一茬茬的孩子就是这样被操心着、希望着，一代代的父母就是这样忙碌着、焦虑着并幸福着。