诵读经典 言传身教 培养兴趣

这样教孩子学传统文化

专刊记者 王伟凯 通讯员 徐雁

现在,越来越多的家长都意识到儿童国学启蒙的重要性,越来越多的家长意识到让孩子从小体验到我国博大精深的传统文化,对孩子的成长具有非常重要的影响力。可是,父母该如何用国学教育孩子?送去国学班就万事大吉了吗?为了让家长们更加深入地了解国学教育,12月1日,记者采访了在烟台青少年宫"少年国学班"讲课的烟台母亲教育中心特约讲师齐福华。

齐福华老师在烟台青少年宫教孩子们读《论语》。

>> 诵读经典进行国学启蒙

齐福华告诉记者,现在很多家长虽然意识到早期的国学教育对孩子行为习惯、品德培养有着非常重要的意义,但对国学教育的认识却不够深入和到位。有些家长认为古文艰深难懂,大人有时候都不明白,孩子能懂吗?也有些家长觉得国学学习比较枯燥,能让孩子有学习的兴趣吗?针对这些问题,齐福华老师给家长提出了以下几点建议。

齐老师告诉记者,很多家长都希望自己的孩子以后能成为一个乖巧、懂事、有修养的人,与其天天教导孩子"这个要这样做,那个不能那样做",重复唠叨引起孩子反感,还不如让孩子读一读《弟子规》等国学经典书籍,通过诵读经典,潜移默化地影响孩子,对孩子进行国学启蒙教育,影响孩子的行为习惯和品德。

齐福华认为,幼儿时期的孩子就像一张白纸,处于生命中吸纳力与记忆力最强的阶段,而这一阶段的国学教育,将影响孩子的一生。这一阶段的国学启蒙,首先要以诵读和背诵为主,这一阶段的孩子是喜欢重复的,并且像《弟子规》、《三字经》这类书,诵读起来琅琅上口,孩子们很喜欢去诵读。俗话说"书读百遍,其义自现",孩子们刚开始学习经典古文时可能不明白是什么意思,但经过不断重复,他会潜移默化地去思考、去理解其中的意思,再加上各种讲解,家长们不需要担心孩子只会重复诵读却不知其深意。

齐福华告诉记者,对幼儿的早期国学启蒙也要讲求科学的方式,在孩子0-2周岁时可以给孩子放读经的音频,或是放古典音乐配上诵读给孩子听;孩子在3-7周岁时就要开始进行亲子诵读,家长可以在领孩子一起诵读经典的同时教孩子识字;7-13周岁的孩子要熟读和背熟,同时父母要通过一些故事或有意思的方式向孩子们讲解句子的意思。齐老师告诉记者,孩子的读经顺序也是有讲究的,她建议按以下顺序安排孩子进行诵读:《弟子规》、《三字经》、《百家姓》、《千字文》、《笠翁对韵》、《孝经》、《大学》、《中庸》、《论语》、《孟子》、《道德经》。

>> 言传身教让孩子理解国学

"古文艰深难懂,很多家长怕孩子年龄小弄不明白,其实这些问题很容易解决。"齐福华告诉记者,在给孩子讲解国学时,我们根据他的理解能力,解释的深度和广度也应不一样。比如"凡是人,皆须爱",三岁孩子能明白"尽自己的能力帮助别人"就够了,五六岁的孩子可以跟他讲懂得爱就是替他人着想,而十岁左右的孩子应明白尊重和理解一个人也是爱的表现。

齐福华告诉记者,国学教育不应为了教国学而教,重要的是能在生活中切切实实地用国学规范孩子的言行,或者说用国学里的格言指导孩子做事。因此,让孩子跟读、听爸爸妈妈讲解、背诵国学不是终极目的,关键是通过日常生活中具体的场景,让孩子感同身受,理解其中的意思。

比如,《弟子规》中所说的"置冠服,有定位;勿乱顿,致污秽"式教人养成良好的生活习惯,回家后脱下的衣物要放在固定位置,不要乱扔乱放,以免污损褶皱,用的时候找半天。如果平常父母这样以身作则,在教孩子的时候会起到更好的作用。再比如,当孩子说话不算数时,答应自己收拾玩具,或者看完一集动画片后不再看第二集,结果又反悔、耍赖。这时候妈妈可以用"言必信,行必果"来教育孩子,这些格言言简意赅,读来朗朗上口,孩子在记诵的过程中能潜移默化地接纳它们,逐渐养成美德。等到孩子六七岁时,再系统地教他们诵读《论语》、《千字文》等典籍,让孩子明白更多的做人道理。

>> 多种方式培养学习兴趣

有人说国学很枯燥,很难学,可是学英语、学弹琴也很枯燥,为什么孩子也得学呢?为什么孩子也能学会呢?

齐福华说,兴趣是靠培养的,没有哪个孩子天生就喜欢认字、弹琴。现在,大多数爸爸妈妈小时候也没有读过这些国学经典,也没有养成良好的读书习惯,没有父母的以身作则,家中没有学习的榜样,孩子自然兴趣也不大。如果父母能够静下心来,每天情感丰富、抑扬顿挫地读半个小时书,每次都叫孩子一起来读,并配上古典音乐,虽然有些调皮的孩子开始不配合,但是时间一长,孩子一定会开始愿意跟着读了,哪怕他只跟读5分钟、10分钟,家长也要给予适当的表扬、肯定,让他有成就感。平时,可以随身携带《笠翁对韵》、《唐诗三百首》等口袋书在路上读,或是在车里播放相关音频,充分利用这些时间,让路上的时光也能进行国学教育。

如果孩子对于诵读不感兴趣,家长还可以改变一下策略,将国学教育融入故事和游戏中,设计一些国学手指操、国学武功操;爸爸妈妈还可以表演一些国学故事情景剧,如孔融让梨、黄香温席,孩子一定会兴趣大增,并迫不及待地要求加入。

校园播报

良才小学举办好书推荐会

书籍是人类进步的阶梯,与书为友,能让我们开阔眼界,增长见识。近日,高新区良才小学每个班级召开班内图书征集会和好书推荐会,学生们踊跃将自己所购图书和藏书放于班级班级图书角。班主任、语文老师把学校购置、学生捐献的图书归类登记,召开好书推荐会,老师或学生介绍书的种类和特点,推荐给大家阅读。

通过活动的开展,营造了浓郁的读书氛围,激发学生读书的兴趣,教给学生读书的方法,培养学生良好的读书习惯,提高学生读书能力,为今后的成长打好精神的底子。

(通讯员 吕守萍)

莱山实验小学举行"懂得感恩"活动

感恩节之际,为了让孩子们学会珍惜、懂得回报、心存感恩的情感意识,莱山区实验小学开展了"懂得感恩"系列活动,通过让孩子们书写感恩话语,制作感恩卡片,向父母承诺改正一个不良习惯,帮父母承担一项家务劳动等形式,让孩子深刻感受父母的辛苦,懂得父母的恩情,并以此为契机促进个人好习惯的养成。活动得到了孩子们的热烈响应和家长的积极反馈,大大推动了学校德育教育的广度与深度。

(通讯员 刘波 吕婷婷)

刘家埠小学开展丰富教学活动

为提升课堂效率,打造一支理念新颖、专业精湛的教师队伍。高新区刘家埠小学开展了"天天同行,我与课堂共成长"的教学活动。本次教学活动从三个方面进行:一是骨干教师的先行课,旨在突出骨干教师的引领示范作用;二是全体教师的家常课,旨在提升全体教师的课堂教学水平;三是青年教师的汇报课,旨在促进青年教师的快速成长。此次活动的开展。通过"天天同行,我与课堂共成长"的形式,刘家埠小学构建"和谐、民主、高效课堂"课程改革工作再上新台阶。

(通讯员 沙巧华)

心理专家面对面

心理 ● PSYCHOLOGIES

家长最关心的问题(十)

孩子们的社交恐惧症

周瑾,国家执业心理咨询师,烟台广播电视台特约心理专家,育心心理咨询中心首席心理咨询师,从业经验非常丰富。

咨询电话:0535-6286807

心理学发现社交恐惧症的人群正在向孩子们蔓延。这个时代的小孩与过去不同,在信息化的社会环境里,孩子们懂事儿比过去早了。生理未必成熟的孩子,心理上的成熟程度却在上升。由此引发的各种问题便一一呈现出来,如抑郁症、社交恐惧症等。

基于多年从事青少年心理问题处理工作的经验,我发现,有不同程度社交恐惧的人,大多是内心要求完美。一方面向内自我要求完美,另一方面向外要求外界人事物的完美。这样的人群比较容易受挫、情绪化、内在思想丰富,却不能很好对外表达。认为自己不够好,同时还要求自己必须够好才行,这种自我否定加上自我要求,就是导致社交恐惧症的直接内在原因。家长们可以检测一下,你的孩子有没有这样自我否定的信息和自我要求完美的观念呢?

最近接受的青少年因为社交问题而逃避上学的个案多了起来,孩子们以任何理由回避学校这个集体环境,例如不愿意住宿、嫌弃学校的伙食、装病等。父母通常是身在其中而百思不得其解,为什么孩子的毛病这么多?于是我们提议让家长给孩子送饭,并且每顿饭都按照孩子的要求来准备时,孩子又找出其他理由。我们通过心理学的方法来试探问题的真伪,并把问题缩小到可针对的范围内,借此找出孩子规避学校的真正原因,结果大多都落在了社交问题上。

如果妈妈认为社交恐惧是一种病,孩子就会感到沮丧和失败。如果妈妈解读为对生活和关系有更高层次的追求,孩子多半会重拾信心、觉得这是一件值得挑战的、光荣的事情,并主动配合家长一起战胜社交恐惧。

对社交恐惧的治疗应该是消除孩子们对社交环境的回避行为。例如一个女孩在集体中不敢说话,经过询问了解到,曾经在一次班会讨论的时候,前排的一个男孩儿说她有口臭。实际情况是这个女孩在那段时间里有一颗蛀牙,牙神经因为腐烂而有味道,经过牙医的治疗已经恢复。但是从此之后,女孩一直担心自己说话有异味,与人讲话逐渐减少,甚至不敢面对着同学,怕呼吸里带有异味。

这个女孩子在咨询的过程里,与我保持着相当远的距离,因为她觉得这样才能安心讲话。女孩的妈妈反复找来亲朋好友证明女孩口中无异味,之前看过的心理医生也想尽办法证明她口中无异味。女孩却仍然惧怕上学,已经接近半年无法回到学校学习。我没有就这个问题进行咨询谈话,整个咨询过程都在谈论她的梦想和一些有趣的事情。但在此次咨询结束时,我给女孩儿展示了我的虫牙,并告知她最近这个牙齿一直在疼,问她是否有好的办法。她很热心地凑上来看我嘴里的牙齿,没有一点嫌弃的样子,而且因为必须靠近才能看清楚,女孩就向我靠拢着坐了下来。我假装不好意思地问她:"我嘴里有没有牙神经腐败的味道?"她立即说:"没闻到,但是如果久了也许会有的。"我说你有没有什么经验给我,可以避免这种味道被闻到。她说你可以含口香糖啊!我说咨询的时候嚼口香糖不礼貌啊!就这样在女孩为我想了很多办法,最终确定的方案是,用洗发乳的香味遮掩,并随身带一杯玫瑰花茶。一方面可以补充水分和营养,一方面口齿留香。我们决定在这个星期尝试这个方法,并在下个周见面时交经验。第二天是星期一,妈妈说女孩已经回到学校,而且比以往开心了许多。

社交恐惧产生的后续行为才是让我们担心的,例如不上学。能够帮助孩子消除这种行为,往往比针对产生行为的原因更管用些。