

# 家庭生活中的

## 好习惯



### 1 聊天习惯

有家长问:怎么觉得孩子越大离自己越远了?原因是孩子小的时候依赖父母,容易听话,长大后有了自己的想法,就不愿再听父母的说教了。尤其是到了初中,父母越来越觉得不了解孩子。人们常说这是孩子成长的逆反期。其实,并不是所有的初中生都叛逆,初中是孩子又一个觉醒期。

家长要想不“丢失”自己的孩子,就必须在心灵上和孩子建立起互相联系的“精神脐带”。就是父母在孩子小的时候,养成与孩子聊天的习惯。要真诚地与孩子像朋友一样地聊天。因为只有这样才能得到孩子内心的真正信息。也就是说,父母要把自己的教育目的,没有痕迹地隐藏在聊天的过程中。

聊天不能拘于形式,要随时随地找时间。吃饭的时候、晚上睡觉前、接送孩子上学的路上等。聊天讲究的是平等。比如孩子情绪激动,或做出一些出格的,让父母难以接受的事,这时绝不能生气,高声训斥甚至打骂,这是明显的不平等。

父母应该有足够的理性处理问题的能力。让孩子觉得父母是真心爱他,认为与爸爸妈妈聊天是必须的,因为太有用了。从小与父母有聊天习惯的孩子,有事就会找爸爸妈妈,这样才能真正得到帮助。

我一位朋友的女儿从3岁开始就天天与妈妈聊天。上高中早恋出了问题,她说:“最好的办法就是和妈妈聊天。”未成年的孩子有很多问题是需要家长的帮助、监督和疏导。比如早恋问题,他们都想与人分享或向人倾诉,家长一定要成为孩子情绪的第一出口,给予孩子最多的爱的帮助和指导。

因此,父母要养成和孩子从小聊天的习惯,真正建立起通向孩子精神生命的绿色通道。父母还要不断地检修这条绿色通道的畅通,以便随时得到孩子的真实信息,及时把父母的帮助与爱传递给给孩子。

### 2 阅读习惯

6岁前的孩子认识不了多少字,可还是天天要看书,要听故事。这是孩子的天性。

幼儿园的孩子天天缠着父母要讲故事,这是最美好的亲子关系时机,父母要好好珍惜,再忙、再累也要每天给孩子讲好故事。随着孩子识字量的增多,父母要把孩子听故事的过程,转换到和孩子一起读故事、聊故事的过程中。这样读书习惯就开始养成了。

孩子爱不爱读书,是由家庭有没有爱读书的生活决定的。我的一位嗜书如命的朋友,从小家里穷,没有多少书,但每天晚上父亲都要给三兄弟讲《水浒传》。昏暗的灯光下,母亲纳鞋底,孩子们围着父亲听故事的家庭生活,是他最美好的回忆,使他一生酷爱读书。

阅读习惯可以帮助父母和孩子有共同的聊天话题。孩子喜欢读的书,父母不妨看一下,了解里

面的故事情节、人物命运,还可借助书中的故事情节对孩子进行教育,这比直接指责孩子的问题要好得多。

我家小孙女上一年级后,随着识字量的增多,自己开始读书了。一次她突然对我说,奶奶你和爷爷是猿猴变的。我问为什么?她翻开了一本儿童版的历史书,其中一页“发现祖宗”里猿猴妈妈领着孩子。我又问,现在我们怎么不是猿猴了?她说,你们后来才慢慢变成人的。我反复给她解释,小孙女仍坚持说,爷爷奶奶是后来才变成人的。我知道即使一直争辩下去,也很难说服小孙女。于是,我买了一本图画本的《世界简史》放在她的书桌上。过了几天,小孙女说:“奶奶,猿猴是人类的祖先,你们不是猿猴变的。”我知道这是书籍的力量。之后,我们就常常在一起阅读了。

### 3 劳动习惯

愿意参加家务劳动是孩子的天性,对于家务劳动的习惯,根本用不着刻意去培养,只要允许孩子从小参与即可。

当孩子稍微大一点,可以做家务了,又发现孩子已养成了惰性不想做了,父母就抱怨孩子不听话,不懂得心疼父母。有的只好靠奖励,靠付费来提高孩子参与家务劳动的积极性。这样不可以,因为不仅容易使孩子形成功利心态,还会破坏亲子关系。

家务劳动习惯是生活出来的,不需要刻意培养。从小就参与正常家务劳动的孩子,不仅生活自理,还知道心疼父母、关心家庭、乐于助人等。

一位妈妈说,儿子从小就是妈妈做家务的小帮手。现在10岁了,不仅不需要被人照顾,还是一个暖男,性格开朗、热情,无论在

家在学校,都经常关心别人。每次周末回家都要告诉妈妈:“你们累了一周了,周日的饭我来做。”

家长一定要让孩子从小参与家务劳动,家务劳动是生活的重要组成部分。参与家务劳动可以使孩子从小成为家庭中一员。

人的最高需求是“利他”。孩子参与家务劳动,从爱父母、爱家人做起,人生的这一价值需求得以实现,高贵和有尊严的“自我”也会被不断地呼唤出来。这样,孩子才会懂得尊重别人,成为独立自主、有爱心、有责任、有担当的人。

喜欢做家务是孩子可终身享用的宝贵财富。从小与父母一起参与家务劳动、过好家庭生活的孩子,在多姿多彩的家庭生活滋养下,不怕吃苦,懂得惜福感恩,性格阳光自信,定会有美好幸福的人生。

### 5 仪式感

有孩子的家庭,父母一定要重视家庭仪式的设计,让孩子在有仪式感氛围中生活。

记得我小时候,家里有兄弟姐妹七个。不用说孩子们喜欢的零食,就连蛋、肉、细粮等,通常也只能在过年过节时吃。可就是我的家庭有几个重要的仪式,使原本平淡无奇的生活,有了一个亮点,成为我们心中天天的祈盼。

那时候,盼过年可真是刻骨铭心。一进腊月,彻彻底底地打扫家、准备年货很辛苦,但我们乐此不疲,天天掰着手指盼着,盼着……就因为这样天天数着过年,所以天天干活都没有怨言,天天都很幸福!六一儿童节,也是我们最盼的。节日那天,不仅学校要组织演出和各种有趣的活动,家里还要改善伙食,穿新衣服。更重要的是,在那天性急躁的母亲,也变得非常温和,不随意训斥我们。还有每个人的生日也是天天盼望的,因为这一天最大的仪式感,就是全家人都会以你

为主。

在设计家庭仪式时,父母要重视启迪孩子对仪式的祈盼心理。一次,同事的孩子兴致勃勃地对我说,再有2个月又2天,他就要过5岁生日了。我惊叹孩子对日子记得这么精准。孩子说,爸爸答应他5岁生日时,要送他一个礼物,是他最喜欢的坦克。果然孩子天天都在掰着手指掐算着,盼望着生日。看到孩子对距离生日的时间这么在乎,我想试着和孩子聊聊这2个月又2天一共是多少天。开始还担心孩子太小没法聊,没想到小家伙对此很有兴趣。我们从一个月有4周,一周有7天说起,不到10分钟,一个5岁的孩子很清楚地算出了2个月一共有8周,最终也知道了2个月(3月和4月)又2天共是63天。

就这样,5岁的孩子居然搞明白了这些数字。因为这些数字离孩子的生日很近,成了他内心的需求,所以这些对5岁孩子来说很难的数字关系,也变得很亲切,很温暖,很简单了。

### 6 外出习惯

家庭生活第六个习惯是外出习惯,有长期和短期两种。长期是指出远门,也就是旅游。这对教育孩子是最有意义的事了。

与父母一起出行,爸爸妈妈不可包办代替,要让孩子经历全过程,这样孩子才会有收获,旅游便达到了最大的教育效果。

那么,旅游要做哪些准备呢?首先是选址,考察旅游目的地,我们为什么去这里?父母要在孩子稍懂事的时候就与其一起商量,一起做

做好旅游攻略。这样孩子会有自己的思想和选择,对选定的地方也会充满期待,还会从小习惯看地图和地球仪。其次,与孩子把可能会出现的问题尽量考虑到,并做好应对措施。这是提升孩子发现问题,解决问题能力的好机会。最后,面对旅游途中随时出现的状况,做好分析总结。和孩子聊一聊印象深刻的事物,让家庭旅游成为全家人共同的快乐。孩子从小参与家庭旅游设计,渐渐熟悉各流程及注意事项,就会形成习惯。随着孩子不断长大,父母要逐渐放手,让孩子

自己来安排旅游事项。

短期外出就包括很多了。周边一日游,或是平时带孩子看美术画展,听音乐会,观看运动比赛,到图书馆、参观博物馆……到亲戚朋友家做客、看望长辈、探望有困难的亲人和生病的朋友等,这些地方处处都有教育。父母要提前做好功课,去之前和孩子讲清楚出行的意义,回来后与孩子畅谈出行的收获。

外出形成了习惯,孩子到时就惦记着。一位幼儿园小朋友,还不会说话时,爸爸带她去科技馆看恐龙。孩子2岁多会说话后,有一天对爸爸说:“爸爸,恐龙可想咱们了,去看看恐龙吧。”说明孩子一岁多虽不会说话,可去科技馆这事,已印记在孩子的头脑中,形成念想。让家庭外出成为家庭生活的好习惯,不仅会亲密亲子关系、丰富孩子的童年,还会给孩子增添亮丽的生命底色,孩子会饱满快乐地长大。

山西通宝育杰学校  
詹文龄



本版照片由山西通宝育杰学校提供