以孩子喜好为中心,坚持四项基本玩法,一手抓身体,一手抓心情——

长假,让我们“长长”地补习亲情

■记者 陈良和

“十一”黄金周,如何与孩子共度7天长假?有的家长知道该怎么做,可有的家长却不得其法。一位六年级学生家长不无苦恼地告诉记者:“我们夫妻每天忙于工作,早出晚归,孩子忙于学习,也是早出晚归,到了假期,我尽量把孩子的生活安排得丰富一些,但他并不领情,唉,真是搞不懂现在的孩子。”这位家长的抱怨反映出目前家庭教育中普遍存在的一种现象:亲子沟通不畅,亲情培养不够。有调查显示,目前大多数孩子课余时间的90%是独处或与同学在一起,与父母相处的时间只占5%。而在这短短的5%时间内,亲子之间缺乏深度交流,相互间“根本不理解”。

长假让孩子补习文化课显然不是明智的选择,因为与其他课程相比,“亲情”这一课更重要。那么,怎样才能使亲子之间沟通顺畅、亲情浓厚呢?这里,我们提倡以孩子喜好为中心、坚持四项基本玩法,或促膝谈心、围桌吃饭,或相伴出游、上街转转……一起来“恶补”亲情。

以孩子喜好为中心

记者从论坛及QQ群发现,许多家长热议如何让孩子过“十一”长假,旅游、访友、宅在家里……但是,从长假的策划到制订最终方案,都是父母一厢情愿,很少征询孩子意见。9月25日下午,记者随机在路上采访了十几位马鞍山实验小学、隆山实验小学、安阳实验中学等校的中小学生,发现超过八成学生的长假“由父母安排活动”。对于刚过去的中秋小长假,一些学生直呼“累”,陪家长走亲访友,假日生活的单调,让他们提不起劲来。

当记者问及“如果让你自主安排,你最喜欢和谁一起玩”,不少高年级的学生都选择了“同学”。一位初一的女生坦言:“如果父母邀请同学来家作客或让我跟同学一起去郊游,我会很感激。”

英国的一份研究显示,0-3岁是父母安排期,父母或大人可对孩子的游戏和生活作指导,以便帮助孩子发掘兴趣,帮助他们学会语言。但3岁以后,就进入了孩子的自主期。“当他们发现没有玩伴或活动受父母限制太多时,孩子就会觉得无聊。”一些教育专家也指出,家长对孩子过多安排会扼杀孩子的独立性和创造力,也会让孩子反感。因此,让亲情浓厚的第一步,或许是先给孩子充分的自主权,以他们的喜好为中心,安排假日活动前先咨询他们的意见。

在长假里,家长不妨试着让孩子自己照顾自己的生活,让他们在客厅和厨房里帮忙,比如打扫之类。允许孩子整天穿着睡衣,允许他们饿了才吃东西而不一定定时进食,允许他们晚上到屋外去看星星等等。如果你实在不能忍受自己的孩子整天无所事事,那么,请至少在假期的一半时间里让他们拥有悠闲的生活。有时候“虚度光阴”能让孩子得到充分的休息和储存能量。也可以尝试带孩子去一些乐园游玩,选择适合他们年龄的运动项目,让他们尽兴而归。当然,无论在哪里,请不要总是试图安排自己的孩子。

坚持四项基本玩法

玩法一:

全家DIY派对 吃吃聊聊亲情洋溢

长假不全是用来旅游的,假日其实是家庭聚餐的好时机。在七天中挑一个日子,听取全家的意见后制定菜谱,协调好DIY的节奏,主菜可让家中大厨掌勺,点心则可让平时远庖厨的孩子制作,如包饺子、搓汤圆等,哪怕是做一盘水果沙拉也行,为的是一起动手,营造全家参与的浓烈的亲情氛围。

在就餐时间上应尽量放宽,待吃到酒酣饭饱之时,泡上一壶茶,全家可把话匣子打开,说说各人想说的心里话。家长趁机将话题引向孩子这边,让孩子说说学校的事、同学的事,家长只需当个好听众,仔细地听,耐心地听。家长还可以把家中最近发生的事以及计划中要做的事拿出来讨论,听听孩子的意见。在这样的氛围中,孩子会用心听,也会感受到父母的关爱。

除自家人聚餐外,还可以与多个关系亲密的家庭一起野餐,分享各家精制的饭菜,也可以去户外烧烤,烧烤时的“呲呲”声能把派对的气氛推向高潮,大家一起摸索试验,也是一种交流的方式。

玩法二:

全家出游 走走看看增智健体

秋高气爽,想与自然亲近的冲动也是越来越强烈。回忆是培养亲情的重要手段,这个长假,不妨带着孩子重温蜜月之地,同样的风景,领略到的可能是与当年截然不同的心情。

目的地当然也可以不是著名的某风景点,可以是父母当年就读的学校,生活过的老房子等。在路上,可以聊聊孩子从出生到现在的一些事情,让孩子明白在他们成长的过程中得到了长辈多少的关爱。当孩子还在妈妈肚子里的时候,爸爸、妈妈、爷爷、奶奶就开始为他绘制未来的蓝图;为了给孩子起好名字,爸爸、妈妈翻遍了所有相关的书籍杂志,小小的名字承载了父母深切的关爱和期望。父母还可以告诉孩子他什么时候出第一颗牙,什么时候开口说第一句话,又是什么时候做了一件非常有趣的事情。在细细的回忆中,孩子逐渐体会到父母对自己关爱的每一个过程,激发孩子内心浓浓的亲情。

如果选择远足,出门前可与孩子一同查找旅游目的地的相关资料,熟悉当地的历史渊源、风土人情,找出此行观光的重点所在,为一次愉快的亲子共游打下良好的基础。这个过程还可满足孩子的求知欲望,并使孩子感受到父母对他的信任。

和家人一起出门旅游,既可避免家庭琐事干扰,充分放松心情,还可以增长见识、强身健体,何乐而不为?

玩法三:

打开视窗 翻翻找找净化心灵

我们怎么能忘记亲子共读呢?它可以从选书的时候开始,一直到读后的交流,可以是大人读给孩子听,也可以是孩子读给大人听,全家共同分享多种形式的阅读过程,既可净化心灵,也可敞开心扉,与家人的思想相遇。

亲子共读的书籍,成长励志的如《做有出息的孩子·影响你一生的哈佛演讲》,科普经典的如《森林报》、《宇宙原来如此有趣》、《我超喜欢的趣味科学书》,漫画绘本的如《漫画法布尔昆虫记》、《森林唱游》,校园小说的如《零花钱大计划》,当孩子在读书时父母可以读《爸爸回家做功课》、《怎样对孩子说不》等。

也可以全家一起看一部影片,网络的便捷,让你很容易就能找到世界各国广为推崇的经典青少年必看电影,如法国电影《蝴蝶》、《小淘气尼古拉》、《放牛班的春天》,英国电影《舞动人生》,德国电影《想飞的钢琴少年》,伊朗电影《小鞋子》,泰国电影《小情人》,美国电影《天生一对》,意大利电影《美丽人生》、《本后卫也好》、西班牙电影《潘神的迷宫》、瑞典电影《狗脸的岁月》、俄罗斯电影《寻找幸福的起点》、前南斯拉夫电影《爸爸出差时》、捷克电影《青青校树》、阿根廷电影《中央车站》、印度电影《贫民窟的百万富翁》、日本电影《菊次郎的夏天》等,这些与成长有关的电影,估计会给全家带来心灵上的愉悦享受。

玩法四:

宅在瑞安 欢欢喜喜同买东西

假期里,家长还可请孩子陪同上街购物。

要孩子陪是为了唤起孩子对父母的爱,学会为父母付出时间和精力。当孩子同意作陪时,可以让孩子帮着拿东西、挑选物品。购物前与孩子一起看看家里缺什么,商量买什么最合适,并拟定一份购买计划。一次平等的、朋友式的购物活动,能增进父母与孩子间的感情,而且作陪的任务约束着孩子,无形中增强了孩子的责任心。

家长还可以与孩子合种一种植物,或者合养一只宠物。植物宜选容易种的品种,宠物宜选龟、金鱼等。在种植物或养宠物过程中,与孩子一起浇水、投放食物,与孩子一起整理花盆、清洁鱼缸,与孩子一起观察植物或宠物的细微变化,都会使亲情随着植物和宠物的长大而增强。另外,一些喜欢女红的母亲,还可以邀请女儿一起选购十字绣品,沉默虽有力量,感情仍需表达,它比较适合内向的母女沟通情感。

除上面提到的四种基本玩法外,家长还可以与孩子一起当义工,去孤儿所及扶贫项目点等容易在欢快的节日里被人们遗忘的社会角落奉献爱心,丰富人生阅历;还可以来一次大扫除,或一起玩当下热门的游戏,让忙于工作的家长近距离了解孩子的兴趣点……培养亲情不在于金钱付出的多少,而在于家长用心、用情的多少,但愿这个长假,每个人都收获满满的幸福。

捷克电影《青青校树》