



教子有方

# 在教育孩子的过程中 我总是爱发脾气怎么办?

专家观点:出现问题延迟解决冷处理,  
与孩子平等对话



案例

**家长:**我是两个孩子的妈妈,在辅导孩子的过程中总是爱发脾气,我知道这样不好,但是一看到孩子磨蹭,不按要求完成作业或者说了几遍不明白就火冒三丈失去了理智。我下决心以后不发脾气,但是每次都不知不觉发火,过后又后悔难过,我这是怎么了?



分析

珠海幸福树心理有限责任公司祥云姐姐:根据你的诉说,非常理解你内心的矛盾。总是忍不住发火,这有我们内在深层的东西,需要我们做父母的不断地学习并改正。任何人都有内在的暴力倾向。我们每个人的成长经历不同,家庭教育也不一样,我们内在的暴力倾向隐藏很深,总是会因一些事情被激发或被控制。有很多父母脾气不好,可以追溯到他们的父母,曾经对他们也是有一定暴力倾向的。家庭是孩子走向社会的第一训练场,与父母的互动模式也是将来走向社会的模式,所以,我们做父母的一定要在孩子面前注意自己的言行举止,控制好自己的情绪。

教育孩子的方式犹如流淌的小溪,和风细雨,润物无声,只有这样孩子才能接受、吸收、消

化、理解。当我们是这样一个状态的时候,他们的内心也是平静的、理性的、带着觉察的,一言一行是有意识的。我们要知道一个孩子在一个常发脾气的父母身边长大,他是不可能学会控制情绪的。父母面对孩子的时候,不妨放下家长的威严,站在孩子的角度看看他所理解的世界,也许我们就能理解孩子了。孩子正处于一个成长的发展阶段,他们的心理状态处于不安期,还没有稳定。他们的内心需要父母来给予积极的支持,他们还太弱小了。给孩子一些宽容,哪个孩子的成长不犯错呢?我们不能用成人的标准来要求孩子,孩子的内心犹如小树苗,无法像成人那样承受压力。他们还不具备承受和克服困难的能力。要求孩子忍耐,孩子就不会表达感情,总是逼迫、催促孩子,孩子一定消

极、拖拉。长此以往,情绪受阻欲望被压抑,会让孩子内心产生一系列的心理问题。在咨询的个案中会发现,经常被打骂的孩子,自我价值感比较低,对什么都不感兴趣,容易愤怒,做事行为过激。

情绪调节需要过程,如果总是很难控制情绪,需要进行心理咨询,最好与孩子一起。要找到自己总是对孩子发火的根本原因。父母的情绪好了,孩子的状态也会慢慢好转。对于经常爱发脾气的父母五点建议:

1. 经常的觉察自己的心理状态;
2. 出现问题延迟解决冷处理;
3. 情绪不好不处理事情,特别注意不要对孩子发火;
4. 实在克制不住发了脾气要道歉;
5. 把孩子看成独立的个体,与孩子平等对话。

(本报记者 王晓君 整理)

## 教育园地

### 组织有效互动活动 提高小学英语课堂教学效率

随着我国新课标改革的进行,在小学英语课目中,越来越凸显其交际性。但由于受到年龄限制,很多小学生都不能完全把注意力集中到课堂中来,这不利于课堂学习效果提高。为了保证每一个学生都能在课堂上有所收获,教育工作者必须做到在开展英语教学活动的时候,积极组织有效互动活动,为他们能充分表现自己提供广阔平台,进而提高课堂教学效率。

#### 一、改变教学观念,加强课堂互动教学

在传统的英语教学模式下,常常采用的是“教师教和学生学”的教学形式,学生和教师唯一进行互动的机会就是教师的提问环节。这种提问环节相对比较严肃,这样的状态会在一定程度上对学生造成恐惧,导致他们在课堂上不敢回答问题,久而久之,彻底不敢回答问题。

合作学习模式是新课程改革之下的新型产物,属于创新性教学模式,要有效在小学英语课堂教学中开展互动环节的一个重要手段就是在课堂中积极组织学生们进行合作学习。把班上的同学分成几个小组,然后以小组为单位学习英语,比如可以按照英语水平将学生每4个人为一组,促进交流活动的顺利进行;也可以优等生、中等生和差等生相互结合,让水平较高的学生带动水平较低的学生,最终实现共同进步。由于小组团体都是由同龄人组成的,面对同龄人他们更愿意开口表达。在合作教学模式开展的过程中,所选择的学习内容应该要具有探究性和交际性,这样才能使小组内的氛围充分活跃起来,并且最大程度体现教学内容的价值,让学生进一步明白交际的本质和掌握与他人交流的技巧。比如在学习“*At the zoo*”这一课文时,教师可以引导学生以小组为单位进行相互提问和回答,可以针对以及喜欢的某种动物提问,也可以提问队员喜欢什么动物,如果有小朋友的表达出现了错误,队友之间要相互纠正,以便于改正错误。通过这样的教学,一方面学生学会了一些动物的英语表达形式,另一方面使

同学之间的交流增加,促进交际能力的提升。

#### 二、通过建立新型的师生关系来开展互动教学

教育工作者是学生学习的引导者和指路人,教师与学生之间形成的关系,在一定程度上决定着一个学生在课堂上是否能积极主动参与活动 and 思考问题。在进行互动教学的过程中,最重要的不是教师说了什么话,而是教育工作者引导学生说了什么。老师和学生一样,都是互动教学的参与者,为了进一步促进师生关系,要求教育工作者一定要想办法消除老师和学生之间的代沟和隔阂、平等相处,共同构建和谐有趣的师生关系。和谐融洽的师生关系,为他们的学习创造了良好的环境。比如在学习“*How much is it?*”这一课时,可以开展情景教学模式,由教师扮演卖家,小朋友扮演顾客。买东西的过程中,学生向教师询问某种商品的价格:“*How much is it?*”然后教师回答,这对于促进师生关系具有重要作用。不过需要教师课前做好充分准备,包括道具准备、教学流程设置、课堂时间把控预算等。

#### 三、不断完善评价系统,促进英语课堂互动

不断完善教学评价,使其更具有科学性和合理性,是学生得以充分认识自我、发现自己学习中的漏洞和缺陷的重要前提。要使在小学英语课堂教学中实施的互动更加有效,以便于激发学生的英语学习兴趣、增强学习自信心、提升参与课堂活动的积极性和主动性以及促进师生之间的良好关系,需要教师不断探索和研究小学生的个性心理发展特点、充分了解具体英语水平以及他们的兴趣爱好,然后根据相关数据建立更加完善健全的、鼓励性强的互动教学评价体系,适当的鼓励对于好胜心较强、表现欲望较强的小学生来说,能充分促进他们的身心健康发展和进步。评价体系要求不仅要给予鼓励,还可提出改进的策略,让小学生的能力得到完善,最终实现课堂互动的价值。

珠海市香洲区北岭小学 李华英



参与方式

欢迎您扫描二维码,加入“教子有方”微信群,将您在教育过程中遇到的烦恼告诉我们,我们将在本报“教子有方”栏目中,就最热门、读者最关心的问题,邀请专业心理咨询师或资深教育界人士进行探讨,答疑解惑,给出意见和建议。

