**假期生活巧安排 家长孩子都愉快**

在现实生活中，有的家长凭自己的意愿包办孩子的假期计划，有的家长撒手不管，让孩子自娱自乐。

**案例**

小伟是一名四年级的学生，他的家长由于平时工作比较忙，没有时间照顾小伟。每到假期的时候，家长就会感到非常焦虑。既希望孩子能在学习之余适当放松休息，又担心孩子沉迷网络游戏不能自拔。家长也曾强行给小伟报过各种各样的培训班，就是为了让孩子多学点东西，多与人交流。去年暑假，家长没和小伟商量就给小伟报了跆拳道和书法培训班，可这种被动的假期安排小伟并不接受，而是想方设法地逃避。家长说他几句，他就大叫起来：“天天就知道让我学这学那，你要逼死我呀！”就连假期作业，小伟也是字迹潦草的胡乱应付。家长每次提醒他写作业时，他都一脸的不耐烦，跟家长抱怨道：“好不容易熬到假期，就不能让我玩几天吗？天天逼着我写作业，开学之前写完不就行了吗？”

**分析**

在上述案例中，我们发现孩子产生排斥心理，不愿意接受家长的假期安排，这是因为家长忽视了四年级孩子在分析问题时已经开始确立“自己”的位置，把“自己”作为一个独立的人，家长没有尊重孩子的意愿，强行安排而导致的亲子关系紧张。

1. **缺乏良好的沟通，导致难以共同合作制定计划**

良好的沟通是和孩子共同商定假期计划的前提，而良好的沟通又建立在相互理解之上。案例中小伟的想法是，好不容易盼来了假期，他要好好放松、玩个痛快！而家长焦虑的是，孩子不是疯玩就是沉迷网络，平时不好好写作业，开学后很久也收不了心。由于家长不了解孩子的心理特点，没有倾听孩子的心声，不了解孩子心里的想法，在没有和孩子有效沟通的情况下单方面的给孩子制定了假期计划，报了辅导班，导致假期计划不能令任何一方满意，甚至还会加深了亲子矛盾。

**二、缺少有效的陪伴，让孩子不愿合作**

在孩子的成长过程中，家长的陪伴意义重大，让孩子学会合作，家长需要给予孩子更多的关爱和呵护。案例中由于小伟的家长忙于工作，疏忽了对小伟爱的表达，缺少有效的陪伴，一旦涉及到计划的安排，家长就以命令的口吻让孩子做这做那，让孩子产生厌烦、抵触心理。不愿与家长一起制定假期计划。

**三、引导方法不恰当，导致孩子意识不到合作的重要性**

**团队合作能**有效地激发孩子的学习动力，孩子更容易看到自己的不足，从而加速自我成长。但案例中小伟的家长并没有引导孩子要学会合作制定计划，只是一意孤行地给小伟制定好家长认为可行的假期计划，这不但没有给孩子做出正面的示范，反而让孩子学到了家长霸道、遇事不会与别人商量的坏习惯。强行让孩子参加自己不喜欢的兴趣班，打击了孩子的积极性。四年级的孩子心智尚不成熟，认识还不全面，看待问题往往受固定思维模式的束缚，还不够全面。家长应该依据孩子的心理特点对孩子进行正向引导，采取民主协商的方式，更易于孩子接受。

**建议**

家长过高的期望、过多的干涉、过度的指责会使孩子无望、无奈、无措。那么，家长如何做才能使孩子的假期更有计划有意义呢？

**一、加强沟通，协同孩子制定合理的计划**

和孩子商定假期计划，让他担当小主人。与孩子有效沟通，尊重孩子的意见，根据孩子的意愿，先列出每日之中需要完成的各项任务，再听听孩子对于学习、运动、娱乐、上网时间等怎么安排，适当给出建议，多鼓励。孩子当了自己的主人，主动性增强了，行动起来就会格外有效。这样家长就能引导孩子按计划完成各项任务，也能训练孩子的自我管理能力。所以和孩子共同商定假期计划，家长需要了解孩子的意愿，更要了解孩子的心理特点，依据孩子的心理特点，与孩子进行有效沟通。

**二、家长示范，引领孩子学会商量**

教育家马可连柯曾经讲过:“一个家长对自己的要求，一个家长对自己家庭的尊重，一个家长对自己每一行为举止的注重，就是对子女最首要的、也是最重要的教育方法。”

家长在教育孩子的过程中要以身作则，一言一行都要成为孩子的表率：要求孩子爱学习，家长要在家中率先捧起书；要求孩子会合作，家长首先要学会跟孩子商量；为孩子制定假期计划时，家长要尊重孩子的意愿，与孩子共同决定。在生活中，吃什么饭、做什么菜、周末安排哪些活动、给孩子报哪些培训班，家长都可以与孩子共同商讨，孩子耳濡目染渐渐地也会学着遇事与人商量，这对孩子融入班级、社会有很重要的意义，同时也是营造良好家庭氛围的基础。

**三、多方面尝试，让假期更有意义**

（一）亲子活动，体验快乐。比如在假期中，可以让孩子陪长辈聊天、跟同学一起郊游、看电影等，结束后让孩子分享一天的心情。工作之余，家长也要尽量多抽出一些时间，与孩子一起开展游泳、郊游、野营、爬山、欣赏音乐、制作小工艺品等有益的活动，引导孩子与人合作的技巧和方法，共同分享活动带来的快乐。

（二）参加家务劳动，让假期丰富多彩。四年级的孩子已经拥有了一定的生活自理能力，可以独立完成一些事情。只要家长不嫌孩子衣服洗得不干净，打扫卫生费时间，像洗碗、浇花、拖地等工作，孩子基本都能够胜任，动手多了，实践经验丰富了，还能做得更好。也可以带领孩子一起去市场买菜、做饭、收拾厨房、清扫室内卫生、为家庭事务出谋划策等。这些都直接培养了孩子与家人合作的能力，同时让孩子在做家务中体验多彩的假期带来的快乐。

（三）兴趣入手，轻松对待假期作业。孩子在轻松愉快的心情下面对假期作业，学习效率也会不一样。家长可与孩子约定，完成当日的作业后，家长可以陪孩子一起做孩子感兴趣的事情，如研究中国汉字；与孩子探讨作文，引导孩子思考怎样写才有新意，带领孩子一起去生活中寻找素材等等，让孩子体验完成当日计划的作业带来的快乐，从而锻炼孩子自觉按计划完成每日任务。

（四）有效激励，科学安排时间。小到一天的计划，大到整个假期的计划：学习时间安排不要太紧，体育锻炼时间、做家务时间、孩子的爱好时间、自主安排时间要穿插进行。如果孩子能按照制定好的计划出色完成一天的任务，家长就一定要表扬，可以满足孩子的小愿望，送给孩子喜欢的乐高、魔法棒、钢笔等。可以尝试设置积分卡，通过这种形式把每天孩子做的有意义的事情，记录成分数。做家务、学习、读书、打扫卫生等，都会得到相应的分数，当攒到固定分数时，可以兑换一个孩子喜欢的礼物。而如果孩子完不成当天的任务，家长就要延迟孩子心愿的兑换时间。依此调动孩子的积极性。

**思考与应用**

1.在安排假期计划前，开展家庭讨论会，每位家庭成员发表自己对假期的期待，合作完成假期计划。

2.通过亲子合作的方式，制定一份假期中的家务劳动分工计划并执行。

单位：山东省临清市京华附属小学

姓名：孙继君

联系电话：15954172125