

始信風

厚
在
題



合肥一六八中学
官方微信
敬请关注

主办:合肥一六八中学 总顾问:阮厚广 顾问:吴菊文 李善信 许有科 王银堂 杨会谦 陈忠好 总编:韩远兵 主编:朱楠 卫文(学生)
网址:www.hf168.net 联系电话:0551—63803905 63803907 63803977

创刊词 今而始之信有成

合肥一六八教育集团党委书记、校长 阮厚广

梅开琼英千朵,风送清香万家。乘着2016年的新春气息,《始信风》终于如期与家长朋友们见面了!

“始信”者,“今而始之,信有成也”。学校秉承一贯的办学理念,立足于升学预备教育,着眼于学生终身可持续发展,为学生的幸福人生奠基。正因如此,在这场教育的旅程中我们希望与更多的家长相知相守。报人之心,拳拳之意。建立这样的一个园地,就是希望她成为一个交流教育心得的窗口,一条沟通家校联系的纽带;同时希望她成为展示学校教育成果,展现教师学生风采,展望家庭幸福未来的平台,也为校园的文化建设描绘出浓墨重彩的一笔。

听名师谈,为学生言,与家长说,在交流中倾听学生的声音,在探讨中触摸教育的真谛。在这里,您可以了解学校的实时动态,寻找教育孩子的方法途径;您可以倾听孩子的心灵话语,关注当下的教育成败。其中的每一个字,都凝结着你们孩子的汗水;其中的每一个人,都重叠着万千学子的身影;其中的每一个案例,都浓缩着家校教育的精华。

秀之所赋,灵之所钟;樱花带雨,心湖澜飞。苏格拉底说过:“教育不是灌输,而是点燃火焰。”锐意进取的一六八人学习贯彻《教育部关于加强家庭教育工作的指导意见》精神,在居巢之畔,在始信路旁,希望借“始信”之风,燃星星之火。

十余载翰墨辉煌,离不开各位家长的呵护,万幸里桃李飘香,必不负各位家长的期望。亲爱的家长们,通过这份报纸的创办,我真切地祝愿我们的教学可以润物无声,身心齐臻;我坚定地相信我们的教育事业能够继续开来,永续辉煌!



弦歌永不辍,耕耘天地宽。坚守教育理想的一六八人又一次登顶合肥市高中教育教学质量综合评价榜,荣获“综合评价一等奖”!

做一等事业 育一流人才

——热烈祝贺合肥一六八中学连续11年荣获合肥市高中教育教学质量综合评价一等奖

2009年,陈硕嵩,省高考理科状元;2014年,罗瀚宁,省高考文科状元;2015年,刘梦琦,合肥市文科头名;2015年北大、清华录取共10人;应届共有79位同学被全国前十所高校录取,占宏志班报考人数8.2%;应届过半学生录取211高校;共有29位应届优秀毕业生被美国加州大学、新加坡南洋理工大学等世界知名大学录取……建校十三年,折桂三状元,学校为各大高校输送了大批优质生源,以优异的成绩向社

会各界交上了一份满意的答卷,在合肥市乃至安徽省的基础教育领域较好地起到了示范引领、辐射带动作用。

新的一年,我们将全面贯彻党的教育方针,坚持全面实施素质教育,努力办人民满意教育,把培养和造就爱生活、会学习、能自治、懂合作、善思辨、求真理的具有国际视野和精英情怀的精英人才作为育人目标,朝着省内领先、国内一流、国际知名的优秀示范性中学的既定目标奋勇向前!

我校高三年级赴 郑州外国语学校调研备考

今年安徽省高考将回归全国卷,给高三复习备考带来了新的挑战。对于这一改变,我校高度重视,采取多种措施提升毕业班的教育教学质量。一方面立足课堂抓好教研工作,另一方面积极组织教师外出学习,调研备考。

2015年12月17日中午,我校高三毕业班一行34人,在党委副书记、副校长吴菊文,副校长许有科、陈忠好等领导带领下,赴郑州外国语学校考察、交流,分享全国卷教学备考策略,共同探讨优秀学生培养经验。

郑州外国语学校是国家教育部确定的全国十六所具有保送生资格的外国语学校之一,具有“文理兼长、突出

外语、全面发展”的办学理念和“中西文化融合、智慧人格并重、本土情怀与国际视野兼具”的培养目标。其优异的教育教学成绩领跑河南省。

郑州外国语学校一直使用全国卷,有着丰富的备考经验,再加上两校生源情况相似,许多宝贵经验值得借鉴吸收。此次考察活动,老师们收获颇丰,不仅加深了对一六八中学的文化认同,完善了高三备考工作策略,也更加增强了对学校内涵发展的信心。

又是扬帆起航时,“九万里风鹏正举”。2016年,是挑战与机遇并存的一年,合肥一六八中学将外借力,内自助,和衷共济,再创辉煌!

★在2015年合肥市中学生物教育学术论文和教学设计比赛中,姜珍珠、李庆春老师的教学论文荣获合肥市一等奖。

★我校魏立诚老师的论文《应用新媒体培育青少年核心价值观的调查研究》经市教育局推荐选送市委宣传部获得“2015年合肥思想政治工作优秀调研成果”一等奖,并推荐至省宣传处评奖。

★2015年11月9日,我市政治教研室首次举办中学思想品德(政治)课培养和践行社会主义核心价值观优秀教案演讲大赛。我校魏立诚老师和管华荣老师前往参赛并分别获得了一等奖和二等奖的好成绩。

★11月27日,高一(6)班班董琪同学、高一(22)班余欣竹同学在副校长吴菊文、教务处副主任张文生的带领下,来到上海交通大学附属中学,参加“长江之歌”第五届全国中学生诗会。她们优秀

的表现获得评委们的一致好评。

★在复旦大学举行的2015年全国中学生模拟联合国大会上,我校高二(22)班潘宇昂同学获得“杰出代表奖”。

★我校学生参加奥数取得优异成绩,多名同学荣获省市级一等奖。高三(16)班金宇、黄昕宇、严虎、高三(17)班陈涛获得高中数学竞赛省一等奖;高三(16)班夏松获得高中化学竞赛省一等奖;高三(16)班叶重荫获得高中生物竞赛国家级一等奖。

★在FLL机器人世锦赛华东赛区比赛中,我校郑可、张云曦、刘韵炜、周李慧、张婕、时俊杰等六位同学分别获得“课题研究单项冠军”荣誉。

★在2015年合肥市社团文化节中,我校荣获合肥市中小学幼儿园素质教育系列活动暨社团文化艺术节展示优秀组织奖,晨曦诗社荣获合肥市社团文化节优秀(特色)社团一等奖。

校园简讯

加强学校党组织建设 构筑优质教育桥头堡

——合肥一六八中学召开党建工作会议

2015年12月9日上午,合肥一六八中学党建工作会议在南校区四楼会议室召开。校党委书记、校长阮厚广,党委副书记、副校长吴菊文,党委委员、副校长王银堂、杨会谦,办公室主任许静及各支部委员出席了会议。会议由吴菊文主持。

会上,吴菊文校长宣读了学校党委关于各党支部委员人选的批复,并向各支部新任委员表示祝贺,要求各支部召开支委会会议,明确分工、认真开展支部活动。

学校党委书记阮厚广在会上做了重要讲话。阮书记要求,要牢固树立党的宗旨意



识和信仰意识。全心全意为人民服务是党的根本宗旨,就学校而言,老师和学生就是我们的服务对象,要做到把每一位学生都

放在心上、善待每一位教职工。还要坚定自己的信仰,加强学习和理性分析,不要人云亦云,做到不信谣、不传谣、不造谣,牢牢把握教师职业道德底线和党性修养,防止腐败现象在校内滋生蔓延。工作上有问题,党员干部要敢于并善于攻坚克难。各支部要发挥战斗堡垒、先锋模范的作用。

学校是培养社会主义建设者和接班人的重要阵地,加强学校党组织建设,使学校党组织真正成为富有影响力和凝聚力的坚强战斗堡垒,对于在新时期推动学校教育改革和实现学校跨越发展具有重要的现实意义。

同心同德承载时代中国梦 载歌载舞绽放青春艺术花

——高一、高二年级元旦晚会圆满落幕

欢歌笑语挥洒人文情怀,龙腾虎跃演绎青春风采。2015年12月27日晚,校艺术会堂内欢歌笑语,气氛热烈,作为本届校园文化艺术节的收官之作——高一高二年级元旦晚会正式拉开帷幕。师生同登舞台,欢聚一堂,在歌声嘹亮中唱响青春梦想,尽展合肥一六八中学师生的精神风貌。

本次元旦晚会共分四个专场举行,并于30日晚圆满落幕。晚会节目形式多样,内容新颖。街舞社、话剧社等十几个社团各展风采;武术社表演的《精武门》人气火爆;话剧社表演的《范进中举》于幽默中关注当下,启迪青年人的思考。各班级自编自导的



节目也精彩纷呈:高一(9)班的相声《找地名》京味十足,令人忍俊不禁;高一(13)班的歌舞《月光下的凤尾竹》民族风情浓郁,给观众带来愉悦的视听享受;高二(22)班

自编自导的历史剧《大汉天子》带领观众思接千载穿越历史与现代;歌曲《父亲》、《那些年》、《青春修炼手册》唱出了同学们内心的幽情与梦想的执着。

四场视听盛会不仅给大家带来了欢声笑语,传递了青春正能量,昭示了昂扬奋进的新年气象,也为本届校园文化艺术节活动画上了圆满的句号。

我校通过开展丰富的艺术节活动,加强学生的艺术审美教育,培养了学生的艺术特长,提高了学生的综合素质,让学生在人文引领下全面发展!

本版编辑:高一(2)班 夏逸凡 徐扬帆

居巢余韵 如歌行吟



2015年12月16日晚,合肥一六八中学第四届校园诗会在报告厅隆重举行。合肥市戏剧家协会副主席、省朗诵艺术学会副会长王秀琴,合肥广播电视研究院主任播音员、省朗诵艺术学会副会长鲍远明亲临诗会现场指导,合肥一六八中学党委副书记、副校长吴菊文,副校长许有科、陈忠好也莅会观摩。

诗会现场,王秀琴副会长宣布,鉴于学校浓郁的诗歌氛围,决定吸纳合肥一六八中学为安徽省朗诵协会集体会员。

诗会分为“远古遗韵·袅袅余音”“物华天宝·山川竞秀”“青春梦想·轻舞飞扬”“生命如歌·天际归舟”四个乐章,同学们或喃喃低吟,饱含深情,或嘹亮放歌,慷慨激昂,展示了一六八学子在古韵和现代交织的今天,对历史的感怀,对家乡的热爱,对青春的礼赞,对生命的冥想。

在诗会现场,两位专家也作了示范朗诵和专业点评。鲍远明会长带来了一首闻一多先生的《洗衣歌》,鲍老师用其磁性的嗓音将闻一多的无奈、愤慨,对于现实黑暗的不满抨击表现得淋漓尽致,同学们如痴如醉,掌声经久不息。

诗会最后,副校长吴菊文发表了热情洋溢的闭幕致辞,并即兴朗诵了一首《渡》,将诗会推向高潮。

2016年,第六届全国中学生校园诗会将在我校举办,届时“徽风皖韵”将成为全国莘莘学子心中的诗歌符号。





董永辉 简介:

中共党员,中学语文中教一级职称。从教十载,先后荣获合肥市“师德标兵”、“优秀教师”、“市属学校教学能手”;现担任我校高一(8)班班主任工作,班级管理卓有成效,深受学生和家的好评。

浅谈“说教”之弊病

董永辉

“老师讲一句顶我们讲十句”,这几乎是所有老师,尤其是班主任老师耳熟能详的家长求助之说。说者芸芸,看来不完全是恭维之语,这反映的恰是当前家庭教育中较为普遍的现象——以说教作为教育孩子的主要方式。

说教有两种基本形式:“讲道理”和“唠叨”。

“讲道理”是很多家长喜欢的一种教育方式,一直以来被正面推崇。但实践证明,孩子们几乎对空洞的说教有天然的屏蔽意识,道理说得越多孩子越不听话。

有家长跟我抱怨孩子周末在家里(平常寄宿学校)整天就知道玩手机、电脑,要不就是看电视。道理说了一大堆,但他总是“左耳进,右耳出”,好像一句也听不进去。我说,你既然已经知道讲道理不管用,起码在这件事上不管用,那就不要讲那么多“道理”啊。家长一脸为难地说,“说道理怎么教育他呢?我的建议很简单,自然的魅力胜过一切电子产品,你带着他再邀上三五同伴去爬山或者垂钓、野炊。我们的孩子本就属于大自然,他们自会乐在其中。可是很多家长却以工作忙等借口将孩子推给了电子产品,甚至自己无意中也成了“低头族”和“老网虫”。意识到问题严重性的时候又用连篇累牍的大道理说教,这样“教育”的效果可想而知。

我们身边一些“屡教不改”的孩子,深入了解,往往会发现根源于家长的固执己见。不论大小事,

一旦孩子的做法有违己愿,便要不厌其烦地以“理”服之。这一般又会陷入一种循环的困境:理之不足故批评,批评无效又责骂,责骂无果甚至会以拳脚相加。事后追悔,便又打出感情牌,想要以自己的辛苦付出或者“都是为你好”来感化孩子。

另一种类型的说教——“唠叨”的伤害或许更大。

称得上“唠叨”的,是那些脱口而出的、不断重复的、总给人带来负面情绪的话语,既没用又不中听。

如果我们留心,就会发现一个人在什么事情上被唠叨的越多,往往这方面做的越差。在一次校园足球联赛上,我的班级在一场关键比赛中一球落后,当时心急如焚的我在场边不断大声地向场上队长喊着“拼抢,向前,分边……”,结果平时腼腆的他一着急居然冲着我叫道:“别喊了,我只能踢成这样。”这让我为之怔,瞬间哑然。这帮孩子因为这次足球赛才刚刚开始学习踢足球,我为他们制定的所谓的“战术”,其实是他们根本无法实现的,加之落后他们更加心急。我在场边的自以为是的“指导”不仅于事无补,反而是不折不扣的唠叨,只能让他们心里更着急,表现越发糟糕。

“唠叨”没有恶意,却是一种恶习,是内心控制欲望的外在释放。我们的孩子当然不至于脆弱到不能接受一点废话,正如用刀子在身体上划出一个伤口,它很快可以

自愈,但经常性的唠叨所积累的负能量却在漫长的岁月中悄悄“壮大”,正如一把小刀,一点点割掉了孩子正面生长的力量,如自信心、责任感、判断力等。

“不说是一种智慧”,控制少说或不说不是一件很容易的事,这里有三条建议与家长商榷:

1、客观认识和接纳孩子的缺点。静下心来认真思考自己的孩子身上是不是真的有什么不可接受的缺点?即使缺点明显,终究是自己的孩子,如何能不去接受?用平和的心态,静候孩子的成长,也许才是上策。

2、孩子现存的问题多数是日积月累逐步形成的,我们的说教是否有效?如果没用,反复唠叨,我们伤神费心,孩子厌烦不改,这又何苦?倒不如静下心来,想想更好的办法,用行动去帮助孩子慢慢进步。

3、家校携手或求助于专业人士。孩子的问题形成往往很复杂,家长有时也难免束手无策,也许在老师那可以获得一些帮助。而更为严重的问题,如心理问题等,则应及时向社会相关机构寻求专业帮助。

卢梭说:“当上帝希望人做什么事情的时候,他是不会吩咐另一个人去告诉那个人的,他要自己去告诉那个人,他要把他所希望的事情记在那个人的心里”。老子早有“行不言之教”的训诫。谨以两位中外圣贤之说与家长朋友共勉。



孙云晓 简介:

中国青少年研究中心副主任、研究员,中国青少年研究会副会长,中国少先队工作学会副会长,《少年儿童研究》杂志总编辑,北京师范大学兼职教授。出版个人专著20余部,较有代表性的教育著作有《唤醒巨人——成功教育启示录》、《藏在书包里的玫瑰——校园性问题访谈实录》等。

2015年9月14日,《江淮晨报》报道:合肥肥西县一女孩因父母管教太严,一气之下爬到5楼窗外欲跳楼轻生。

事后经了解,女孩今年17岁,当日19时许,不满父母对其过度管教而与父母发生纠纷,一气之下爬出窗外欲跳楼轻生。民警接警赶到现场后,女孩并不配合救援,反而不停地掰民警的手欲挣脱。最后消防官兵用安全绳索将女孩安全固定住,才将其救回。

在家庭教育中,很多父母把严格管教看成是对孩子的一种关心,并抱着“你将来就会明白,我这是对你好”的信念。但实际上,父母对孩子过度严格的控制不利于孩子未来生活的幸福感。

近日,伦敦大学学院的科学家发表在《积极心理学期刊》的一项研究发现,父母的控制行为和与孩子以后生活中的心理健康问题之间存在关联,研究结果发现家长控制欲过强对孩子幸福感造成的负面影响竟然与痛失至亲对人们产生的负面影响程度相近。与生活在较大支持且控制较少的家庭环境中的孩子相比,被父母管束过多的孩子并不快乐。

研究人员通过对5000余名1946年生人进行长期的跟踪调查,发现那些表示童年时被父母侵犯过隐私或自己的独立意识被父母打压的人,在他们青

少年时期,30多岁、40多岁甚至60多岁时进行的总体幸福感测试中得分较低。因为儿童时期的经历对发育中的大脑会产生深远的影响,所以童年不自由、不快乐的经历可能会影响孩子一生。

父母是孩子生命中最重要的人,很多时候他们自以为知道什么东西是对孩子最好的,但孩子可能不这样认为。现实生活中,好多孩子在抱怨,他们必须按照父母规定的路线走,他们要完成父母未完成的梦想,当父母说出“我是你妈,你必须听我的”之类的话时,孩子的内心往往会涌出厌恶感。

父母要把孩子当作拥有独立生命的个体对待,在日常生活饮食穿衣等方面,多征求孩子的意见,尊重他们的选择。很多父母把自己的意愿强加给孩子,这不知不觉地把他们当作是自己的延伸,这种意识潜在地操控孩子的生活。如果孩子做不了他真正的自己,很难做到自我的成长,将来也很难找到自己的快乐。

所以,最后建议父母记住UCL医学研究协会梅·斯塔福德博士的话:“侵犯孩子隐私、不愿意让孩子自己做决定以及助长孩子对父母的依赖等行为,其实都是对孩子心理上的一种控制,这会削弱孩子的自立与自律能力,也是父母需要警惕和避免的。”

(素材来源:孙云晓新浪博客)

父母过多的控制让孩子未来缺乏幸福感

家长书架

王开东:《没有人天生会做爸爸》



王开东 简介:

全国知名高中语文老师,“深度语文”流派核心成员,江苏省教育厅首届基础教育成果一等奖获得者,主张以理想的教育实现教育的理想,在各类报刊杂志发表教育教学文章400多篇。著有《非常语文课堂》《教育:突破重围》《高考不怕写作文》《我行我素教语文》《教育:非常痛,非常爱》等。

好爸爸不是天上掉下来的。当我逐渐学会做一个好爸爸的时候,儿子过几年就要上大学了。泰戈尔说:“河流唱着歌很快地流

去,冲破所有的堤防。但是山峰却留在那里,忆念着,满怀依依之情。”一往无前的河流是我们的孩子,呆若木鸡的山峰,就是我们。

同样的情景,龙应台在《目送》中这样表述:“我慢慢地、慢慢地了解到,所谓父女母子一场,只不过意味着,你和他的缘分就是今生今世不断地在目送他的背影渐行渐远。你站立在小路的这一端,看着他逐渐消失在小路转弯的地方,而且,他用背影默默告诉你:不必追。”

在孩子的成长中,未来,我们除了缄默,就只有目送,这个失落是无法补救的。

因此,我渴望每个人从一开始就会做爸爸,一开始就能享受做爸爸的快乐。因为爸爸过期后也是会失效的。

——节选自《没有人天生会做爸爸》

本书是苏州中学王开东老师十几年教子心得笔记。王开东是中国著名语文老师,全国德育工作专家,苏州市教育领军人才,曾先后培养出吴敌、李鑫、吕曜晖等多名省市状元。他总结自己二十多年教育实践的精华,提炼出一套父亲家教的成

功经验,阐述了以培养独立、自主、健康孩子,与孩子一同成长为核心理念的家庭教育的方方面面的理念:如何爱孩子,如何培养孩子的好习惯,如何提高孩子的情商,如何提高孩子成绩,如何指导孩子的阅读和写作,家庭教育中应该注意哪些问题……该书既有理论高度又接地气;既是一本有用的书,又是一本好看的书;尤其是既有精彩案例,又有具体的操作模式。父母们一看就懂,一学就会!

这本书告诉你,可能你的孩子还很平凡,但是,只要你的家教方法得当,一样可以像王老师一样完善孩子的心灵,提高孩子的核心素养,让孩子从普通走向优秀,从优秀走向卓越。与孩子一起努力,他就能不断进步,不断成长!你帮助孩子克服困难的过程就是你修炼如何做一个好爸爸的过程!好爸爸这样养成,好爸爸这样练就!



名家讲坛

和孩子做真正的朋友

高二年级学生家长 李勇

关于孩子的学习和成长问题,最近有两件事对我触动很大。一件是参加家长会时,有两个没有想到:师生间如此精准、默契而又用心良苦的互动;教室里洋溢着如此强大的正能量和内生动力。另一件是孩子问了我一个问题:德与才,哪个更重要?问题折射出孩子现阶段对做人、做学问的一些思考和困惑,记得当时我是这么回答的:“才者,德之资也;德者,才之帅也。”德是才的统帅,决定着才的作用和方向;才是德的支撑,影响着德的作用和范围。与才相比,德始终是第一位的。

通过这两件事,我有种感觉,家长的关心、用心和期待,相对于孩子作为一个独立生命体的需求及权利,相对于老师、班级、学校这座大熔炉所具备的强大培育和修正功能,有时是错位的。陶行知先生说过:“真教育是心心相印的活动,惟独从心里发出来的,才能达到心的深处;拥有心对心的尊重,才会具备明察秋毫的教育敏感和化险为夷的教育智慧。”自付,对孩子教育而言,我更多的是在做编程工作,把一切美好的设想、所谓的经验和无原则对孩子禀赋能力的放大,把可怜的父母心,转化成若干指标、尺度、准则及无处不在的叮咛与敲打,一股脑送给孩子。

出发点也许是对的,但却忽略了自私、压服、武断这个病毒,因为人生就是一只空瓶子,你往里面倒什

么,你能得到的就是什么。可以想见,把过度的期许、压力、焦灼和担心,倾注到孩子尚显稚嫩的心境,能收获圆润丰泽的人生吗?

“己欲立而立人,己欲达而达人”,和孩子相处交流要推己及人,要做有心人,不能把尊重和做朋友仅仅停留在口头上,要真正理解尊重孩子的含义。“尊重”包括“尊”和“重”,“尊”是指把孩子当作平等的、独立的人看待;“重”是指对孩子的一切思想、情感、愿望、喜好加以重视和认真对待。孩子虽然不太成熟,但一样有自己的思想和个性;他们的观点和意见即使有些不切实际,却同样经过了自己的思考;他们的情感、直觉、想像力甚至比成年人强得多。这些都是我们应该尊重的,只有这样,才可能走进孩子的心灵,才有可能与孩子有愉快的交流,孩子才会心悦诚服地和你做朋友。

“靡不有初,鲜克有终。”一位优秀的高二年级班主任告诉我,好父母是学出来的,好沟通都是听出来的,好成绩不止靠老师。做家长的只有尊重孩子,充分理解他们的个性,才能配合老师和学校,在168中学这片沃土上,为他们创造一个愉快而能纵横驰骋的环境,提高他们的学习兴趣,发挥他们的最大潜能,培养出社会需要的各方面人才。

家教箴言

在孩子犯错时都很“勇敢”,家长要做的是引导孩子勇敢地认错、勇敢地改错。

父母的所做所为,是比言语更能影响孩子一生的教育方式。父母对子女的偏见,是导致家教失误的一剂激素。这将使子女骄者更骄,卑者更卑,调皮者更调皮,呆板者更呆板。缺乏动之以情的家教是贫乏的,失去晓之以理的家教是浅薄的,

没有导之以行的家教是空虚的,毫无人言示范的家教是脆弱的。被自己的孩子视为亲密的朋友,这是为人父母者所获得的最大成功。不过,为人父母者所能遭到的最大失败,却并非被自己的孩子视为对手和敌人,而是被视为上司或者奴仆。

父母信笺

成长故事

同学们这样说……

在每一个学生的成长中,家、校是两个绕不开的话题,在学校里老师的引领十分重要,但家长的教育观念与方法所起的作用也不容忽视。那么学生眼中最美的家庭教育是怎样的,让我们从对几位同学的访谈中寻找答案吧。

以山为书,以水为卷,爸爸指点我成长在山水之中。我们一起徜徉油菜花海,爸爸教我吟诵“草长莺飞二月天”的盎然,我们一起捕捉藤影荷香,爸爸让我跌入“接天莲叶无穷碧”的清美;我们一起走上山寒径,看红衰草瘦,爸爸让我体悟“碧涧流红叶”的心凉;我们一起在大雪初霁之时,攀小道而上,爸爸让我醉于“看银装素裹,分外妖娆”的壮丽。走过四季,爸爸让我明晓泥土的芬芳,启迪着我最初执笔写作的源泉。

我们一起担过爷爷的秧苗,赤脚在泥土中细播,爸爸教我盘中餐之不易;我们一起走过潺潺的小溪,溪道水草枯黄,爸爸教我人与自然的责任;我们一起发现老屋被砍一半的枣树,竟在另一半青翠累累,爸爸教我什么是坚强。

我和爸爸走在自然中,原来自然是最大的课堂。他把教导寓于自然,携我寻觅一个又一个真知,不断成长。(张蓝天)

记得小时候,父母曾告诉过我:给人递剪刀时要握住尖端,这是尊重;吃饭时要把饭吃完再说话,这是礼貌;开门时如果有人从后面要让人先进去再把门关上,这是谦让……这些在家庭中、生活中体现的素质,可能会被人称为“家教”,意味着家庭的教育、教养。但随着素质教育的普及,素质不再只是家庭的工作,而是家庭与学校合作的结果。例如在教室中不能打扰同学学习,这是尊重;见到老师要问好,这是礼貌;“谦恭礼让,温文尔雅”,这是谦让……学校与家庭重合并有所发展,是学校素质教育的一大特点。把学校当成家,在将来才有可能以社会为家,以国家为家。

家校之间的合作不只体现在素质教育这一点上,但我坚信,这样的合作一定能够塑造出一个美好的灵魂,培养出一个栋梁之才。(张惠嘉)

每个人都应当有最遥远的梦想,家长对孩子的期许也如是。但正如保罗·戈埃罗所说:“担心太多不会减轻明天的负荷,只会剥夺今天的快乐。”不过度紧绷,适当的可以松一松弦,给孩子们一个放松的机会,只要一步步走稳、走实,孩子们就一定可以拥有一个光辉的未来。

每个人都有自己的梦想,但正如保罗·戈埃罗所说:“担心太多不会减轻明天的负荷,只会剥夺今天的快乐。”不过度紧绷,适当的可以松一松弦,给孩子们一个放松的机会,只要一步步走稳、走实,孩子们就一定可以拥有一个光辉的未来。(张惟怡)

我们的成长

高一(14)班 束姿颖

“在这人世间,有些路是非要单独一个人去面对,单独一个人去跋涉的。路再长再远,夜再黑再暗,也得独自默默地走下去。”这是开学的前一晚,我在旧杂志中翻到的,似乎就是冥冥中的指引把这条下定决心才选择的路直白地铺展开来。当晚就工整誊在纸上,贴到了书桌前。

父母在那张纸前凝滞了片刻,眼中带有难言的伤感。离家、寄宿、独立,谁也不清楚这条未走过的路是否正确。事实上,初进校时的不适,的确挺煎熬。陌生的寝室生活,严苛的管理制度,紧凑的时间安排,完全打乱了我已做足思想准备的内心。早晨手忙脚乱中赶到食堂却只能在长长的队尾等待迟到的打水,却险些被锁在门外;傍晚在教室与宿舍间奔走却不知如何安排时间……总之那进入独立学习与生活的适应期,在当时是无比难熬的。幸而老师们对此经验丰富,适度的引导后更多的是同伴互助,坚持,再坚持,最终把那段“困难时期”顺利度过。

其实,现在回忆不起来那一个多月的具体细节,因为有条理的充实的生活早已成了不变的规律。从第一次拿起拖把打扫寝室,第一回打水清洗衣物,第一天盘算起饭菜的价格与近期的开销,我们就有了变化。学会了在水声中伴着泡沫轻松地聊天,在阳台上麻利地晾好衣物;学会了在路上安排好最快捷的路线,省时省力地完成各项任务;学会了在电话里汇报种种快乐,将学习上的困难苦涩埋在心里,靠自己消化排解。

我们也会一起抱怨,也会一起焦虑,但更会一起调节,一起进步。在两场测试的短暂间隙跑到走廊上看看围栏外许久不见的车辆行人,佩服自己能坚持不懈、一心向学;在晚自习回寝的路上认真地辨识天空中的星辰,在午休后的闲遐轻松地沐浴在阳光下与和风中共舞。青春,能充满学习的快乐,是何其幸福与充实!

最重要的,是我们与父母的感情。从前一直在一起生活,磕碰是难免的,彼此的爱虽不会削减,却总有隔阂。在这里,当我们与父母分离,才更能感受那份最浓厚的爱与亲情。你们时刻挂念着我们,每一句叮咛都承载着不会褪去的关爱。我们在这里学着独立,学着像从前你们那样照顾自己,时时感念着你们的辛劳。

“并不是在每一个日子想你,只是一切美丽的、深沉的、心中洞然如有所悟的刹那,便是我想你的时刻。”亲爱的爸爸妈妈,为我们的积极与阳光欣慰吧,为我们的成长骄傲吧!为我们的未来喝彩吧!



高二(21)班 李照宇

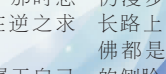
巍峨高山,千里绵延,浩荡无边。曾几何时,我眼中的父亲就如那高山般直入青天,连背影也无法企及。我趴在他的肩膀上,给我依靠,那是种不可或缺的安全感,让人莫名地欢喜。所以,对他的言语,我从不怀疑;对他的做法,我从不抗拒。这是种早已习惯的全方位的依赖,而我的生活也在他的指挥下有条不紊地进行着,一帆风顺。

而千里之行,始于足下。纵然前路漫漫,万水千山亦等闲,天涯海角也有尽头。父亲的眉目依旧严厉,却平添了几分柔和,少了几分霸道。在他身后匍匐的我虽前行缓慢,但我却早已不是伏在臂弯里的婴儿。千金难买年少,何况我风华正茂。当父亲终于因体力不济落在我的身后,当他终于有了不认识的字需要向我请教,终于在他高大的背影下,我看到了自己的坚实足迹。那时总以父亲为荣的我早已开始走在逆之求索的路上。

于是我开始攀爬,走上了属于自己的征程。日月交替,山河变换,转瞬即逝。父亲说过,让我怀揣梦想,一如既往地乐观前行,前路山花烂漫,我引吭高歌。终于,我走上了惆怅桥,落入了惆怅溪;终于,我开始承受不了梦想与现实之间的差距。父亲的身影开始模糊,不再清晰;光怪陆离,我像是陷入了无尽丛林。

从头越,披荆斩棘,我的眼前浮现一片云海,隐隐约约,却也可以仰望山巅;父亲的目光从未如此澄澈,微微倾泻疲态,却拨云见日,照亮了我内心的坚守。我想,我已成长走向强大,而父亲在前方屹立不动;我想,已没有什么能阻挡我前进的步伐。

我一路走来,没有辜负这韶华春景。气变时易,白云苍狗,我终于明白,那座山的顶峰并非理想的终点,父亲使我相信,没有什么是不可逾越的。而如今,我仍漫步在那理想的无尽长路上;夕阳与黎明,仿佛都是父亲那不动声色的侧脸,安稳如初。



亲子关系

一下课,我便匆匆小跑去向宿舍,天空中飘起了毛毛细雨,落在脸上,很舒服。在这细雨的沐浴中,我的脚步也不觉得轻快了。近了,更近了!我踏在了宿舍的楼梯上!

很快,印在我眼帘的便是我亲爱的妈妈、爸爸,他们为我送来了一周的生活所需。一个星期没见,我迫不及待的张开双臂去拥抱他们。简单的寒暄之后,他们准备走了;天仍是亮的,却有几片孤云在空中游荡。我的嘴唇嗫嚅着,想要说些什么。

妈妈拿起了雨伞。我微唤:“我陪你们走走吧。”他们转过身来,眼光微闪:“好啊!”于是我们便撑起了雨伞,走进这雨幕当中。天空有种墨青色,很好看的颜色。

我们默默地踱步,一边去欣赏那苍劲的枝桠,一边领略着微微溅起的,晶莹的水花。一条幽僻的小径,沿路有着极好的绿油油的草地,即使是秋冬之际,仍有一

种清新的韵味。经过小雨的洗涤,不但未将其打得东倒西歪,反而更有“我言秋日胜春朝”的风雅了。

到了南门口。我打趣说,你们去给我买点吃的,只是一句小小的玩笑话,却让妈妈认真起来:“你要吃什么,我去给你买。”这时让我尴尬起来,我连忙解释道这只是玩笑话。妈妈却不放松,一边柔和的

雨中漫步

高一(22)班 孟俊豪

“拷问”我,一边埋怨老爸不让她带些零食……妈妈,你可知道,那只是一个孩子任性的撒娇,看着您心疼疼爱我的模样,我的心里暖暖的。

雨,渐行渐止。我抬眼看了看老爸。他前额的头发掉完了,光秃秃的,在午后的阳光下灿烂一片,极其容易辨识。而今日在雨后的昏黑里,我却不愿去正视他的亮额。

我在成长中战胜了父亲,却在岁月里见证了父亲的衰老。我所能希冀的,只是时光可以让那些黑发走得慢些,再慢些。

天幕终于昏黑了,雨变小了一点,我们所能看见的仅有面前的小片天地了,妈妈挥挥手说:“你真的要回去了,我们先回家了。”我说:“我日送你们吧。”眼前烟雨朦胧,滑滑的,热热的,毛毛细雨又在上面积满星星点点的水珠。

仿佛有什么堵在胸口,硌得很疼。我的嘴唇又在嗫嚅着,但这次我没说出来,天终被无尽的黑撕裂而吞没了,穹穹伸入宇宙中,我找不到自己的视线。

我承认我是一个懦弱的人,我是一个笨拙的人。我知道我的辞藻不够华丽,但我对他们的爱充满虔诚。我爱你们,爸爸妈妈。我喜欢这样质朴的声音。睡梦里我渴望蓝天白云的明天。

你说我说 2015年12月10日,我校高一年级开展了“探秘工业之旅”研学实践课活动。同学们陆续参观了格力电器、惠而浦等企业,深入了解了工业产品的制造和生产过程,增长了阅历,拓宽了视野。下面,让我们听一听同学们的感想。

在工厂车间,我们亲眼看到这么大的工作量是如何有序进行,知道企业运转中最重要的每个人各司其职,努力做好自己的事情。

一天的探秘工业之旅,着实不能参观太多的企业,但这足以管中窥豹,让我们充分感受工业文明的力量,体验现代科技的魅力。

工业游引发了我们对“中国智造”的更深入思考。也更加意识到,改进落后的生产技术刻不容缓。

这次活动让我们觉得我们应该学以致用,通过我们的努力,让中国制造的口

工业游,你怎么看?



号在世界上更加响亮,就像在格力公司看到的标语一样——让世界爱上中国造!

吾辈负重致远,绿色工业,势在必行。

在这次集体活动中,给我们留下深刻印象的是“科学技术是第一生产力”的有力注脚;给我们留下感动的是,同学们所经过的地方,留给那里的只有洁净与文明。

路,就是书。这次出游,让我们看到了现代工业和合肥的发展,我们身为168的学子,一定会尽自己的一份力去续写明天的辉煌。

路,就是书。这次出游,让我们看到了现代工业和合肥的发展,我们身为168的学子,一定会尽自己的一份力去续写明天的辉煌。

路,就是书。这次出游,让我们看到了现代工业和合肥的发展,我们身为168的学子,一定会尽自己的一份力去续写明天的辉煌。

路,就是书。这次出游,让我们看到了现代工业和合肥的发展,我们身为168的学子,一定会尽自己的一份力去续写明天的辉煌。

路,就是书。这次出游,让我们看到了现代工业和合肥的发展,我们身为168的学子,一定会尽自己的一份力去续写明天的辉煌。

路,就是书。这次出游,让我们看到了现代工业和合肥的发展,我们身为168的学子,一定会尽自己的一份力去续写明天的辉煌。

我心飞翔 下一站,天后

高三(18)班 冯天玥

“我们要一起高歌快乐上学去……我们在时代与金曲之中失去……”

敲下这些歌词的时候,2015烟花散尽,2016完全是未知国土。两个从少女变天后的女生此刻在香港红馆用一场声势浩大的跨年演唱会完成自己的盛放,她们已青春不再,而我们,正活在当下自己的青春里。

高三的气候并不宜人,每个人都在爬一个望不见尽头的天梯,自我肯定的暖春与自我否定的寒冬有时只在一念之间,却又怕因仰望的太高而贬低了自己。这种强与弱的较量,是我喜欢的事情。

在没有实力的情况下抱怨是软弱者的墓志铭,自由从来不是条件而是发奋争取到的努力凭证。我笃信高考是所有评判人的方式中最公平的一种,是一分耕耘一分收获这句老话所能发挥作用的极致。坦白讲,学校到底还是一个象牙塔,往后世俗用来困住人们的琐碎暂时还很笼统,我们只需尽力做好学习这一项事业。而若干年后,当这个用试卷搭建

的世界早已崩塌,当某个冬夜梦想破碎的声音响起,谁成了谁,谁得到了当初想要的一生,我不知道,我们亦无须太多疑问。

陪伴我整个少女时代的亦舒师太曾在她的书里教导我:“做人做事,姿态甚为重要。”我钟爱的林夕亦曾在歌里写“宁愿漂亮笑下去,仿佛冬天饮雪水。”但现在,我或许可以借一下矛盾分析法的精髓——具体问题具体分析来解释眼泪与姿态的必然联系。未成年者的眼泪总是格外不值钱,只要有观众都不算寂寞,那么何苦又要过分珍惜眼泪将所有少年维特之烦恼锁在心中?何不把所有眼泪都在剩下几个月中流尽?这一年,我们并非走在单行道,我们身边的战友无数,真心相助,互相支撑,在我看来这是最漂亮的坚持。

个人的悲喜从来无法影响天气好坏,天空又再涌起密云不能成为一个真正的斗士被阻挡视线的理由。犯错与改错的循环才是这一年的主打旋律,挫折替青春浇灌,玫瑰盛开于伤口,我们不可以沉下去亦没时间沉迷下去,我们不要日后黯然神伤的如果,只要发奋去拼的当下。

高考后只饮香槟不喝水。不怕旋律跌宕只怕缺乏勇气高歌。感谢我们仍年轻,感谢我们仍相信:下一站,天后。

2015年全国家庭教育现状调查结果出炉请家长“对号入座”“自查自纠”

2015年12月22日,全国妇联儿童工作部召开了第二次全国家庭教育现状调查结果发布会,发布了全国家庭教育现状调查的主要结果和核心数据。

此次调查以中小学生父母为主要调查对象,调查范围覆盖北京、天津等28个省(区、市)的93个市县。调查方式以问卷调查为主,辅以文献研究和网络调查。

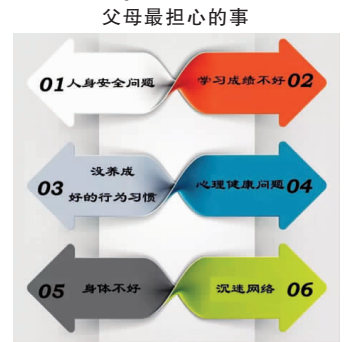
调查结果公布如下:
家长的家庭教育观念和行为整体状况趋好

调查结果显示,九成以上父母自我感觉家庭关系良好;八成以上觉得自己和孩子快乐;父母对自身教育职责的认识趋于理性,家长观念和行为习惯积极。



家长的家庭教育还存在一些突出的倾向性问题

调查显示,多数父母存在不同程度的养育焦虑;家庭教育分工中母亲唱主角,父亲“缺位”近一半;父母过于关注孩子的学习,七成以上父母陪孩子写作业,认为孩子最差的是“家务劳动能力”。



家庭教育面临着互联网发展的新挑战

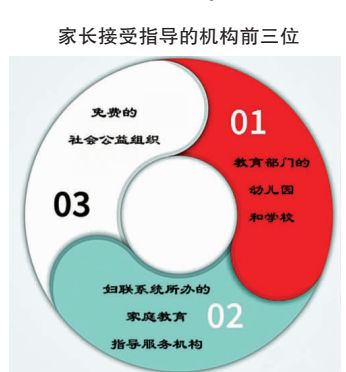
互联网普及大势所趋,孩子上网近七成;与孩子相比,父母在互联网应用上不具优势;互联网对孩子的作用让父母喜忧参半;对孩子上网,高达95.6%的家长表示会管。

通过互联网获得家教知识最多的前四位



家长对家庭教育指导服务需求强烈

调查显示,“不知道用什么方法教育孩子”“辅导孩子学习力不从心”“太忙,没有时间”“不了解孩子的想法”等是家长在家庭教育中面临的最主要问题,家长遇到问题多靠自己解决,农村父母遇到的困难比城市父母更为突出。



根据调查结果,全国妇联儿童工作部提出对策建议:一是做好家庭教育事业发展顶层设计,建议尽快出台家庭教育法;建立家庭教育指导者资格认定制度。二是把握科学的家庭教育传播理念和方向,对涉及儿童权利和父母职责的相关法律、政策规定进行系统梳理,转化为父母必读和家庭教育指导的必修读本。三是积极搭建家长自我教育的有效平台。建好信息平台,大众传媒尤其是互联网应当成为现代社会家庭教育指导的主渠道。四是着力培育家庭教育社会组织。最大限度地调动民间组织或机构指导服务家庭教育的积极性,使其与正规化的家庭教育指导服务机构实现优势互补。

(素材来源:搜狐教育)

心理课堂

编者按:时下中学生的心理健康问题已经成为学校、家庭、社会关注的焦点。为进一步服务学生心理健康教育,践行学校为学生幸福人生奠基的教育理念,我校在成立了学生发展指导中心的基础上,又建立了“幸福人生工作坊”。工作坊配备专兼职心理咨询教师,由包括肖玉浩在内的二十几位老师组成。当您的孩子在学习、生活中遇到困难时,当您的孩子“心结”难解时,当您的孩子想找人倾诉又不想心事外传

时,我们欢迎您到工作坊(行政楼5楼)来坐坐。您可以通过电话或QQ与我们联系预约咨询,联系人:肖玉浩老师。

希望您的信任 and 我们的真诚能够共同铸就孩子幸福的人生,让孩子的心灵在阳光雨露之下茁壮成长!

本期我们请来工作坊的肖玉浩老师和孟颖老师针对孩子因学习而产生的一些心理问题解答,希望对有类似困扰的家长有所帮助。

失眠

学生:我经常晚上睡不着,或者入睡困难。一道题目做不出来,作业没能按时完成,考试有失误等等都可以影响我的睡眠。有时候没什么事情也睡不着,大脑胡思乱想,信马由缰。心里很着急,可是越急越是睡不着,浑身出虚汗,头晕脑胀。在床上煎熬一段时间后,勉强入睡了,时间也不长,照样影响休息质量。我该怎么办呀?失眠的感觉真的好难受!

孟老师:听你的陈述就知道你是一个认真上进的孩子。你想把学习搞好,又有时事与愿违,力不从心。不过不用过分担心,失眠对于身体本没有太大的损伤,对于人的精神和心理造成的影响却比较大。让我们来看看怎么应对失眠。

第一,正确对待失眠。几乎每个人都有可能失眠,但失眠不是问题,怎样对待失眠才是问题。我们的头晕脑胀、心慌气短往往不是失眠造成的,而是我们内心对失眠的恐惧引发的。我们过分夸大失眠的副作用,担心会对我们日常工作学习造成大的影响。而科学研究说明,一个

人是有应激功能的,即使24小时不睡觉也没关系,大脑还能正常工作,不影响做题!所以,应该释然。即使大考时两天两夜不睡,只要坦然淡定,也基本不会影响考试时的正常发挥。所以,要尽快重拾睡眠信心,不要自己吓倒自己了。

第二,失眠的根本原因是全身发僵,紧张,放松不下来。使用“意念引领”方法,可以让你在最短的时间内放松下来。方法要点是:平躺后先把身体绷直,然后放松,体会放松的感觉;在放松的状态下,缓慢想象从头顶到脚趾的一点点的放松,身体在整个过程中像蜡烛融化般的瘫软下来。一定要慢,一次至少5分钟。可以重复几次。我使用此方法后也没有失眠过。所以,实现健康自然的睡眠,避免失眠对身心健康带来的危害,有“法”可依。

平时学习中,心态决定一切,你也可以:①正确认识自己:给自己设定一个合理目标,好高骛远,想入非非,杞人忧天,都是不好的。②培养豁达开朗的性格:遇事要从大事着想,坦然地积极应对。③善于自我调节,有张有弛,合理安排好学习,劳逸结合,这样做还能提高学习效率。

紧张

学生:自打进了高三,我们班没有了一丝高一时的闹腾劲,都安静下来了,珍惜不多的备考时间,拼命学习。我也不能落后,每天给自己列了长长的学习任务单,学得很累,效果却不好,自己也开始浮躁起来了。我该怎么调节自己的状态呀?

肖老师:能看到你珍惜不多的学习时间,去努力地为三年高中划上圆满句号,这真的很不错。备考本来就是不容易的,最精彩的地方是我们真正参与进去了。

你提到了给自己列了长长的计划单,这是好事情,让你学习得更有条理,如果这让你感到吃力,甚至有反效果,就需要给自己一点时间来思考哪里不太对劲了。我们来做个比喻,你很喜欢吃汉堡包,一顿可以吃4个。如果让你一顿吃6个,应该还可以勉强接受,如果是8个、10个呢?恐怕就不容易了。放在难度水平更高的学习上更是如此,我们的大脑需要适度工作、合理工作,以更易发挥能效。下面是心理调节中的



“加减乘除操”,也许对你有帮助。
“加”。先给自己加五分钟热身,有时候不能进入学习状态,可以通过擦擦桌子、整理文具等活动热身,目的就是告诉自己:现在要开始学习了,让自己的心安坐下来。
“减”。在一小时中减去五分钟,站起来走到窗前去呼吸点新鲜空气,转转头,伸伸懒腰,甚至唱唱歌,这样等你回到书桌前脑子就特别清醒。

“乘”。如果学得厌倦、头疼时,可以找几个要好的同学,互相提问,这样会觉得有趣得多,也可以加强同学之间的交流,共同缓解压力。
“除”。当面对不擅长的知识点,可以把它分解成一段一段,每段花五分钟到十分钟去解决,困难也就小了很多。

案例分析

如何从优秀走向卓越

事件回放

继杭州女生郭文景被哈佛大学录取后,天津的蔡雨含被录取率更低的霍普金斯大学录取。一时,社会各界关于“学霸”问题的探讨十分热烈。

2015年12月14日,世界顶级高校约翰·霍普金斯大学提前录取结果出炉,名单中就有来自南开中学高三年级的蔡雨含。蔡雨含最终得知录取结果是在12日凌晨5点。那一刻,她怀着忐忑的心情打开约翰·霍普金斯大学网页,输入自己的号码后,映入眼帘的是一排大写的英文:“YOU'VE BEEN ADMITTED TO THE CLASS OF 2020!”

据悉,在高中阶段,蔡雨含曾成立一个英文辩论社团,让更多的同学感受到辩论的魅力。期间,她曾独自去北京参加培训,并争取到了辩论协会主席的推荐信,回到学校进行宣传再举办比赛。此外,她还特别喜欢与老师探究分析文本问题,与同学进行激烈辩论。在媒体的采访中,蔡雨含特别感谢自己的父母为她营造了一个宽松舒适的教育环境。蔡雨含称,自己的坚持和努力终于获得了回报,今后,她将向自己喜欢的政治科学和经济专业方向继续努力。

案例分析+启智之语:

1. 提高实践能力,培养独特个性。蔡雨含在高中不仅积极参加各类活动,而且依据自己的爱好和特长,在学校成立了别开生面的英文辩论社团。她不但将社团活动与个人学习有机融合,而且充分发挥了社团对学习的推动作用,并在社团中充分展示了自己。无形之中也提高了自



己处理事务的能力,培养了自己独特的个性。

▲目前众多高校普遍强调的一个录取理念就是“多样性”,这就要求我们充分地展现自己的与众不同。但前提是我们找到自己的兴趣所在和人生目标,然后付诸实践,去做一些有意义的事,在实践中提升自我,在实践中塑造个性。

2. 享受思考过程,形成思辨思维能力。就读高中后的蔡雨含逐渐对法律产生了兴趣。蔡雨含说她最享受的就是在托福和SAT的课堂上,和老师一起对文本进行分析,在选项中博弈,和同学们一起为了选项中的某个词进行激烈的辩论。这段珍贵的日子,让她更加痴迷辩论与博弈的魅力,同时也形成了她极具思辨性的思维模式。

▲当今社会缺乏的正是有独立思考能力,能理性看待事物的智慧人才。一刀切的思维模式早已淘汰,而

思考能力的缺失已经成了很多高中生甚至是成人的一大危害。尤其是处在高中阶段的我们,在面对知识渊博的老师和成绩优异的同学时,往往听信之信之,不加思考。如果连最基本的思考力都已缺失,那么何谈培养思辨思维能力?

3. 培养领导才能,提高管理水平。一个优秀社团的成立和发展需要投入巨大的精力,蔡雨含能在繁忙的高中阶段组织社团活动,并带领社团发展,纵观从孤军奋战到形成一个分工明确、素养极高的团队这个历程,蔡雨含个人卓越的领导组织能力和时间管理能力是不可否认的。

▲一个领导者的气魄与能力不是与生俱来的,它是在许许多多实践和锻炼中培养出来的。人人都不想“制于人”,但领导者的数量毕竟有限,这就要求高中生们有意识地培养自己的领导组织能力,同时,高中阶段的繁忙会敦促你合理规划时间,提高工作效率,提升管理水平。

4. 学会逐渐放手,减轻孩子压力。蔡雨含的成功与她父母的家教方式和家庭教育环境是密不可分的。如果家长总是以命令的口语气压迫孩子学习,效果会恰恰相反,极易使孩子形成逆反心理,增添家庭矛盾。蔡雨含宽松舒适的家教氛围允许她独立培养个性与兴趣爱好。

▲“望子成龙”“望女成凤”的观念可以理解,但是凡事都应坚持适度原则。成为的前提是成人,成为一个内心完整、人格独立的人,而不是依据家长的想法加工出来的人。给孩子过大压力和过高期望有时会适得其反,以慢节奏去帮助孩子,孩子成长才能走得更踏实。

(本文由蔡骏喆整理编辑)