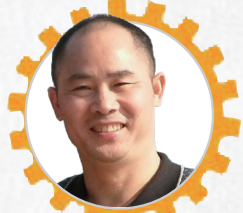


名师谈育儿

春节后返工， 和留守孩子好好说再见



名师档案

《爸妈起跑线》(0—6岁儿童家庭教育名家演讲录)主编。

文/姚本星

幸福的假期说没就没了，短短几天春节小长假，一眨眼就过了。

外出务工的家长，平时跟孩子不在一起，觉得亏欠很多，春节假期便把所有的精力、情感都投射到孩子身上，除了回家过年带的新衣裳、新玩具、新读物，还给孩子做好吃的、陪好玩的、买想要的，短短几天，孩子真是“投进妈妈的怀抱，幸福享不完”。

可是年节一过，爸爸妈妈又要回到原来务工的地方去上班，离别就在眼前。于是，走的时候，娃开始行动了，抱脖子的也有，抱大腿的也有，嘴里还大声喊着“妈妈别走”的也有。看着孩子可怜巴巴的小脸，再加上嘴里说的话，当妈的真是左右为难，心都碎了。如何避免在孩子毫无准备的情况下(如：有的家长担心孩子哭闹，悄悄地走了)，被动地经历情感“过山车”，避免因父母离别而造成的心理失落与伤害？聚散离合之际，亲子沟通这几点最重要。

1首先，什么时间离开，为什么爸妈非得离开，一定要用孩子可以理解、接受的语言，跟孩子做细致的说明。

让孩子明白，爸妈的离开与对家庭、对孩子的关爱是联系在一起的。同时为了孩子今后心理格局的发展，尽量避免外出理由的重点仅仅落在“赚钱”上。提前交流，处理好孩子心理上的过度。沟通方式要根据孩子的情况(兴趣、性格、性别)来设计，例如，“妈妈某某时候要去上班，某某时候回来。”如果孩子太小，要用孩子能听懂的语言反复解释，可以尝试以讲故事或做游戏的方式让孩子明白并接受这种暂时的分离，让孩子有心理准备。等真的到了分离的那一天，孩子虽然也会感到伤心，但由于已经有了心理准备，对妈妈的离开不会感到很突然，也更容易接受。

注意和孩子的告别方式，最好和孩子建立一个道别仪式，每次和孩子分离时遵循这个仪式。例如，每次和孩子分开时，给孩子左右脸颊各一个亲吻，或者和孩子拍个手等。切忌偷偷离开。这样的方法会严重破坏孩子对父母的信任，使孩子内心充满恐惧和焦虑，他们会觉得父母把自己丢下了。

2其次，跟孩子讲清楚，离开只是暂时的，爸妈还会天天关爱着宝贝。

从新年开始，做一个与孩子相关的全年行动计划，把对孩子的适当要求也包含进去：什么时间电话(视频)连线宝宝；宝宝上学(入园)后表现突出，爸妈会给什么样的奖励(包含不良习惯的逐步纠正)；什么时间爸妈会回家陪宝宝(或者暑假把宝宝接到务工的地方)……让孩子感觉到，即使爸妈暂时离开，但对他(她)的关爱是延续的。这样孩子才会内心充实、满怀希望，还略有约束地面对爸妈离开后的生活。注意，这个计划是要能做得到的，做不到孩子会觉得被欺骗，今后就不相信爸妈啦。

还有和孩子说再见的时候，语气要欢快。父母的离别情绪也会影响到孩子，看到父母难过，孩子就更伤心了。用一种轻松欢快的方式告别，告诉孩子离别没什么大不了的，自己有时间有机会就会回来，让孩子正确对待人与人之间的离别。

了，自己有时间有机会就会回来，让孩子正确对待人与人之间的离别。

3再次，做好常态化生活的衔接，帮助孩子提前熟悉新的抚养人。

放假，爸妈在家抱着亲着，孩子睡个懒觉无所谓，要吃要喝都挑最好的。爸妈走后，孩子跟爷爷奶奶(或外公外婆)在一起，要上学或入园，饭菜口味、作息习惯、管教尺度都会不一样，爸妈走前如果没有做好这个“还原”工作，孩子会跟跟爸妈相处的“幸福爆表”

状态来对比，内心难免不平衡，容易对在家、在校、在园的生活和学习状态产生抵触，

给老人或老师带来一定的管教负担。

如果爸妈必须离开，孩子将由长辈或其他亲戚抚养，那么，爸妈要克制一下自己的“亲不够”，提前一段时间让宝宝熟悉新的抚养人。同时也可以让长辈了解宝宝的生活习惯和兴趣爱好，让孩子有机会培养新的依恋关系。

另外，如果孩子有自己的朋友圈，有年龄相仿的孩子一起玩耍，会相应减少孩子的孤独感。所以，如果孩子已经在学校或家庭周围建立起朋友圈，爸妈可以尝试强化这一层关系，对他们友谊给出鼓励；如果孩子尚未建立起这样的圈子，爸爸妈妈可以担起主动搭线的角色，给孩子找玩伴。这样孩子能从新环境中体验到快乐，也就会相应减少孤独感。

4最后，聚散离合的亲子沟通，爸妈要与老人达成一致。

要让爷爷奶奶、外公外婆理解认同，父母在离开前后大家的口径要保持统一，目标要求、策略方法也要统一，这样才能居家、异地彼此互补，按照一个节奏唱好“多人转”。

此外，考虑到老人教育观念上的“落差”，对于新的教育理念要拿出对客户精诚所至的态度来，耐心解释，帮助老人消化，以免离别前后各唱各的调，弄的孩子无所适从。须知，现在的孩子都精得很，要求不统一，孩子很容易找“空子”，趋利避害地发挥他(她)的小聪明，对孩子的成长没好处。



■资讯

湖南多部门联合 规范职校生实习

今日女报/凤网讯(记者章清清)2月12日，记者从湖南省教育厅获悉，湖南省教育厅与省财政厅等五部门联合印发了《湖南省职业学校学生实习管理实施细则》，规定职业学校学生实习必须签订三方协议，并明确不得向学生收取顶岗报酬提成、禁止通过中介组织学生实习等。

细则规定，职业学校和实习单位应建立校企“双导师”指导制度，聘请实习单位技术骨干、能工巧匠为兼职指导教师，全程指导、共同管理学生实习。

针对某些损害学生权益的问题，细则明确提出“无协议不实习”，即学生参加跟岗实习、顶岗实习前，职业学校、实习单位、学生三方应签订实习协议。细则还首次提出顶岗实习学生报酬底线，要求“原则上不低于实习单位相同岗位试用期工资标准的80%”。

细则还规定，职业院校和实习单位不得向学生收取实习押金、顶岗实习报酬提成、管理费或者其他形式的实习费用。顶岗实习学生的人数不超过实习单位在岗职工总数的10%，在具体岗位顶岗实习的学生人数不高于同类岗位在岗职工总人数的20%。

韶山爱国主义教育游受热捧

今日女报/凤网讯(通讯员贺凌云 刘湘利)除夕和大年初一，韶山核心景区游人如织，很多都是带着孩子的一家人来重温历史，传承红色文化。

在毛泽东广场瞻仰区，一群系着红围巾的游客引人注目，他们来自江西南昌市西湖区，是祖孙四世同堂一家人，自驾4辆小车来韶山给主席拜年，表达对毛主席的缅怀之情。其中85岁的张智春老人说：“喝水不忘挖井人，在毛主席家乡迎新春的传统习俗将会一直传承下去。”

在毛泽东同志纪念馆展厅，有一对年轻父母带着孩子参观得格外仔细，红军长征、西安事变、抗日战争、开国大典……对于展板上介绍的许多内容，他们会不时停下来小声交流，并告诉孩子其中的历史故事。“孩子读五年级了，平常喜欢看历史书籍。我们特意带孩子来韶山过年，既欢度佳节，又重温历史，从先辈的精神中汲取营养。”来自湖北武汉的向雷宇说。

据悉，围绕韶山爱国主义教育游，韶山共投入1600余人的安保力量，对节日期间各项保障工作周密部署，确保来韶游客放心畅游红色圣地。

