家庭教育 · 成长改变类栏目

慧妈手记

暑期，我做个“不上进的妈妈”

作者简介 >>
文静然
二级作家
主要作品有《花过无影》《九畹》等，副编审，“湖南省书报刊编校质量检测认定专家委员会”专家。

暑假的第一个早晨，我闻到浓浓的硝烟的味道，是的，硝烟！

我给儿子报了一个“体能加强班”，每天早上6:30开始训练。明明记得调好了手机闹铃，谁知闹铃却没有响，手机没有坏，大概是我的脑子坏了。我是从拼命挤进窗帘的一丝晨曦中惊醒的，只听我“啊”的一声大叫，顾不得洗脸刷牙，胡乱套了一身衣服，扯起尚在睡梦中的儿子，冲出门去……

我们赶到运动场的时候是6:45，整整迟到了一刻钟。儿子怯怯地走到教练跟前。“先去跑5圈。”教练看都没有看他一眼，一只手往400米跑道一指，儿子乖乖地拔腿就跑。我简直看呆了，唉！如果我的指令他每次都这么乖地落实该多好。

我百感交集地走到教练面前，其实他是儿子同学的爸爸，我们都叫他习爸。我说：“习爸，今天不好意思，迟到了。”习爸一脸严肃，道：“下次注意了，第一天就迟到。”儿子进习爸的体能训练营差不多有一个学期了，之前他是一个小胖子，400米的跑道一圈都跑不下来，而现在，他可以坚持跑5圈。尽管习爸说他还有这样那样的问题，比如速度不行，姿势不行，等等。然而，我已经不止是满意，我是非常满意。习爸的暑假班，无论是运动强度还是时间都比之前有所加强。这意味着，用习爸的话说就是：“体能也会大幅度加强。”习爸的话我信！

儿子满脸通红地跑完了最后一圈，我要他喝水，他浅浅地抿了一口，道：“喝多了肚子痛。”说实话，这是我第一次陪他晨练，以前都是他爸爸陪的，我明显感到自己很不专业。习爸的助手在登记孩子们的速度，好些妈妈都围过去看，我没有去，我不关心那些数字，我关心的是——儿子跑完了，没有受伤，没有晕倒。

唉！有什么办法呢？我的心态就是这个样子的，我对儿子的要求就是这个样子的，你说我不求上进也好，说我得过且过也好，我都是这个样子的。习爸后来很认真地发信息给孩他爸，说：“今天2000米测试，成绩很不理想！所以不管您明天有没有时间，请您一定陪孩子上完第二节课。”这是后话。而当时，看着满脸通红的儿子，我一点也没有去想他的成绩，如果一定要我给他打一个分数，我想应该是100＋。为什么不呢？

我和孩他爸也设想过让孩子学一个体育项目，比如：篮球、羽毛球、网球，甚至柔道，甚至击剑，等等。最后选择进习爸的训练营，自有道理。我们为什么要学体育？答案无非有：1.当运动员；2.做特长生；3.锻炼身体，增强体能。我和孩他爸采用了排除法，答案1和答案2很快被我们排除了。我们的儿子真的是没有成为运动员或做特长生的基因和天赋。老天不赏饭吃啊！如之奈何？只剩下答案3——锻炼身体，增强体能。这个可以有！这个必须有！！“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为也，所以动心忍性，增益其所不能。”苦哇！孟子的这段话无非说明了一个道理：吃得苦中苦，方为人上人。这么苦，没有体能怎么吃得消？十年寒窗，拼到最后拼的全是体能。

所以，当我看着儿子的体能一点点地在增长，看着他的小肥肉变成了小肌肉，我仿佛看到十年后的他依然还是这样健康，跑得快不快有什么关系呢？健康是硬道理。

这天后来的时间，儿子在跟着教练做各种动作，我则在想一会带他去吃什么早餐。吃什么呢？肉丝面、牛肉粉、手抓饼、烤冷面……纠结中，**我听到一**段这样的对话——

“训练完我们马上要去上奥数，都没有时间吃早餐。

“我们要去学英语，今天有外教。

“我们报了围棋，暑假要考级。

“我女儿上午去学作文，下午学舞蹈，晚上学奥数。

“我儿子今天有四个班，上午两个，下午两个。

……”

我满怀敬佩地望着这群妈妈爸爸，想象着他们穿梭于一个个补习班的情景，继而开始怀疑我自己。除了习爸的“体能加强班”，我可是什么班也没有报啊！这时儿子朝我走来，说下课了，好饿。我牵着他的手，一起走向人流如织的早市，我看到了炊烟，不，是硝烟。

家庭教育 · 咨询互动类栏目

辣妈研习院

王建平博士家庭教育

编者按 相信对于每一位妈妈来说，有了孩子之后的日子，总是一半甜蜜、一半烦恼。甜蜜于孩子成长每一天所带来的欣喜，烦恼于孩子成长路上层出不穷的难题。今日女报“辣妈联萌”版特开辟《辣妈研习院》栏目。**邀请资深亲子专家来为爸爸妈妈们解答育儿中的烦恼和难题。**

欢迎关注凤网辣妈联萌微信公众号（ID搜索fengonemama或扫描**上面二维码**），**给我们留言、投稿和交流，让我们一起在育儿的路上升级打怪……**

女儿被老师冤枉，挨了批评后要转学咋办

倾诉：丽丽妈妈

老师，您好。我女儿丽丽今年8岁，刚上二年级，前几天一回家便嚎啕大哭。原来，她上课时和同桌讲小话被老师批评，她顶嘴，老师就让她在课堂后罚站。情绪发泄一会儿平静下来后，女儿说自己是被冤枉了：“是同桌找我说话，我本来是在跟她说下课再说，没想到老师看见了，不分青红皂白就批评我，我解释她还让我罚站，我讨厌这个老师，我要转学。”

我女儿的性格从小就比较叛逆，孩子和这个老师发生冲突不是第一次了。还有一次，因为数学作业有两个填空没填全，被老师推了两下头，孩子觉得老师这种行为是侮辱她，就和老师喊了起来。现在又发生这样的矛盾，女儿说，除非老师向她道歉，否则她就不去上学了。遇到这种情况，我该不该给她换学校呢，又应该怎么和孩子沟通？

既要维护好老师权威，也要抚慰孩子

孩子和老师发生矛盾，如果处理不好，家长往往是在推波助澜，加大了双方沟通的难度，一旦孩子和老师的关系恶化，让孩子从心里开始厌恶老师，或者因为父母对老师的不尊重，而让老师在孩子心中失去了地位，那么，老师的教育很快就会在孩子身上失效，逃课、厌学的情况都可能发生。

所以，我的建议是，如果发生了这种情况，家长一定要弄清楚事情的来龙去脉，全面客观地了解孩子的在校情况。是孩子错了，也不**要责骂孩子，给他一**个倾诉的机会；如果是老师错了，家长也要引导孩子理性看待问题，不要当着孩子的面说老师的缺点，避免强化孩子对老师不满的情绪。

父母可以淡化老师批评的方式，而去强化老师批评的目的。比如我们可以这样跟孩子讲：“老师的工作很辛苦，她要管几十个孩子，哪能十全十美？她在课堂上批评你，也是希望你好对不对。虽然老师误会你了，但每个人都有**可能会**犯错、做错事，老师也是一样。我们给老师一个改正错误的机会，好不好？”这样对孩子讲，不仅安慰了孩子，消除了孩子对老师的愤恨，也利于孩子养成宽容大度的好品质，让孩子慢慢学会接受不完美的人和事。

此外，父母要架起老师和孩子之间沟通的桥梁，成为改善孩子和老师关系的纽带。有些孩子和老师闹矛盾，不想让家长和老师交涉，其中可能有更深层次的原因，可能是孩子和老师的关系已经很僵了，如果那样肯定对孩子成长不利。作为家长可以和老师私下交流，解除误会，通过老师和孩子双方的努力，最终让他们的关系走上正常的轨道。平时可以多给老师打打电话，把孩子在校和在家的表现综合起来观察，起到防微杜渐的作用。

亲子专家：王建平博士

如果，通过和老师沟通以后，孩子还是没有办法调整**跟老师相处的状**态，在条件允许的情况下，我们也可以考虑为孩子转班或者转学，当然这是最后的打算和安排。

另外，我们也要给孩子进行一些挫折教育，因为他长大以后进入社会，也会碰到形形色色的人，会遇到形形色色的事情，最重要的是要学会有这种化解矛盾、处理矛盾的能力。比如，鼓励孩子主动地跟老师解释，如果孩子觉得当面说不方便，也可以通过给老师留小纸条或者写日记等等形式达到目的，鼓励孩子学会自己解决问题。如果孩子通过自己的努力把问题解决了，不仅能搬去他心中的“大石头”，而且以后**他应对成长路上的问题，也**会更加从容和智慧了。