

## 家有儿女 帮孩子找回“自我”

□许永礼

儿子每晚做作业、复习功课要到11点，学习成绩却“顺流直下”。我琢磨着，是不是压力太大？平心而论，我一没让儿子学乐器，二没让他学奥数，只要求他学好文化课，这不过分。可是儿子郁郁寡欢，我忙于工作，常忽略他的情绪。

一个周末，我领儿子到儿童公园玩，儿子攀上一个高高的铁架，双腿打颤，走过约五六米长的通道，通道尽头是一根直插地面的钢管，需四肢环抱钢管，方可由高处滑到地面上来。这是一种锻炼胆量的游戏。可任凭我如何鼓励，儿子就是不敢迈向钢管滑下来，以至泪水涟涟……记得

儿子5岁时，他也上过这个铁架，当时他也害怕，却因后面有小朋友的催促，一发狠，勇敢地抱牢钢管，顺利滑下。如今儿子已上三年级，却和以前判若两人！

儿子也曾天马行空，他自幼好动，自律性差，因此常被呵斥，甚至“武力镇压”。上学后，虽然学习成绩一度名列前茅，但他总到处惹祸，受到老师的责罚，同学的冷遇，被列入“不讨人喜欢的孩子”。渐渐地，儿子学“乖”了，却乖成一个怯懦而不快乐的孩子。

儿子从钢管处后退，打原路回到地面。我俩盘坐在公园草地上，一时间都陷入了沉默。远处

有两个男孩正在摔跤，儿子眼中亮起一个光点。我心头也一亮，说：“童童，我教你擒拿好不？”儿子乐了，连连说好。

“好，现在咱爷俩练练！”我故意输给了儿子，儿子哈哈大笑。我借机激将，“好小子，打得过我却怕一根钢管！”“谁怕了呀，你看着！”儿子已经兴起，利索地爬上铁架，溜溜，他滑下来了……

“儿子，打败别人不难，战胜自己才不容易。今天你不但打败了爸爸，也战胜了你自己。你真好！”此后，我经常带儿子登山、长跑或者野外烧烤。不经意间，他找回了原本的快乐，学习起来效率也高了。

## 青春年华 聆听声音的世界

□刘一龙

站在塞纳河河畔，可以触摸巴黎时尚而典雅的文化脉搏；身处五行大道，可以感受纽约绚丽多彩的人文气息；在上海，可以体味兼容拼搏的奋斗精神。而在听书的世界中，可以让你由内而外的体会所有你知道的、你向往的、你热爱的。

现如今，听书逐渐成为我们身边的一股阅读潮流。随着科技的进步与发展，人们逐渐通过声音的方式来获取信息、获取知识。截至2017年，我国已有两成以上的国民有听书习惯。可是，人们对听书的看法不一，觉得只有看书才是对书籍的正确了解方式。但我认为，听书可以360度倾听，而且没有纸质书籍的负重，声情并茂，让你更能直观地掌握所听的内容。

在听书的过程中，我们可以

了解到那些浩如烟海的文化典籍、完备而深刻的道德伦理，以及古人的那些“燕雀安知鸿鹄之志哉”的伟大抱负。从中去细细品味，使自己内心得到满足、心灵得到充实。在闲暇时间，当你打开听书软件，去选择自己感兴趣的部分，认真聆听、细细回味，那不失为一种精神享受。

但随着听书被越来越多的人所熟知，许多人认为听书容易碎片化，对此持反对态度。我觉得，这种看法不正确。获取信息、知识的方法有很多种，而一些人只是选择了比较便利、简洁的方式，我曾下载过某听书软件，发现里面内容丰富，分层清晰，各种类别的都有，有的还划分出不同年龄的人适合什么内容。每天清晨只要一起床，就会打开听书软件，我内心便十分充

盈，以饱满的热情去迎接崭新的一天，而这种力量就是聆听所给予的。

其实，听也是一种学习方式，只是换了一种工具。用耳朵去聆听、用内心去感受，换一种方式，换一种心情，换一种思路，或许，你得到不一样的结果。每天在闲暇之余，拿出一点点时间去聆听“声音的世界”，那么时间久了，就会积少成多，聚沙成塔，你的个人修养、文化素质都会得到更深层次的提升，你的眼界也会大开。

泡一杯清茶，倚着一棵古槐，仰望天空。在聆听的世界中，你会听到文化与战争并存的春秋战国，你会了解帝王兴衰荣辱的《资治通鉴》，你会感到宋词的曼妙和唐诗的辉煌……是啊，在聆听的世界中，我学会了聆听，受益匪浅。（实验高中高一·七班）

### 育儿宝典

## 如何让父母之爱不缺席

“周末父母”周一到周五忙于工作，将孩子托付给爷爷奶奶、外公外婆照顾，把孩子送去全托，也只有在周末或节日，一家三口才能小聚。

“周末父母”大部分透露出一种无奈，但也有少数小夫妻选择做“周末父母”是因为“并没有做好要孩子的心理准备”，或“不想自己的生活重心放在孩子身上”，仍希望有自己的生活空间。

根据中国老龄中心的调查，目前我国帮助子女照顾孙子女的老年人比例达66.47%。或许是习惯了两个人的生活，一些“周末父母”在陪孩子时不够专注，经常看微信、打电话，或干些自己的事。年近六旬的刘女士介绍，儿子儿媳带孩子缺乏耐心，讲故事，做游戏，教孩子识字、识数、画画，孩子反应慢一点，他们就着急。对于孙子在兴趣班学习的轮滑，儿子儿媳更是没有兴趣带他到公园里好好滑一下。所以，孩子跟爷爷奶奶最亲。

“周末父母”因为与孩子聚

少离多，孩子缺少了与父母的肌肤接触、言语接触、情感接触，久而久之容易造成亲子关系的疏远，孩子不听话与父母对着干等现象十分常见。

婴幼儿阶段是孩子的情感奠基阶段，也是父母和孩子关系最亲密的阶段。在这个阶段，父母的陪伴会对孩子的情感发育产生巨大的影响。

信息时代，交流的渠道越来越方便了。即便是“周末父母”，每天晚上也要尽量安排半个小时的交流时间，通过电话、视频和孩子聊聊天，分享他的心情、心事，让孩子感受到你对他的关心，这样周末见面时也不会有疏远的感觉。

父母也可以把孩子喜欢的故事书录音下来，每晚睡前由老人放给孩子听，让他听到爸爸妈妈的声音；也可以在孩子的床头摆放一家三口的照片，让孩子感觉父母就在身边。

周末相聚，爸爸妈妈为孩子创设一个“玩”的环境，家长参与其中，跟着孩子的主意和方法一起开心地玩，一起交流

和互动，给孩子提供他所需要的温暖和安全感，建立与孩子之间的亲密关系，使其逐渐学习表达情绪，并尝试通过思考解决问题。爸爸妈妈可以根据各自的特点和能力选择和孩子一起交流的项目，例如，爸爸可以陪孩子玩游戏，妈妈可以给孩子讲故事、做手工等。

父母周末或节假日带孩子出去玩，可以和孩子讨论一些话题，以增进与孩子的沟通，但家长不能因为心存愧疚，就满足其所有要求，那样不利于孩子健康人格的养成。

华东师范大学心理与认知科学学院讲师潘晓红认为，“周末父母”折射出了一个严重的心理问题，那便是自我发展比抚养孩子更为重要，这无疑显出了责任担当意识的严重缺失。其实，智慧的职场父母总会在工作与孩子之间找到平衡点，采用高质量的育儿方式来缓解其中的矛盾。从小建立起温馨融洽的亲子关系，有助于孩子身心的全面发展。

（陈若葵）

### 作文园地

## 妈妈，我想对您说

□张艺涵

亲爱的妈妈：  
今天，我想对您说说话。

我清晰地记得，幼儿园时的我乖巧、懂事，给您和爸爸带来了许多欢乐，当我把学到的儿歌唱给您听时，您乐得合不拢嘴；在我和您玩“石头剪刀布”时，每次我赢了，您比我还开心；您下班后回到家，我会为您端一杯水，您捧着我的小脸亲了又亲……

时光荏苒，我陪着您和爸爸度过了十一个春秋。不经意间，我已经长得快和您一样高了。随着年龄的增大，我开始变得不听话，常常惹您和爸爸生气。对于您的叮嘱，我总是漫不经心，甚至当成耳旁风；对于您的批

评，我总是顶嘴或胡搅蛮缠。慢慢地，家里的欢声笑语越来越少，有时，因为一些鸡毛蒜皮，我冲您发脾气，甚至还怨恨过您。其实，每次争吵过后，我都非常后悔，但一直没有勇气向您道歉。不过，正是因为您对我的严格要求，如今，我当上了学校的大队委员，各科成绩有了新突破，舞蹈和钢琴都过了八级……您对我的爱像涓涓细流，滋润着我的心田。

今天，我想对您说：“妈妈，对不起。请原谅我的无礼和对您的伤害，请您接受我真诚的道歉。”

祝您和爸爸身体健康、工作顺利！

您的女儿：张艺涵

小学五年级

## 落空的逃跑计划

□汤晨来

我家有一只宠物龟，它有个响亮的名字叫做彼得，与大名鼎鼎的蜘蛛侠同名。之所以它现在变得这么傲慢，都是因为我喜欢把它放在地板上和它玩耍，结果它现在变得横行霸道。总是想要逃跑，可是每一次都以失败告终。

有一次，我刚刚写完作业，突发奇想的我，冒出了一个主意。想看看乌龟彼得。我悄悄地走到了它身后，发现它正在四周环顾，侧过头，好似听到了什么。还装作若无其事地爬上它最喜欢的那块儿石头上。我偷偷地瞄着，猜想它似乎在制定一个逃跑计划，准备冲出龟缸外畅游。

嘿嘿，我不能只在那里眼巴巴地看着。灵机一动，我将玻璃缸倾斜45°角。于是，石头就开始向右滑动。彼得拼命地在那里挣扎，想要保住自己现在的位置。但最终没能逃过我的手掌心儿，以失败告终。它从石头上滑落下来，逃跑计划并没有成功。

但彼得并没有放弃希望，它又趁我午睡时，悄悄地将石头弄到缸边来。聪明的它，靠着自己灵活的四条腿，直接爬上了石头。它

也迅速的把头缩回龟壳儿躲了起来。但它并没有及时跳出龟缸，只听到了咕咚一声。这一巨响，把正在做着美梦的我惊了起来。我正在找是哪发出的声音，结果我发现龟缸里的彼得消失了。我几乎把所有的地方都找了一个遍，结果连彼得的影子都没有看到。忽然听到床下有丝丝响声，我拿着手电筒在床底下，找到了正在悠闲玩耍的彼得。我伸出手想把它弄出来。结果手臂太粗了，不能伸进床缝儿。最后还是用木棍儿把它弄了出来。

没过几天，它又三番五次想要逃跑，但都被聪明的我阻止了。最终，它还是没有放弃挣扎，只是暂时选择了沉默。彼得的逃跑计划虽然落空了。但它执著的精神也值得我敬佩。我虽然不希望它再制定逃跑计划，也希望能和它签订条约不再逃跑。

可是以彼得坚持到底的精神，一定不会放弃。这也正是我在学习生活中最需要的、永不言败执著精神。加油吧，彼得！勇敢地追求自己的目标。

中华路小学五年级四班

## 征稿启事

本版长期征集“家有儿女”“青春年华”“作文园地”等栏目优秀稿件。

投稿要求：语言流畅、贴近生活、传递正能量。来稿请注明作者姓名及联系方式。

投稿邮箱：18641868518@163.com