



## 家长课堂

家长不要做  
“私家侦探”  
窥探孩子隐私

## 提问

孩子今年12岁了,我们发现孩子开始有秘密了,就想知道她这个阶段在想什么,但她也不愿意跟我们交流,动不动就说是自己的隐私。前几天我甚至想去翻看她的日记,但又觉得应该尊重她,特别矛盾。对于孩子的隐私,我们应该怎么处理呢?

## 专家观点

通州区马驹桥镇中心小学张艳荣老师:很多家长认为孩子是自己的附属品,翻看孩子的物品、查看孩子的手机内容、发包含孩子信息的朋友圈无需征求孩子的同意,这致使很多家长站在了孩子的对立面上。家长窥探孩子隐私的出发点是好的,不希望孩子走弯路、结交不好的朋友等等,但欲速则不达,正确的做法是在尊重和理解中与孩子平等交流。

作为家长,首先要明白孩子是独立个体,他们有权做自己喜欢的事情,也会有情感和秘密,更加有尊严和人格。不论是孩子向你吐露秘密,还是你不经意间得知秘密,都请一定要保守好,这是“隐私教育”的第一步,爸爸妈妈们不要辜负孩子的信任。只有我们尊重并保护他们的隐私,孩子才会在得到尊重的同时学会怎样尊重他人。

同时,生活中父母要多关心、理解孩子,和孩子建立彼此间的信任,承诺孩子的事情要做到,不做私家侦探窥探他们的隐私。只有孩子相信你是值得信赖的,才会把秘密分享给你听。

此外,现在孩子们获取信息的渠道多样,接触的世界过于丰富,这里面经常会掺杂着一些不健康的因素腐蚀孩子们的心灵。这就需要家长在日常生活中留心观察孩子们的言行、思想动态,及时掌握孩子“隐秘世界”的蛛丝马迹,以便抓准时机对症下药。另一方面,逐渐长大的孩子们尽管自主意识增强了,但思想尚未成熟,是非观念不强,自律意识有待于进一步提高,在处理很多事情时还不可能把握好尺度,家长在细心观察孩子思想动态的同时,要根据孩子的性格、爱好和特征,有针对性地培养孩子明辨是非的能力。

需要强调的是,父母要时刻谨记孩子们那些不可触碰的底线。例如:孩子的身体缺陷残疾、一些不为外人知的习惯、曾经发生的糗事等。作为家长的我们要多和孩子交心沟通,真正用心去了解孩子的心理情感需求,懂得孩子的内心世界,尊重孩子的选择、想法和做法,不要做一些伤害孩子自尊和自信的事情。



# 如何让孩子成为“情绪的主人”?

当孩子经常无理取闹,易怒爱发脾气,或是有暴力倾向,喜欢打骂他人时,可能是孩子的情绪管理出了问题。那么,作为老师和家长,究竟如何培养孩子管理情绪的能力呢?

近日,小学教师和学生家长携手开启了一节关于“如何让孩子成为情绪的主人”的家校育人课堂。

## A

## 孩子情绪出现问题,有哪些信号?

情绪波动是人成长中一个极为普遍的问题,孩子心智发育还不成熟,对自己的情绪比较难以做到收放自如的平衡和控制,对于这个问题我们要给予正确的认识。

张春晓认为,情绪是孩子内心心理的外在表现,每个人都有不同的情绪,3~6岁的孩子,他们的情绪易感、易变和冲动,这时期孩子们的社会情感迅速发展,会开始掩饰自己的情绪,知道通过情绪可以得到成人相

应的反应。“但他们对情绪的控制能力不强,受到外界刺激时,情绪就会爆发,所以在这个时期,孩子的脸就像六月的天,说变就变。随着年龄的增长,他们对情绪的控制能力会有所增强。”

孩子情绪管理不好,会逐渐形成脾气暴躁的性格。那么当孩子出现情绪管理问题时,会有哪些表现?如何获取到信号?

“3~6岁孩子出现情绪管理问题

时主要表现为:调皮捣蛋、爱哭爱闹、撒泼打滚、爱搞破坏,喜欢打人骂人,甚至自残;打骂父母,生闷气不和人沟通。”张春晓说,例如小班刚入园的孩子,会在午餐环节哭闹,喊着奶奶喂,达不成意愿就大哭,小班孩子情绪易感染,班上其他孩子会被感染一起哭;又或是小朋友想玩某个玩具,自己不主动,别人还不能拿,如果有先拿到,就会生气强夺,然后就会大哭、扔东西发泄……

## B

## 家长是孩子情绪的一面镜子

“家长是孩子的第一任老师,家长的性格和思想都会对孩子产生潜移默化的影响。”张邵霞说,家长的情绪对孩子尤其重要。暴躁的情绪对孩子来说是一种灾难,无形中也会给孩子一个错误的榜样。而好脾气的家长,不仅能够成为孩子情绪调节的导师,也能更好地帮助他们建立良好的性格意识。

在孩子成长过程中,对于孩子的情绪爆发,家长应该采取什么样的做法?

张邵霞回忆道,在儿子四岁多的时候,有一次和姐姐一起在床上玩,不小心摔下来,头部正好碰到衣柜边角,就把头磕破了。“我当时看到他摔下去,立

刻跑下去把他抱起来了,并没有发现他受伤。直到她姐姐在旁边喊叫,说头上流血啦!他本来就在哭,一听她姐姐叫,突然就爆发了,大声地又哭又闹。他爷爷奶奶听见了,也过来看,一看孩子受伤,着急得不行,就一直在询问,想知道什么情况。他那时几乎都要抱不住,简直乱得一团糟。”

尽管当时也很紧张很着急,但是看孩子那样状态,张邵霞还是佯装镇定地先检查了一下他伤口,告诉他问题不大,如果他使劲儿哭,那情况就会变糟糕,会更疼流更多血。同时不停地鼓励他,说他是男子汉了,必须坚强一点,要深呼吸,让自己停下来爸爸妈妈才能帮

助他,相信他可以做到。

“潜意识给了他比较正面的引导,所以来就慢慢平复了下来。在去医院的路上,他的状态就已经好多了,我夸他做得特别棒,听到表扬,他还是挺开心的。到医院后,让我比较意外的是,他在打麻药以及缝合伤口的时候都没有再哭,而且非常配合。给他缝合伤口的两个医生也不停地表扬他,说他虽然年龄小,但是特别坚强。”张邵霞说,其实孩子的承受能力比大人认为的要强很多,关键就在于给他营造的是怎样的环境、在于怎样去引导,当然在他手足无措或者恐惧的时候,必要的建议和情绪调整的方法也是很重要的。

## C

## 家校协作让孩子成为“情绪的主人”

情绪管理是孩子们特别需要掌握的技能,作为老师,需要在一言一行上成为孩子的榜样。张春晓认为,可以从四个方面让孩子学会情绪管理。首先,用正面行为做孩子的榜样,孩子的情绪失控及表现会模仿,在与孩子互动的过程中觉察自己的情绪变化和掌控情绪的能力,用积极的情绪带给自己、他人舒服、愉悦;其次,用积极情绪引导,事物都是两面的,引导孩子积极乐观地面对问题,往好的一方面努力,从消极情绪向积极情绪转化,做乐观的孩子;再者,引导孩子合理地宣泄情绪,消极情绪郁积在孩子心中得不到宣泄,会影响幼儿的身心

健康。

“最后要注意的是,成人对儿童某些行为和情绪的关注,会提高行为和情绪再次发生的频率,因此对幼儿的某些消极情绪采取回避的方式更能减少它的发生,适当地假装没看见和不理睬是很有必要的。”张春晓说,当小孩子产生了非常强的负面情绪的时候,不妨将孩子的注意力转移到他们感兴趣的地方。

孩子的成长需要家校携手,那么家长如何配合学校,帮助孩子培养好的情绪状态?张邵霞认为,家长在家要给孩子创造一个好的成长氛围,经常吵架或

者发脾气的家长,是不能给孩子做好榜样的。家长也应该和学校老师及时沟通,了解孩子的情绪动向,及时了解孩子为什么会有情绪,有问题也要及时解决。

“几乎所有的父母都希望自己的孩子能够健康长大,但是真正的健康绝不只是身体的健康,心理的健康更应该引起我们的重视。如果我们爱孩子,一定要多和孩子沟通,不要在孩子心里设置一个成人和小孩的界限。”张邵霞说,只有及时地了解孩子的心理需求,才能知道如何因材施教,帮助孩子成为情绪的主人,让家里的小树苗健康长大。