

犯错误是孩子的权力

“小错不断,大错不犯”,是一些家长和老师常常挂在嘴边的一句话。可有教育人士吃惊地发现,小错误不犯的孩子,常常犯大错误。究其原因,是没有犯错的经验。从这个意义上说,犯错误是孩子的权力,也是孩子成长的资源。其实,在父母眼里的一些错误,对孩子来说是成长中必经的体验。孩子不断“犯错误”的过程,正是其不断改正“错误”、自我完善的过程。假如不给孩子这样的机会,他们会变得疏于尝试、懒于动手、习惯依赖,性格也会变得自卑敏感、优柔寡断。



图 TP

案例

公交车上,4岁的津豫两只小手抱着一瓶果汁,小心翼翼地把嘴凑到瓶口,谁知车一行瓶口一歪,果汁洒到了衣服上。妈妈看见了,立刻杏眼圆睁,柳眉倒竖,当众大声斥责孩子:“你怎么这么笨,让你小心些,你还是洒了,你还能干什么?”津豫只顾怯生生地看着妈妈,不留神瓶子一歪,果汁又洒了,妈妈粗暴地夺过瓶子:“我怎么生了你这个笨蛋……”

让孩子的错误“曲径通幽”

科学家斯蒂文·格伦小时候也犯过类似的错误,不过他的妈妈处理的方式却截然不同:格伦两岁时,一次他从冰箱里拿出一瓶牛奶,谁知手一滑瓶子掉在地上,牛奶全洒了!妈妈过来,没有责备,没有教训,更没有惩罚。相反,她说:“格伦,你做了多棒的垃圾!我还从没有见过这么大的一滩牛奶呢!既然已经这样了,儿子,你愿意在‘奶河’里玩一会儿吗?”“当然!”格伦高兴地玩了一会儿后,妈妈又说:“不管怎样,你把地弄得一团糟,你得打扫干净,我们可以用海绵、拖把或抹布,你喜欢用哪一种呢?”格伦选了海绵,和妈妈一起收拾好地板上的牛

奶。

干完以后,妈妈又说:“今天我们做了一个失败的尝试,没能让你的小手抓住这个大牛奶瓶子。现在,我们到院子里去,给瓶子装满水,看看你能不能发现怎样抓得住、掉不了!”格伦很快就发现,只要他两手握紧瓶嘴的那部分,瓶子就不会掉下了。

这位科学家在长大后回忆说,也就是在那时,他意识到不用去害怕错误。他说,错误只不过是通向未知的大门,而那些未知是科学新知的源泉,即使不能从错误里发现什么,也能从中学到一些有价值的东西。

巧妙转化错误中的消极因素

每一个孩子都会犯错,父母需要做的不是大声呵斥,去阻止孩子犯错,而是应该考虑,如何将其“犯错误”过程中的不利和消极因素转化为有利的、积极的、合理的因素。

沉默十秒钟 对于性格急躁的家长来说,首先要控制住自己的情绪,沉默十秒钟,或者立即离开现场。如果当时加以训斥,孩子不但体验了错误,还会因斥责而恐惧和畏缩,如同雪上加霜。家长此时的沉默

是手段,不是目的,沉默的意义是留出孩子和家长共同思考的时间,让孩子反应一下,到底“发生了什么?”“应该怎么办?”

发现积极因素

斯蒂文·格伦的妈妈能从消极事件中发现积极因素,她首先肯定孩子做的事情,而不对结果做出评价,在孩子感兴趣、兴致勃勃的活动中提出下一步要求,孩子自然会照办。因为肯定式的纠正法保护了孩子某些正当想法或做法,情绪不受破坏,更能接纳你的教诲。

适当纠正“错误” 孩子所犯错误,一般具有无意性、浅表性、混合性等特点。家长要和孩子一起分析出“犯错”在什么地方,告诉他下次正确的做法,培养孩子对自己的行为进行监控和反思,孩子会在自我修正的过程中逐渐成熟。

启发内在动机 孩子内心里一直在不断地努力做好,就算眼下他搞得一团糟糟糕时,也要认识到错误和失败也有积极的意义,它是孩子成长学习的一条必要途径,只要允许孩子亲自去探索实践,放手孩子去感受人生的各种滋味,相信他将来肯定会更有能力处理他的失误。

为何宝贝上兴趣班总难坚持



图 TP

课程越来越难,孩子感到挫败感

孩子刚开始培养一个新的兴趣,基础通常不会太牢固,因此一旦在学习技能与反复练习时遇到障碍就容易

产生挫败感。同时因为课程跟不上,孩子没有获得足够的成就感就很容易想放弃。

课程太枯燥,孩子失去了兴趣

如果兴趣班理论性太

强,不注重个性化千篇一律的教学,课程互动的缺乏,这些都会导致孩子失去兴趣。

对老师或课程产生了恐惧心理

常常看到学钢琴的孩子被老师勒令:“今天不弹好这首曲子不能休息。”或者怕水的孩子,直接被教练扔泳池。这在一定程度上也会导致孩子对兴趣班或老师产生恐惧心理,产生抗拒心理不想坚持。

家长懒惰与放纵致孩子半途而废

其实许多时候,孩子兴趣班无法坚持有很大一部分责任在于爸妈们。比如工作太忙太累了,连饭都没吃上,就觉得今天不送孩子过去了,少上一天兴趣班也没关系。再比如天气太热了,路途又有点儿遥远,课程下次再补上吧。又或者,当孩子提出自己不想学或者觉得自己学不好的时候,爸妈们马上同意,就跟松了一口气似的。究其到底,还是因为爸妈们的懒惰与容易妥协而导致了孩子的轻易放弃。

99%的人不知道 孩子乳牙脱落后不应该扔掉

一提到乳牙,多数中国人首先想到的可能是“掉了下牙往房顶扔,掉了上牙埋土里”这样的古老传统。而在国外,小朋友通常会把掉下来的乳牙藏在枕头下,期待“牙仙子”来送他们礼物。其实,从科学的角度,这些牙齿应该正确保留,或许有一天它们可以拯救小朋友自己或是他人的性命。



图 TP

乳牙是人萌生的第一副牙,共 20

颗,上下颌各 10 颗。通常在孩子 6~8 岁时,大部分的乳牙会脱落。这些脱落的乳牙看似不起眼,实则蕴含丰富的干细胞。而干细胞在医学上有重要作用,可以再生神经元,骨头或软骨组织,甚至可以再生为心肌细胞来修护心脏受损的组织。

这些干细胞的来源是牙髓组织。

牙髓位于牙齿内部的牙髓腔内,是牙体组织中唯一的软组织,自 2000 年人类发现牙髓干细胞以来,10 多年来以干细胞为核心的再生医学被科学界广泛预测能为最终解决许多难治性疾病、衰老性疾病、组织修复与再生以及肿瘤的防治等带来新希望。

而储存乳牙必须在牙齿脱落后 48 小时内完成储存,否则牙齿内的干细胞会死亡。

当孩子的乳牙掉落后,家长可将其存放在一杯牛奶中保存,并在 24 小时内送往相关机构。随后,医护人员会往牙齿中注入盐水以分离牙齿的细胞,通过显微镜上观察牙齿长出干细胞。最后,牙齿中的干细胞被提取出来,放入一只装有液化氮的试管中冷冻保存。

蒙牛“牛到里约 跑动中国”携 8000 健儿首战开跑

5 月 8 日,在“中国乳都”呼和浩特进行了一场 8000“牛人”热跑。由蒙牛乳业联合内蒙古自治区体育局、呼和浩特市人民政府等共同发起的内蒙古首届马拉松联赛(呼和浩特站)暨蒙牛“牛到里约 跑动中国”启动仪式



在内蒙古呼和浩特体育场鸣枪开跑。中国田径协会副主席、内蒙古体育局副局长李志友,呼和浩特市体育局局长史荣恩,蒙牛乳业总裁孙伊萍、高级副总裁白瑛等亲自到场助阵并加入到长跑队伍中,和参赛选手们一起畅享运动带来的健康与快乐。

早上 8 时 30 分,发令枪声一响,来自全国各地及 11 名蒙古国特邀运动员的 8000 长跑队伍身着“牛到里约 跑动中国”的奶牛花纹队服一同起步,以激情与活力奔向自己心中的终点。据悉,本次在赛程设计上精心筹备了半程马拉松、纯+自然跑、迷你马拉松三种类型。丰富的群跑活动,也吸引了众多当地市民自发有序的聚集在赛道各处观看比赛,为健儿们欢呼喝彩。

比赛进程如火如荼,领先的几名运动员在众人的注视下,率先跑进了人们的视野,朝着终点方向疾驰而来。最终,来自呼和浩特跑友俱乐部和通辽市的选手赵百东和金铭铭以 1 小时 05 分 29 秒和 1 小时 15 分的好成绩分别摘得男子、女子半程马拉松的桂冠,在女子项目中,来自蒙古国的女子长跑选手巴雅尔以 1 小时 15 分 9 秒的好成绩名列亚军。

其实,在内蒙古这片广袤的大地上,此前就诞生了胡刚军、潘金红、韩刚等许多国家队马拉松教练员和运动员,马拉松一直是内蒙古自治区的优势项目。内蒙体育局副局长李志友由衷地说道,“蒙牛乳业携手内蒙古自治区体育局举办的此次马拉松联赛,向国内外跑步爱好者们展现了内蒙人对运动的热爱,也标志着内蒙人民在自己家门口也有了国际化的马拉松赛事,在这充满激情和热血的赛事背后,不可或缺的是蒙牛这样具有运动‘因子’的企业以实际行动为全民运动、全民健康作出的努力。我代表广大运动爱好者,向为本次比赛辛勤付出的各部门单位和蒙牛集团表示衷心的感谢。”

作为一位资深的“跑步爱好者”,蒙牛乳业总裁孙伊萍不禁讲述起蒙牛涉足运动领域的初衷,蒙牛一直坚持“只为点滴幸福”的品牌理念,而牛奶和运动是绝佳的组合,牛奶中的蛋白质可以为运动健儿提供营养补给,也只有保持运动,拥有一个健康的身体,才能拥抱生活中幸福的点点滴滴。运动也是蒙牛创新搭建的“美食、运动、娱乐”三大幸福平台中重要部分。蒙牛将“以消费者为中心,成为创新引领的百年健康营养食品公司”作为企业愿景,而打造健康的生活方式也是蒙牛时刻牢记于心的企业责任。

2016 奥运年,作为中国国家游泳队的赞助商,蒙牛从启动“牛到里约 跑动中国”百城长跑活动开始,将在全国各地跑满 100 场。孙伊萍感慨的说到:“今年不仅是奥运年,更是蒙牛的‘运动年’,希望通过百城长跑活动,可以向全世界展现中国人健康向上的生活姿态,更为出征里约的中国国家队加油。蒙牛将通过自己不断的努力,给消费者提供更好的运动营养支持,让大家以健康的身体迎接未来。”

荣誉属于敢于拼搏和坚持的人,当六名优胜者接过内蒙古体育局副局长李志友、蒙牛乳业高级副总裁白瑛授予的奖杯时,蒙牛 2016“牛到里约 跑动中国”百城长跑活动也活力启程。接下来,以花海跑、海洋跑、晨光跑、湖光跑、森林跑为主题的系列活动也将在全国各大城市陆续开展。正如蒙牛高级副总裁白瑛所说,牛奶和健康是不分家的,大家要“多喝牛奶、多运动,做健康冠军”,蒙牛希望可以和全国各地的跑步爱好者一起跑出活力健康的奥运态度,和大家一起“牛到里约 跑动中国”。