## 为何有的孩子不愿学习,专家支招——

# 让孩子轻松面对学习

为什么有的孩子从开始上学就不愿意学习,为什么有的孩子越学越不愿意学,在近日举行的“上海市家庭教育高峰讲坛”第九场活动中,中国家庭系统的倡导者、河南省教育厅关工委家庭教育心理咨询中心主任张健做了主题为“让孩子轻松面对学习”的讲座,为苦恼的家长支招。

### 如何激发学习动力

如果一个人的学习能力不足,即使很努力,他也不一定能达到很好的结果。张健分析了激发学习动力的三大力量:信念、爱和暗示。每个孩子都需要信念、爱、暗示这三大力量。

■ **信念**

孩子学习出了问题,很大程度上是信念出了问题。这个信念就是不相信自己能把学习搞好,不相信自己在学习上有很好的结果。很多孩子,最重要的是“不相信”自己能把学习学好。

爱,要让孩子对学习产生爱。很多孩子一提到学校,没有这样的感觉。这是由于我们对学习的评价出了问题,让孩子不爱。张健说,新加坡的老师和家长这样谈孩子,“这位家长,我想和你谈你的孩子。你的孩子如果这方面能再努力一些、提升一些,他会变得更加优秀。”反观中国,有的老师把家长叫过去以后,先把家长批评得像孩子一样。批评完不算,还威胁“像你这样的家长,一天到晚就知道挣钱,孩子都不管,早晚有一天你的孩子废了”。这句话听完舒服吗?不舒服。家长会怎样向孩子传递信息?家长传递的信息可能比老师还严重,“像你这样发展下去,早晚有一天废了”。家长的语气更严厉,孩子听完是什么反应,“废了就废了”。很多孩子的学习就是这样出现问题,对学习出现了恨而不是爱。

■ **暗示**

“我可以,我能行”这样的暗示对孩子一生的学习影响很重要。张健举了一个成功的案例。一个14岁被4所学校开除的孩子,和张健签了份进联合国的“协议”。因为张健说他“内在潜力无穷,未来在这个社会上你想做任何事情都有机会做成”。原先觉得自己不行,想放弃学习的孩子后来考进当地最好的高中,然后进了山东大学,再后来去了加拿大,2013年这个孩子进了联合国教科文组织,现在常驻德国。

张健让这个孩子给自己暗示,“我可以进联合国”,结果真的进了联合国。张健说一定要培养孩子信念,给自己暗示——只要我愿意,我可以做任何事情。

### 如何助力孩子开发潜能

一个孩子的学习,能不能优秀,可以聚焦八个方面:时间管理、学习计划、目标设定、作业完成、课堂管理、预习复习、心理状态、同学关系。

同学关系,其实也可以理解为“关系”,分三部分:师生关系、同学关系、父母关系。“关系”是当下影响孩子学习最重要的一个点。孩子学习出问题,大家都要聚焦一下,可能孩子在学校同学关系出问题、师生关系出问题;心理状态,他有没有焦虑?抑郁?不安的状态一定会影响到孩子的学习;学习方法,有些孩子会预习、复习,有些孩子不会,但这也对孩子的学习有聚焦点,可能也会影响他的学习结果;课堂管理:很多孩子优秀的背后,是高效的课堂学习。在课堂的45分钟利用是最好的,这样的孩子很优秀。张健说,北大清华的高考状元,他们传递的信息是,课堂时间的应用都是一流的;目标设定,是引导一个孩子动力持续不断的方向,这必须要有。

这8个方面做得怎样,要给自己在这些点上打分。每一项打分,如果低于6分就是不及格,意味着这个点需要提升。张健举了个例子,一个孩子的关系,有个性影响,穿着打扮影响,气质影响,还有孩子和别人的沟通、分享、主动、特长等等。再聚焦一下,发现可能是在学校的主动性不足,和别人沟通交流不良,导致关系出问题。聚焦在这一点,孩子知道往哪个方向努力,解决问题。

### 学习烦恼怎么破解

为什么有孩子学习很痛苦?为什么有孩子会厌学?张健从学习态度、学习方法、学习习惯、学习能力、学习成绩五个方面分析。他重点谈了学习的能力。

他认为,对孩子学习能力造成影响的有10个方面:

● 剖腹产的孩子对学习的影响能力比较大。因为剖腹产的孩子容易造成孩子触觉学习能力不足。孩子出生的时候没有经过产道的挤压,少一道程序。一般来说,能顺产的不要剖腹产。因为触觉迟钝或者敏感,都会对孩子造成影响,会造成人际关系不良,人际关系不良会影响孩子学习能力的发挥。这种孩子,存在着学习能力不足的可能。

● 孩子不会爬行。不会爬的孩子,几乎百分之百在学习能力上有问题。因为孩子爬的时候,头要抬起来看前方,要四肢协调。爬的时候,视觉、动作统合协调。眼睛看到,手配合。如果这个视觉和动作统合不了,将来在学习上会出现抄作业漏字现象。视觉动作统合不好,会出现看书跳行、跳字。

● 孩子左右区分不好。到三岁的时候孩子左右还无法区分,孩子的学习能力将来会受一定程度的影响。

● 孩子经常数字写反。

● 孩子做事拖拉。精细动作不足,小动作不行,一写作业就累,然后就慢;视觉、动作统合不行,导致拖拉;视觉广度不足,我们正常看一行或者是看一行的一半,他是一个字一个字地看,他写作业的时候看一下写一下,像小鸡啄米一样。这种情况一定会导致孩子拖拉。

● 孩子有多动现象,注意力不集中。

● 孩子容易把字写在格外。这是很典型的视觉、动作统合、精细动作控制不良。

● 孩子动作不协调。

● 孩子听别人讲得很明白,但自己看时看不懂。这种孩子自主学习能力弱,属于典型听觉型孩子,视觉不行。这样的孩子在课堂还行,下面学习出问题,这样的孩子成绩会有影响。

● 孩子上课听讲总不懂,但自己看能理解。这种孩子听觉能力不行,听觉加工能力太弱,在当下中国的教育当中最倒霉。如果对自己的信念出问题,又不愿意再去看,这个孩子的学习一定是班里最差的孩子。

张健说,如果占4条以上,一定存在学习能力不足,一定对孩子造成影响,而且可能很突出。他给家长介绍了一些方法。在提高孩子注意力的品质方面,有注意力的广度训练,就是一目十行。注意的稳定训练,也就是持久专注。最简单的办法,就是拿一个小图片,有10厘米直径,10厘米里面有一个比鸡蛋再小一些的小圆圈,慢慢更小,最后小到黄豆一样大,让孩子盯着它,高度和孩子平视,每天坚持3分钟,最多不要超过5分钟。这是对孩子注意力稳定性的训练,非常有效果。

张健说,他的书《让孩子轻松面对学习》可以在网上免费下载。 (回南)

**【相关链接】**

**上海市家庭教育高峰讲坛第10场**

**时间:**11月28日(星期六)9时30分

**地址:**上海图书馆西门2楼报告厅(淮海中路1555号)

**题目:**重新认识孔夫子——家庭教育传统批判

**主讲人:**骆新 东方卫视首席记者、主持人

**主办单位:**市妇联、上海社科院、新民传媒

读者可通过微信“讲座图书馆”“上海女性”“教师博雅”“东方教育时报”“上海新东方泡泡少儿英语”预约。

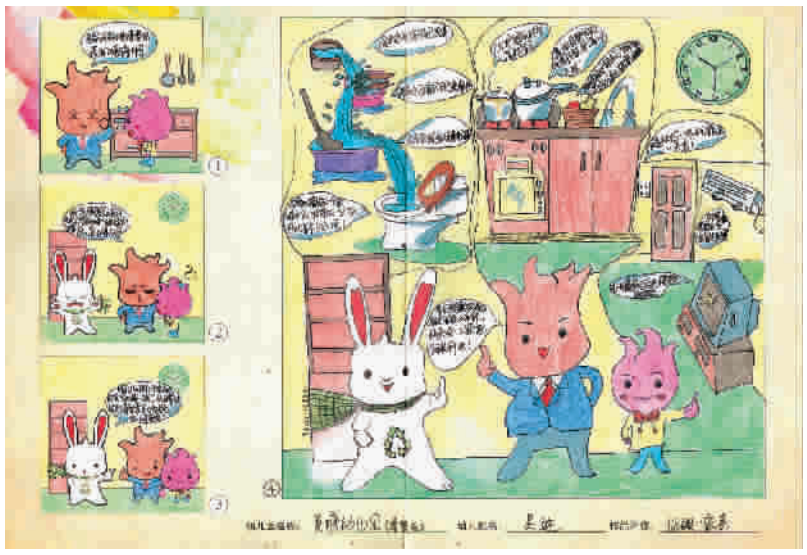
# 百万家庭低碳行 垃圾分类要先行

## 市妇联2015“低碳一家亲”亲子创意漫画接龙活动一等奖作品展示

自2011年起,市妇联携手市绿化市容局等单位联合开展“百万家庭低碳行”市政府实事项目。近五年来,市妇联立足家庭和社区,以牵头推进“百万家庭低碳行”市政府实事项目为抓手,进一步扩大宣传动员,深入开展低碳环保教育培训;进一步提升项目运作实效,针对不同群体开展低碳环保的主题实践活动;进一步创新工作机制,依托社会组织,常态化制度化开展资源回收宣传活动,营造了共同参与低碳行动的良好社会氛围。

今年,市妇联将“百万家庭低碳行”这一主题与以精炼简短、生动幽默为特点而深受欢迎的四格漫画相结合,面向儿童及其家庭开展“低碳一家亲”亲子创意漫画接龙活动。活动于3月–7月在全市开展,吸引了2万余名儿童及其家庭参与。孩子们在活动中充分发挥想象力、创造力,为角色填色、构想对话内容、完成情节创作;同时,家长在孩子完成作品的过程中加以引导、启发、思维开拓,给予辅助书写、对话文字等帮助,让亲子互动变得更有意义与价值。活动还通过“百万家庭低碳行”官方微信在线互动让低碳环保、垃圾分类的理念继续传递给更多人。

活动结束后,主办方从选送的1000余件作品中,由专家评选出100件优秀作品,分获一二三等奖。在这里,我们将分几期为大家呈现一等奖的获奖作品,供大家欣赏。希望大家在感受快乐的同时也能从中获得启发,积极参与低碳环保生活,为生态文明建设添砖加瓦。 (回南)

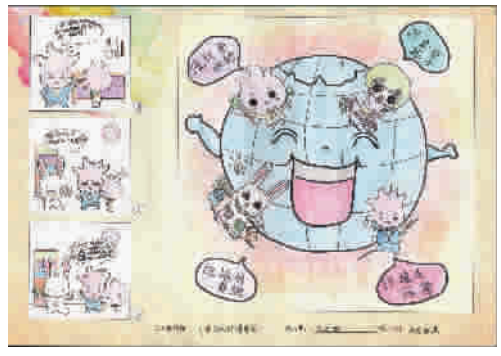


奉贤区肖塘幼儿园 吴迪《低碳一家亲》

奉贤区星辰幼儿园 刘思远《蓝色的生命》

奉贤区青青草幼儿园 路锦尧《和谐家园》

奉贤区新贝艺术幼儿园 张博荏《绿色party》



奉贤区肖塘幼儿园 祝湘婉《保护环境》