



山西省社会学学会教育文化专业委员会 协办

第 253 期 投稿邮箱:kxzb_box@163.com 国内统一刊号 CN14-0015 邮发代号:21-1030 网址:http://www.xdxzw.com.cn



本期话题

教育自己的孩子,靠家长智促、管控,可能把孩子逼成“优秀”,但许多实践得来的结果是,这种“优秀”不可持久。而家长唯有科学激发孩子内心的成长力量,才是最有效的育儿方式——

让孩子从“被动催促”走向“主动成长”

策划 靳雨茹

在当下的家庭教育中,几乎所有家长都面临着一个育儿困境:越是用心管教孩子,孩子反而越抵触;越是不停催促学习,孩子越是拖延摆烂;越是用奖励、施压的方式逼孩子进步,孩子的成长动力反而越薄弱。

很多家长日复一日陷入忙碌又内耗的育儿循环:早上催起床、催洗漱、催吃饭,放学后催写作业、催复习、催练字,周末催补课、催阅读、催自律。为了让孩子变得优秀,我们用尽了管控、说教、批评、物质奖励、压力施压等各种方法,可最终换来的结果,往往是孩子的敷衍应付、消极对抗,甚至是青春期彻底的叛逆反抗。

无教育现实告诉我们一个真相:靠家长督促、管控、压力逼出来的优秀,都是暂时的、虚假的;唯有孩子发自内心的成长渴望,才是伴随一生、源源不断的核心动力。这种藏在孩子心底的成长力量,就是我们常说的内驱力。唤醒孩子的内驱力,才是家庭教育最高级、最有效的育儿方式。

谈懂育儿误区: 为什么越管孩子,孩子越被动?

生活中绝大多数家长的育儿逻辑,一直处在未倒置的状态。我们总是习惯性地把孩子的成长责任扛在自己身上,认为孩子年纪小、不懂事、自制力差,必须靠家长盯着、管着、催着、逼着,才能好好学习、好好成长。

于是,家庭教育变成了一场家长单方面的“监督战役”。孩子写作业,家长全程陪同纠错;孩子读书学习,家长时刻监督打卡;孩子犯错懈怠,家长立刻批评说教;孩子取得一点进步,家长就用零食、玩具、零花钱作为奖励。

短期来看,这种高强度的管控和外部激励,确实能看到效果。孩子会因为害怕批评、想要奖励,暂时乖乖听话,认真完成学习任务,取得看似不错的成绩。但长期下来,隐藏的问题会彻底爆发,这也是很多孩子小学成绩优异,初中断崖式下滑,高中彻底摆烂的根本原因。

过度管控,会一点点剥夺孩子的自主感。当孩子的每一个行为、每一次学习、每一个选择,都被家长安排和掌控,孩子就会慢慢失去自我思考、自我规划、自我约束的能力。他们会形成固定的思维认知:学习是为了满足家长的期待,成长是为了迎合家长的要求,自己的所有努力,都是做给家长看的。

过度外部奖励,会透支孩子的内在动力。很多家长习惯用物质奖励、口头表扬的方式激励孩子,看似是正向鼓励,实则是让孩子把成长的动力寄托在外部认可上。没有奖励就不努力,没有表扬就不上进,一旦外部激励消失,孩子的成长就会立刻停滞。

这就是典型的“外驱式育儿”的弊端:所有的动力都来自外界,而非孩子内心。靠压力逼出来的自律,靠奖励换回来的努力,靠管控维持的优秀,就像是没有根基的花朵,看似光鲜亮丽,一旦脱离家长的监督和约束,就会瞬间凋零、崩塌。

这也是为什么很多家长越管越累,孩子越养越废。真正的育儿难题,从来都不是孩子不够优秀、不够自律,而是我们亲手熄灭了孩子内心的成长火焰,用外部管控取代了内在成长动力。

看见孩子: 放下家长的焦虑,读懂孩子行为背后的需求

想要唤醒孩子的内驱力,第一步不是改变孩子,而是改变家长,学会看见孩子、读懂孩子。很多时候,孩子的拖延、叛逆、懈怠,看似是态度问题、品行问题,实则是心理需求未被满足的外在表现。

很多家长习惯用成人的视角、完美的标准去要求孩子,只盯着孩子的行为结果,却从不关注孩子的内心感受。孩子写作业拖延,我们第一反应是孩子偷懒、不自律;孩子成绩下滑,我们第一反应是孩子不努力、不用心;孩子顶嘴叛逆,我们第一反应是孩子不懂事、不听话。

我们习惯性批评孩子的行为,却从未静下心来思考:孩子为什么会拖延?为什么会厌学?为什么会叛逆?每一种不良行为的背后,都是孩子未被看见、未被满足的心理需求。

孩子写作业拖延,不一定是偷懒,可能是学习压力太大,知识点掌握不牢固,面对难题充满无力感,害怕犯错、害怕被批评,所以用拖延逃避压力;也可能是



该图由 AI 生成

每天被家长安排得满满当当,没有一点自主时间,内心压抑抵触,用拖延对抗管控。

孩子厌学摆烂,不一定是求上进,可能是长期被否定、被打压,努力过后得不到认可,丧失了学习的成就感;也可能是一直为了满足家长的期待而学习,从未找到学习的意义,内心疲惫麻木。

家庭教育最大的悲哀,就是家长永远在纠正孩子的行为,却从未看见孩子的内心。我们不停纠正孩子的缺点、打压孩子的情绪、管控孩子的行为,最后只会让孩子关上心门,彻底放弃自我成长。

真正智慧的家,懂得放下焦虑和执念,跳出“管控者”的思维,学会共情孩子、理解孩子、看见孩子。不再用挑剔的眼光看待孩子,而是用接纳的心态包容孩子的不完美;不再只关注成绩和结果,而是关注孩子的情绪和需求。

看见孩子的需求,是唤醒内驱力的前提。只有家长真正读懂了孩子的内心,才能停止无效的管控和说教,用温柔而有力的正向引导,帮助孩子化解内耗、重拾动力。

正向引导: 用鼓励替代批评,用赋能替代说教

很多家庭的日常沟通,充斥着批评、说教、指责和打压。“你怎么这么笨”“这点小事都做不好”“别人都在努力,就你在偷懒”“再不听话我就不管你了”,这些看似随口的唠叨和批评,一点点摧毁孩子的自信,磨灭孩子的成长动力。

心理学中有一个著名的“皮格马利翁效应”:你期待孩子成为什么样的人,孩子就会成为什么样的人。长期被批评、否定、打压的孩子,会自我定义为“我不行、我很差、我不被喜欢”,从而被孩子放弃努力;而长期被鼓励、被认可、被赋能的孩子,会坚信“我可以、我能行、我值得更好”,从而主动突破、持续成长。

想要唤醒孩子的内驱力,家长必须彻底摒弃“批评说教式教育”,换成“正向赋能式引导”。

首先,停止无效唠叨和负面批评,学会看见孩子的努力。很多家长习惯性盯着孩子的不足,却忽略了孩子的付出。孩子考了90分,我们只盯着丢掉的10分;孩子认真写完作业,我们只挑剔字迹不够工整;孩子主动坚持阅读,我们又指责孩子做题太慢。

家长的肯定,是孩子成长路上最温暖的光。当孩子的努力被看见、被认可,孩子才会愿意继续坚持、持续精进。反之,所有的付出都被无视、被否定,孩子只会慢慢丧失努力的动力。

其次,摒弃空洞说教,学会共情引导。很多家长喜欢讲大道理,反反复复告诉孩子要努力、要自律、要好好学习。空洞的说教从来无法改变孩子,真正能改变孩子的,是情绪的共鸣和正向的引导。

最后,放下完美期待,允许孩子犯错、允许孩子不完美。很多家长的焦虑,都源于对孩子的过高期待,希望孩子事事优秀、次次满分、永远自律。但每个孩子都是普通人,都会犯错、都会懈怠、都会有状态不好的时候。

过度追求完美,只会让家长陷入焦虑,让孩子陷入内耗。学会接纳孩子的不完美,允许孩子偶尔懈怠、偶尔犯错,不用一次成败定义孩子的人生,不用一点不足否定孩子的全部。松弛、包容的家庭氛围,才是滋养孩子内驱力的最好土壤。

深耕成就感: 帮孩子建立自主意识,激活终身成长动力

如果说尊重和接纳是内驱力的土壤,那成就感就是内驱力的燃料。孩子的成长动力,从来不是靠家长逼出来的,而是靠一次次成功的体验积累出来的。每一次成就感的积累,都会让孩子更加自信、更加自律,更加愿意主动成长。

很多家长总觉得,成就感来自惊天动地的大进步、名列前茅的好成绩。其实对于孩子而言,成就感藏在每一件小事里:独立完成一次作业、攻克一道难题、坚持一次阅读、改正一个缺点,都是值得骄傲的成长。家长的核心任务,就是帮助孩子捕捉这些微小的成功,积累源源不断的成就感。

第一,学会放手,把成长的主动权还给孩子。很多家长习惯性包办代替,替孩子规划一切、安排一切、解决一切。孩子不会做题,家长立刻讲解;孩子收拾不好书包,家长直接代劳;孩子安排不好时间,家长全程指挥。

第二,拆解目标,让孩子持续收获成功体验。很多孩子之所以厌学、摆烂,是因为目标太大、太难,长期感受不到成功,从而丧失信心、放弃努力。一口气让孩子坚持每天学习两小时,一次性提升十几分,对孩子来说难度太大,很容易半途而废。

家长要学会帮孩子拆解目标,把大目标拆成一个个小目标,让孩子持续收获成就感,一点点积累自信。当孩子习惯了努力、习惯了进步,就会慢慢主动给自己设定更高的目标,形成良性的成长循环,从“被动完成”变成“主动精进”。

结语:育儿的终极真谛,从来不是管控和施压,而是唤醒和赋能。真正的优秀,从来不是家长逼出来的,而是孩子主动活出来的。

短暂的管控,可以换来一时的听话和优秀,但唯有唤醒内驱力,才能真正支撑孩子一生的成长和蜕变。作为家长,我们不必焦虑于孩子一时的成绩和状态,而要专注于滋养孩子的内心、守护孩子的热爱、培养孩子的底气。

从今天起,放下催促和管控,多一份尊重和包容;放下批评和说教,多一份鼓励和认可;放下焦虑和执念,多一份陪伴和赋能。慢慢滋养孩子的自主感、胜任感、归属感,让孩子内心的成长火焰熊熊燃烧。

当孩子真正拥有了成长内驱力,就会彻底摆脱被动敷衍的状态,真正建立起“我要学、我要成长、我要变好”的人生信念,在成长的道路上,自律自律、向阳而行,走得更稳、更远、更从容。

浮山县县委书记张可新 深入浮山中学、浮山二中调研教育工作



科学导报 近日,浮山县县委书记张可新先后深入浮山中学、浮山二中,围绕教育教学、办学条件、师资建设、校园安全、群腐整治等重点工作开展实地调研。县分管领导和相关单位负责人陪同调研。

张可新来到浮山中学,走进图书室、考试监控中心、餐厅、操场等地,实地查看校园办学及管理情况,现场听取工作汇报。他强调,要聚焦校园安全重点领域,开展全面隐患排查整治工作,规范餐厅燃料存放、运输、使用全流程监管,完善校园各类安全防护举措,要把教育领域相关专项整治作为重要政治任务,切实保障学生和教师权益,要全面提升教育教学质量,紧盯升学育人目标,完善教师奖励激励机制,强化教师交流与专业培训,着力打造高素质师资队伍;要用心做好学生关怀保障,配备配强心理辅导教师,常态化开展学生心理疏导;要加快推进宿舍楼改造提升,切实满足学生日常生活需求,全力营造安全、舒心、优质的校园育人环境。

在浮山二中,张可新实地查看办学条件、师资队伍、宿舍环境、教育教学、校园安全等工作。他强调,要持续改善办学硬件条件,建强抓实师资队伍,优化学生宿舍居住环境与日常管理,全面提升教育教学质量。要深化教育教学改革,丰富课后服务内容载体,扎实推进素质教育,促进学生德智体美劳全面发展。要从压实校园安全主体责任,全面排查整治校园安防、交通、消防等各类安全隐患,健全完善安全防护长效机制,坚决筑牢校园安全坚固防护网。

(郗艳)

山西大学物理电子工程学院 多彩“物理月”为学子科创赋能

科学导报 为扎实推进科普育人工作,常态化传承科学家精神、培育青年科创素养,山西大学物理电子工程学院举办第二届“物理月”系列活动。活动立足学科特色,聚焦精神传承、科创实践、跨界育人三大维度,开展多场接地气、有实效的校园科创活动,让广大青年学子近距离接触科学前沿、亲身参与科创实践,切实筑牢学子潜心科研、科技报国的信念根基。

格致大讲堂邀请中国科学院院士樊仲维走进校园,围绕“高峰值功率短脉冲激光器及其应用”主题开展专题讲座。樊仲维院士结合行业发展现状与前沿技术突破,深入浅出讲解激光领域的科研成果与应用场景,结合自身科研经历叮嘱在场学子,科研之路贵在坚持,要沉下心来钻研,耐得住寂寞,脚踏实地深耕专业领域,在关键核心技术攻关中主动担当、奋勇争先,为国家科技自立自强贡献青春力量。

开展导师领航主题分享活动,邀请张临杰教授讲解“量子精密测量与传感技术的现状与未来”,立足学科发展前沿,结合团队科研攻关案例、行业创新成果,细致拆解科研工作的初心与坚守,生动诠释了新时代科研工作者的爱国情怀、求实奉献的意志品质,引导同学们主动将个人专业学习、科研探索与国家战略需求紧密结合。

知行合一,方得真知。本次物理月坚持以学促行、以践赋能,把精神传承融入实操体验,通过趣味科普、实验室研学、科技志愿服务等多样化实践活动,让同学们走出书本,走近科学,在亲身参与、实地探访中感受物理学科魅力,提升科创实践能力。

本次“物理月”活动形式多元、内容扎实、参与广泛,集名师讲学、前沿研学、趣味科普、文理创新、公益服务、红色浸润于一体,兼具专业性与趣味性、学术性与实践性。系列活动让科学知识走出课本,让科学家精神落地校园,有效丰富了学校科创文化内涵,让青年学子在亲身参与中开拓科学视野、锤炼探究能力、厚植报国情怀,为校园科创育人工作积累了鲜活实践经验。

(黄晶)



网易山西
科教频道



扫码可查询论文



现代教育
周刊公众号



现代教育
周刊数字报



现代教育
微博



现代教育
投稿微信号



立媒报业公众号



校园新动向



现代教育
今日头条



现代教育
今日头条

本版组稿

黄晶 郗艳