

“AI时代家庭教育的挑战”系列直播第三场,心理学博士畅聊——

孩子“学习困难” 父母如何陪伴

11月13日,泉州晚报社旗下亲子教育号“亲子U学”进行了一场主题为《孩子“学习困难”父母如何陪伴》的直播,这也是“AI时代家庭教育的挑战”第三场直播。

直播中,嘉宾徐雪娜从“学习困难”背后的生理、心理因素展开了深入解读,并就父母如何支持有学习困难的孩子,提高孩子学习效能表达了独到的见解。

■融媒体记者 苏丽艳

1 警惕把“学习困难”变成标签

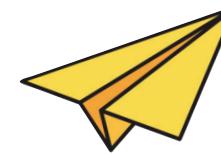
问:如何看待“学习困难门诊”的出现?

答:孩子遇到学习困难,通常有生理原因、心理原因和社会原因三个方面,生理原因更多是个体的生理部分,心理原因更多关系家庭层面,社会原因更多在学校层面。孩子是因为长期恐惧而影响大脑的发育,还是

因为大脑发育不完善学习有困难才引发恐惧,有时候还挺难说清楚的。脑科学研究发现,大脑在感受到恐惧的时候,就感受不到爱,在感受到爱的时候就不会觉得恐惧。所以在探讨心理原因之前,先要保证对生理的一个认知,比如说大脑的结构和特点等,从这个角度看,“学习困难门诊”

对遇到困难的孩子进行必要的诊断和干预,是有积极意义的。

不过,“学习困难”很容易变成一个标签,年龄越小的孩子越不要贴标签,也越不要过早地断言,而是要能够好好地接纳他,在发育发展的过程中鼓励他、爱他,0~7岁、7~12岁这两个阶段的孩子都需要父母更多的爱。



2 接纳每个孩子的节奏不同

问:父母如何做到接纳孩子的学习节奏不一样,不给孩子贴标签?

答:爸爸妈妈需要有一些知识储备。关于学习困难的孩子,有一个“硬科学”,就是感觉统合这一块。一个孩子的脑能发展成为一个完善系统,是需要感受性的指令传达到四肢,再由四肢输送到大脑每个区域。就像大脑是一部手机,信息输入后要进行整理消化,接着分配为不同的指令,然后再输出。一个孩子答一份卷子,能够真正地把他学会的知识输出,能让答卷情况匹配他对知识的掌

握度,这个过程有好多孩子是做不到的,他的感觉统合是失调的,那么这些就需要爸爸妈妈去判断,可能有部分原因,比如说阅读上有障碍,空间知觉上有薄弱点,或者说他容易跳字、漏字,写字颠倒,可能因为他视觉神经系统发生困难,或者阅读理解有困难,或者真的有读写障碍。

在了解这些“硬科学”基础上,我们需要去做一个科学规范的感觉统合测试,就可以区分孩子的学习困难不在于是他个人学习态度的问题,而是生理上确实有欠缺。

按照脑科学发展规律,过了小学阶段,到了中学再做感统训练就收效甚微,因为大脑发育基本完成百分之八九十了,父母需要更多去接纳有的孩子学理科可能会有困难,或者说学文科会有困难这个事实。这时候重要的是,愿意扬长避短,陪孩子选择更匹配他的方向,也许有的孩子的梦想是当厨师,因为他喜欢美食;有的孩子想做烟花设计师,这个想法也很美好。行行出状元,关键是每一个行业里面,孩子们如何获得幸福感。

3 处理好情绪才能安心学习

问:高中的孩子因为心理、情绪原因出现学习困难,父母该如何支持他们?

答:一个人的成长过程,有七情六欲都很正常,爸爸妈妈要耐受得了孩子经历这些情绪的过程。孩子需要时间整合和消化这些情绪。从原始情绪到复杂情绪,情绪有数千个词汇,当一

个孩子能解读自己的情绪,能够接受情绪,了解情绪有正向的,也有负面的,能够去整合这些情绪,那他就成长了,那他的学习困难的可能性就小。

当然我们是说排除有生理上的缺陷,如果他的生理发育都达到正常,或者说他的整个感统协调已经达到成熟和统合,那他自然就具备学习

的前提条件,但是避免不了有情绪波动。其实,有情绪是好事情,一个人如果没情绪,可能是隔离得很厉害,最后变“躯体化”了。

所以我们要帮助孩子们学会表达情绪。读懂自己情绪,就能消化;消化完了,就没有堵塞,就很清澈;既能痛快玩,也能专注学。

4 “成功乃成功之母”更符合孩子心理

问:如何增强孩子的信心,提高学习的效能感?

答:现在孩子普遍学习压力大,导致对学习的抗拒,最后变效能不高。原来我们一直说“失败乃成功之母”“表扬使人骄傲”等,其实这些都不太符合心理学原理。如果一个孩子在学习上反复挫败,会有习得性的无助,会导致他事情还没做,可能就先感受到困难,然后厌倦。

所以我要说的是,改变一下“失败乃成功之母”这句话,换成“成功乃成功之母”。也就是说当我们能帮助孩子获得一点点成功、一点点积累,最终让孩子感受到从大目标分小步骤自己是可以一点点进步的,慢慢感受到振奋感,这个胜任感的匹配度就提高了。

此外,每一个孩子,或者说每一个人都会趋乐避苦。所以我们要让孩子学习效能感高,除了要给孩子足够的安全感,让他在学习的时候不用整天想着我家庭会发生什么,然后就是提供基本快乐。说实话,当下孩子们尤其是中学生学习压力不小,父母必须及时给孩子精神价值、情绪价值,及时满足孩子的近景动机,而不是远景动机。比如,我儿子在肥胖和吃垃圾食品之间挣扎的时候,他就会问我:“妈妈我到底吃还是不吃?”我说:“你想吃就吃。”其实他猜得到我都会支持他,所以他好像已经满足到了,就是他吃的那个部分已经被满足了,反而就说“算了我不吃,我再忍一忍,我干脆到什么时候再吃”,他变得有忍耐性了。

所以你如果直接说不能吃,他会有挫败感,同时达不到减压的效果,又觉得很败兴,那我说,“可以,妈妈陪你等等”,就达到他要的那个解压的感觉了。所以说,我们要满足孩子的近景动机,就是眼前能看到的、能做到的部分。



亲子U学视频号

亲子U学微信号



时间:11月22日 20:00-21:30
地点:泉州实验中学圣湖校区大礼堂

活动预告

11月22日(本周五),泉州市青年心理咨询师协会2024年主题年会,邀请著名儿童青少年心理教育专家陈默教授开办主题讲座,讲座为公益免费。欢迎读者报名参加现场互动。

参与方式:关注“亲子U学”公众号,找到“讲座报名”菜单,点击“微信一键登录”及“参与接龙”填写信息,提交成功便视为报名成功。



人物名片

徐雪娜

心理学博士
北京大学医学部国家首批心理督导师
一线专职心理工作19年
国家二级心理咨询师
泉州市妇女儿童心理服务中心主任
泉州市青年心理咨询师协会会长