

2022, 我们克服新冠肺炎疫情等各种困难挑战, 向世界奉献了一届简约、安全、精彩的冬奥盛会, 北京也成为全球首个“双奥之城”。在冬奥申办、筹办、举办的过程中, 共同创造了北京冬奥精神。这个精神就是: 胸怀大局、自信开放、迎难而上、追求卓越、共创未来。那么, 在孩子成长的过程中, 如何让孩子传承好北京冬奥精神呢? 本报记者采访了相关专家, 本期我们一起来谈谈如何培养孩子的“胸怀大局”……



邵怡明 绘图

## 家长如何教孩子 胸怀大局

黄先生 汽车生产线工人 儿子 12岁

### 培养孩子胸怀大局要从小事做起

我今年39岁, 是北京一名初二男生的爸爸。我是一名汽车生产线工人, 我爱人是一名护士。随着孩子年龄增长, 如何培养孩子成才让我们夫妻越来越重视。

今年北京成功举办了冬奥会, 成为双奥之城, 如何在孩子成长的过程中, 让孩子传承好北京冬奥精神呢? 我和爱人还是注重从生活环境中来营造气氛。要孩子从小胸怀大局, 还是要从小事做起, 正所谓“一屋不扫, 何以扫天下”。在每一件小事中, 我们鼓励孩子认真去完成、去对待, 从做小事中看热情、看态度。但我们同时让孩子也不拘

泥细节, 不刻板于某件小事不放, 让孩子目光远大, 立长志, 不常立志。如今孩子的志向是以后成为一名汽车工程师。课外, 他也喜欢看各种汽车工程类的书籍。

在培养孩子自信方面, 其实从小就开始了, 同学们都很拼, 一比较, 孩子成绩并不算最优的, 这最容易打击孩子自信, 明明那么努力, 还是无法达到巅峰。我们就让他自己和自己比, 看看自己进步了多少, 以此树立自信。小时候, 孩子喜欢滑冰, 他一次次跌倒, 又一次次爬起来, 靠的就是自信。靠着自信, 孩子成绩从小学开始的落

后, 到后面追赶上来了, 考上了比较理想的中学, 如今成绩还是班上前列, 相信面对即将到来的中考孩子也能从容应对。

在培养孩子做事方面, 我们比较重视孩子做事情专注, 做事情不要三心二意的。可能因为我是一线生产工人, 平时爱在家里鼓捣各种器具。孩子也利用器具制造一些手工作品, 前不久, 孩子就利用各种器件组装了一个机器人。制作这个机器人持续了一个月, 如果孩子不够专注, 可能早就放弃了。孩子学习也是如此, 用专注精神来解决学习中遇到的难题。

时先生 设计师 女儿 10岁

### 先培养孩子大气宽广的胸怀

说实话, 今年北京冬奥会和冬残奥会的成功举办, 让我觉得很自豪, 也让我和孩子开阔了眼界, 成长不少。冬奥会期间, 我还报名了志愿者, 参与其中收获了别样的经历。要说培养孩子北京冬奥精神中的“胸怀大局”, 我有几点想分享:

首先, 要想培养孩子胸怀大局, 要先培养孩子从小有宽广的胸怀, 这样才能心中装下大局。日常生活中, 我们都喜欢与胸怀宽广、十分大气的人交往, 和这种人在一起

也会使我们感到特别的有安全感。所以生活中, 家长要注意自己的言行, 做一个胸怀宽广的人, 让孩子从点滴中理解胸怀宽广的含义。

其次, 要不断克服自私狭隘。比如当家里来小朋友时, 有些家长就会想和孩子开玩笑似地说“把你喜欢的东西藏起来, 以免小朋友来时看到”, 试想一下, 如果孩子身边的大人一直有这样的行为, 那么孩子势必会形成心胸狭隘的性格。

与此同时, 一定要把握好度,

要让孩子真正体会到分享的快乐, 但不能强迫孩子分享。特意教导孩子必须分享, 不允许他说“不”的话, 那谁开口都能要走他的东西。孩子这样只会学会讨好别人而已, 更可悲的是, 或许别人都只是想想, 还没开口, 他就已经为了迎合别人而把东西给了别人。这样久而久之, 他心里会积累许多压力, 长大后也会变得极容易受人影响。所以, 家长要允许孩子说“不”, 教导孩子遵从内心想法, 不喜欢就不要勉强自己。

邢女士 自由职业者 儿子 9岁

### 父母的态度和格局是影响孩子最关键因素

在北京冬奥会上, 让我印象最深的事情之一, 便是当时还未满18岁的苏翊鸣力压一众顶尖选手, 夺得单板滑雪项目的金牌。那场比赛, 我是和孩子一起坐在电视前观看的, 夺冠的瞬间, 我们都兴奋极了。

平时, 我对孩子观看电子产品的时间控制很严格, 但是在北京冬奥会期间, 我破例让他观看了自己感兴趣的所有比赛项目。有句话说得好, 不登山不知山高, 不涉水不知水深, 我一直觉得, 如果孩子没

有见过星辰大海, 就只能生活在一个世俗的、受局限的世界中。我家孩子今年9岁了, 在他3岁多的时候, 我就开始带着他旅游了。我清晰地记得, 准备上小学那年, 我家孩子认识的汉字还不到100个, 但是去过的城市却已经很多, 在和同龄孩子一起玩耍时, 他永远都是“领头”的那个, 总能想出很多游戏方法, 更让我欣慰的是, 他会观察一起玩的伙伴, 如果哪个表现出不太情愿, 他会主动过去询问, “你怎么啦, 是不喜欢玩这个游戏

吗?” 现在, 我家孩子更是成为了大家公认的“小暖男”。

对于才上小学二年级的孩子来说, 如果和他谈“胸怀大局”, 他可能只是一知半解, 无法体会其中深意。但是, 我始终觉得, 父母的态度和格局, 是影响孩子最关键因素, 我从来没有刻意以说教形式告诉孩子何为“胸怀大局”, 但是在日常生活中, 我会有意识地带孩子开阔眼界, 多接触新鲜事物, 让他在玩乐的同时打开心胸, 学会如何与伙伴、与社会、与自然和谐相处。

## 把孩子看成未来的主人 引导他们扎实做事

“双奥”火炬手、北京冬奥宣讲团成员、青少年奥林匹克教育实践专家 周晨光

家长因为长期接触社会, 都有着一定的胸怀、眼界、视野和价值观, 但孩子的生活相对来说是封闭的, 对社会的理解相对是狭隘的, 亲子之间存在很大反差。所以家长习惯用成年人的眼光看待孩子, 往往造成孩子被动地接受和被变乖以表面上讨好家长。如果家长能不断换位思考, 理解和包容孩子, 把他们看成是未来的主人, 引导他们去做事, 这样的孩子心胸会更宽广。

我们总说小故事蕴含着大道理, 把教育孩子的道理说得头头是道, 但行动起来却不行, 这牵涉到成年人的成长观问题。也就是小局和全局的关系, 其实小故事就是小故事, 孩子就是孩子, 对小朋友来说没必要拉扯什么宇宙和太宏观的问题, 不要过分强调过大的胸怀, 他们还小, 一时间理解不了。说小故事就讲小道理, 可以积少成多, 夯实基础, 不用过多讲大道理, 要从孩子的角度去感悟, 去引领和助力, 这才是优质高效的教育, 这才是对孩子负责, 也是对自己负责。

现在面对孩子做的每一件事, 都应该从“小”局开始, 从小事开始, 千万别把基调定的太高。过去的家长恨不得一上来就给孩子定清华、北大的目标, 把孩子吓到了, 过度的压力很容易产生自卑或逆反心理。家长和孩子都要做好定位, 自己就是一个普通人, 要学会脚踏实地。家长先要清晰、真实地了解自己, 我们从哪里来, 要到哪里去, 从生命、生活的角度了解自己、认识自己、认清彼此。

随着孩子逐渐变得成熟, 家长可以不断地把真实的生活和孩子分享, 而不要一味像师长一般絮叨教导, 说再多不如带着孩子一起做一点, 一起经历和感受生活中的点滴美好甚至苦辣酸甜, 孩子会在体验生活中逐渐理解家长、理解生活, 从而理解世界, 这时候家长再多说一些道理也不会被反感。

家长要把握好教育的度, 孩子超出边界时可以处罚, 但不要过度。做有效教育, 防微杜渐, 既不扼杀孩子探索的天性, 又不会超出安全的边界, 安全是成长的第一要素。换位思考, 家长如果降到孩子的高度, 不一定有孩子强, 所以有些小过错小问题其实是成长的必然, 是可以接受的, 重要在于引导其理解认识不要再犯。

很多知识是书本上没有的, 生活这个课堂才是培养孩子格局、世界观的好学校。不要抱着太功利的思想去育儿, 应该让孩子真正有机会感知人间的冷暖, 了解世界的规则法则, 孩子会有更多的感悟和反思, 从而充实他们的小宇宙, 这才有助于构筑他们未来的大世界。

家长的格局与眼光也要与时俱进, 对孩子的教育才能有效。千万不要把亲子关系变成上下级, 其实父母与子女之间是你中有我、我中有你的关系, 要具有务实的前瞻性。培养孩子是有温度的传承, 不是依靠看书、喊口号就能实现, 需要增加陪伴时间和提高陪伴质量。家长一定要努力有作为, 不能以忙工作为理由, 减少与家人相处的时光, 而应引导孩子、陪伴孩子在参与互动中掌握驾驭生活的能力。

胸怀大局是一种综合能力, 需要综合培养, 长期养成, 相伴成长, 特别需要成年人做榜样。

本报记者 任洁 马超 杨琳琳 张晶