

突破这层天花板 孩子从优秀变卓越

林 杰

2月底从美国回来,收到了一位家长对自己课程的反馈:“对我们家长而言,最大的收获就是通过林老师您和陈飞在美国的一次海边谈话,孩子的困惑和烦恼主动和您倾诉,并得到了您的帮助。也让我能够更深层次感知自己孩子的内心深处,让我和他今后的沟通相处更加顺畅,这也是作为青春期孩子家长最需要帮助的地方。”

这位妈妈所讲的海边谈话,以及孩子的困惑和烦恼,发生在2月份我带着几位初中生去美国学习三周期间所发生的一件事。

陈飞(化名)是一名来自广州的初中生,天资聪颖,在班级里能够轻松保持前3名。这不禁让我想起自己初中的一位同姓同学,上课睡觉,考试全班第一。我与陈飞以及其他几位来自全国各地的学生很有缘份,陪着他们在美国共同度过了难忘的3周。

我是一位幸运之人,因为来自

天南地北的家庭,无一例外,每次见面,都会给予我最大的信任。这种人与人之间初始信任,我非常珍惜。与此同时,接触了这么多家长和同学,我发现越来越多新一代的家庭,在教育理念以及教育投入已经今非昔比。

这篇文章要讨论的话题,是关于优秀中学生面对的一种共性困惑,也是一种成长的天花板。很多家长很难察觉到,包括很多年前我自己的父母。

陈飞的妈妈在电话里感叹我在美国短短的3周时间所捕捉到的信息,居然比她作为孩子母亲在之前的14年里都深刻。乍听起来,似乎我有过人之处,非也。这其中的秘密是因为我自己曾经经历过这种困扰和不安,因此我与陈飞产生了一种共鸣。

那么这个天花板到底是什么?家长该如何做,能够帮助自己的孩子突破这个天花板,真正的更上一

层楼?

接下来我希望通过陈飞的故事和自己作为过来人的经历,跟读者探讨这个话题,逐步揭开谜底。

因为偶然的机会,陈同学报名参加了我的寒假美国中学实战课程。刚接触几天,我对他有了基本认识:情商、智商、身体素质都超越同龄人,因此我对他这次美国行相当放心。事实上,几周下来,他的确如此。在美国课堂内外,与同龄人以及成人,与同性以及异性、老师和美国住家的相处,都相当适应。引回他回国后,对自己在美国3周的总结片段,“我自己也惊讶于我的适应”(这是原话)。

但是,这么一位优秀的个体,在美期间的一个晚上11点左右,突然发短信息告诉我说自己的心情不太好,希望与我语音沟通。我感觉到他肯定心里有事,为了能够与他深度沟通,当天晚上我与他约定,在海边散步、谈心。

面对浩瀚的太平洋,每个人显得如此渺小;呼吸着带有一点凉意的空气,一切烦恼似乎已经烟消云散。这样的一种场景布置,诗人可以吟诗,青年可以谈恋爱,当然也为老师与学生谈心提供了完美的空间。

林:你现在心情如何?

陈:还行,已经没有问题了。

林:那就好。我们要不聊一聊你之前的一些想法?

陈:嗯。

林:你当时心情不好,是不是因为想家了?

陈:其实也不是。说实话,我其实一点都不想家。(停顿几秒)但是我有一种罪恶感,所以我会心情不好。

但今天我们不仅仅远行,而且在异国他乡对父母却没有思念之情。如果将中国传统文化的标准放大来看待这种行为,是不是很容易被理解成不孝。这就是陈同学的内心负担。

青少年是一群好奇且敏感群体。因为好奇之心,他们被新鲜事物所陶醉、所降服,在短时间内心被占据;因为敏感之心,他们又会背负着很多价值观、道德标准。当两者发生略微冲突的时候,他们产生困惑、内疚、罪恶感,等等。

就程度来讲,陈飞的内心矛盾仅仅是一种轻微的困惑,回到父母身边之后内心自然会得到平静。这种现象往往会在优秀“懂事”的青少年身上,尤其是父母为了孩子的教育所做的牺牲越多,或者是有意或无意给了孩子一种父母自我牺牲的压力,那么个体的内心的矛盾可能会越强烈。

青少年如此,其他年龄段也有类似的感觉。一位大学生,在选择专

业上可能迫于父母主观或潜意识的压力,不得不做出妥协;一位恋爱中的青年,可以因为满足父母的愿望,而不得不中断一份感情;一位创业中的北漂成年人,永远生活在自己的事业和照顾父母之间的挣扎之中。

不论是哪个人群,其实最渴望的是得到父母最大的支持,而这种支持不是父母勉强的允许(这又将又会成为一种新的压力)。如果父母能够发自内心的为孩子的学业探索、感情探索、事业探索而真心开心;即使孩子犯错,即使孩子失败,父母还是会感受到一种满足感。

如果父母做到了这点,那么他们已经帮助孩子突破了成长的天花板,已经全然释放了孩子的潜力,因为孩子内心的枷锁从此被打开了。(事实上,许多父母自身是一直戴着枷锁的)

因此,我在跟陈飞妈妈沟通给予反馈的时候,最大的建议是让她以最清晰最直接的语言,大声告诉陈飞,父母的最大愿望是他自己能够走得更远,更高,而且父母必须是真心如此。

正如唐代诗人李白在《将进酒》写到的“天生我才必有用”,言外之意,每个人不均是是不一样的,而且本来天生都有自己的使命。

多彩世界

观鸟观自然 爱鸟爱世界

北京东城区和平里第四小学生命教育课程札记

赵瑞霞

生活在城市里的孩子们,时常渴望回归大自然。碧海蓝天的映衬,郁郁葱葱的树木都展现了无限生机。

人类在向自然界索取、创造富裕生活的同时,常常以牺牲自己的生存环境作为代价。人类对环境的破坏的根源在于对环境的不正确态度,因此树立正确的环境观念、推行生命教育就显得尤其重要,这对于整个人类的价值观和道德取向都有着深远意义。

鸟儿是大自然的精灵,是自然环境资源的重要组成部分。我校通过开展野生鸟类的观察与研究系列生命教育课程,引导小学生关注自然、亲近自然、热爱自然,进而产生自觉自愿保护自然的行为。在参与课程的过程中学生会尊重生命,敬畏自然。

学生的发展需要更广阔的视野,“爱鸟爱自然”生命课程是我们为了满足学生的需求应运而生的,这些课程引领孩子们拥抱自然、热爱生命、愉悦身心,在丰富多彩的生命科学实践探索中走进自然、走进生活、走进自己、走向未来,从而净化心灵,培养学生形成高尚的道德情操。我们任重而道远!

(作者系北京东城区和平里第四小学副校长)



奥森观鸟日记

王怡菲

2018年1月30日。今天在奥森观鸟真是收获颇丰,我竟然看到了十几种鸟。

一清早我们就穿戴好装备,在刘老师的带领下,开始观鸟。虽然天气有些冷,但是一想到与好朋友的相遇,心里非常高兴。

最难观察的就是戴菊了,它是一种不到10厘米的鸟,总爱在针叶丛中钻来钻去,加上其娇小的身材,想看到它的真面目可真不易呢!我们追了它很久,终于在一棵柏树上发现了它。我举起望远镜,戴菊清晰可见。它头顶中央是柠檬黄羽冠,两侧有明显的黑色侧冠纹,眼周灰白色,非常可爱。听老师讲它行动敏捷,白天几乎不停地在活动,常在针叶树枝间跳来跳去或飞飞停停,边觅食边前进,并不断发出尖细的“zi-zi”的叫声。这淘气的小家伙居然在我们聚精会神地观察时,偷偷的又溜走了。

随后,我们又来到北边的水域,没封冻的水面上集结着绿头鸭鸭群。啊!我们突然发现了一只绿头鸭和家鸭结合生出的宝宝,虽然也是绿色头

部,但是它的臀部上翘,不像绿头鸭只有4根卷翘的中央尾羽。看着它翘着屁股游来游去,可爱至极。据老师讲,绿头鸭游泳时尾部露出水面,善于在水中觅食、戏水。它特别喜欢干净,常梳理羽毛,睡觉或休息时互相照看,以植物为主食。

我们顺着湿地继续寻找,期间看到了大斑啄木鸟、苍鹭、燕雀、雀鹰、黑水鸡、白头鸭、棕头鸭、池鹭、鹤鹑等。它们就像隐匿在丛林间的小精灵,为寒冷的冬天增添了勃勃生机。我们都非常小心,安静地观察,唯恐把它们吓跑。这些鸟给我们带来了欢乐,我们要爱护它们,尊重它们,让它们永远和我们一起。

我喜欢观鸟活动。
(作者系北京东城区和平里第四小学四年级学生)

点评

语文学科教师 吕文英

王怡菲同学把自己在观鸟过程中看到的、听到的、感受到的写得清楚详细,字里行间透露出对鸟儿的喜爱之情。看起来她经常参加观鸟活动,才选择了最有特色的小鸟,写得这么灵动。尤其是她的语言十分质朴流畅,是感情的自然流露,正像伟大的作家高尔基所说“应该写得朴素,愈朴素愈好,而且愈能打动人心”。

科学学科教师 刘春燕

在大自然中观鸟的机会稍纵即逝,短短的几秒钟,要快速观察鸟的各种信息,与头脑中的信息做出对比,非常锻炼运用科学的观察方法,在短时间里通过观察获取最大量有效信息的能力。

语文学科教师 韩雯

很多人最初观鸟也许是因为好奇,随着和鸟儿不断深入的接触,好奇慢慢

变成了热爱。大自然才是最真实、最美的课堂。带着孩子们一起去观鸟,除了希望丰富他们的知识,更希望他们多多融入自然,感受自然,敬畏天地间的每一个生命。

美术学科教师 刘彤

观鸟的学生中,有我教过的已上高三的学生,繁重的课业也没有让她放弃对鸟的热爱,比我更高的个子,却依然

像小鸟一样活泼地跟我汇报参加观鸟大赛的感受,给我欣赏她笔下无比灵动的小鸟,我深深体会到了观鸟的魅力。

音乐学科教师 康建新

大自然是无穷无尽的知识宝库,是每个人的良师益友,是大家天然的运动场、音乐厅。走进大自然,寻找生命的力量和秘密,换一种环境,怀着崇敬的心去感悟生活中的真谛。

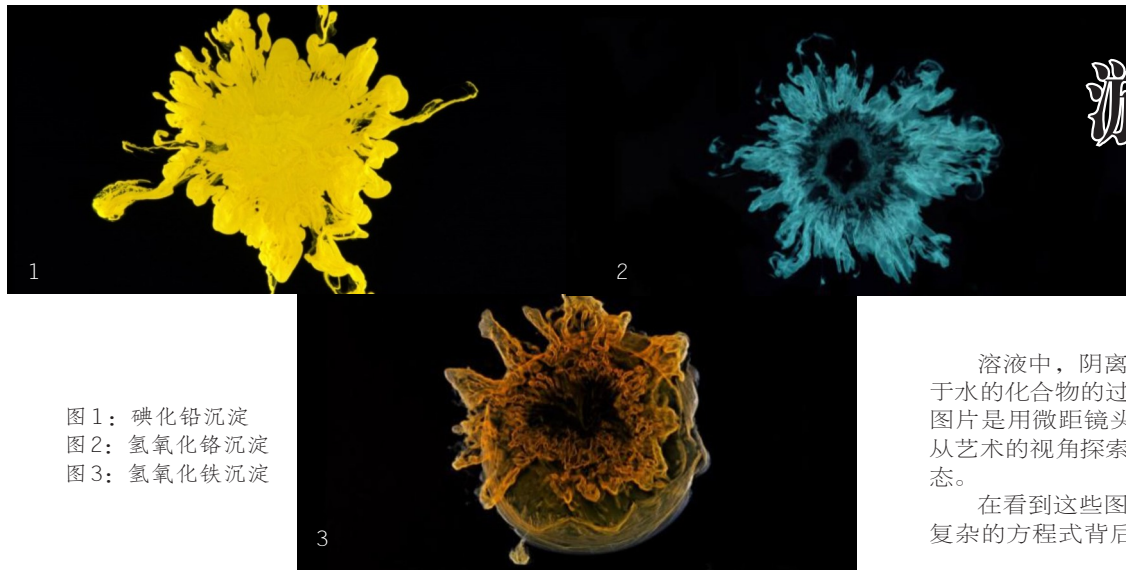


图1:碘化银沉淀
图2:氢氧化铬沉淀
图3:氢氧化铁沉淀

游弋在夜空中的精灵



美丽科学

溶液中,阴离子与阳离子结合形成不溶于水的化合物的过程,称为沉淀反应。这些图片是用微距镜头捕捉到的沉淀反应影像,从艺术的视角探索了各种沉淀物的色彩与形态。

在看到这些图片以前,也许你很难想象复杂的方程式背后是这样充满节奏的画面:

黑暗中渐次成形的沉淀物仿佛是具有生命的胚胎,孕育着微观世界的千变万化。缓慢生长的“触手”,一点点膨胀的“躯干”,它们有着自己不徐不疾的节奏,成为实验室中自由游弋的精灵。

李聪/文 朱文婷/摄影
(美丽科学和中国化学会供科普时报专稿)

量杯“小方”精准把控你的嘴

飞鱼BH1JSS

只能用3D打印机来自制制作。注意,Measurement Cube受美国专利申请的保护,你可以自行下载使用,但是不能用于商业用途或申请知识产权。

首先准备好以下材料和工具:一台可以上网并装备Cura或其他3D切片软件的电脑;3D打印机(打印尺寸100mm×100mm×100mm以上);3D打印材料(PLA材料)。

第一步:下载“小方”3D模型文件在Thingiverse.com网站搜索Measurement Cube项目,下载所有的3D模型文件。作者提供多个版本的模型,包括英制单位版本、公制单位版本、大单位版本以及一个mini版本(最大容量是标准版的一

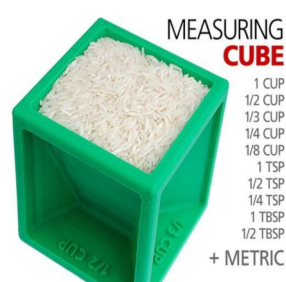
半)。下载后你可以根据需要选择要打印的模型。

第二步:使用3D打印机打印“小方”将要打印的“小方”3D模型文件(.stl文件)使用切片软件进行切片。切片软件通常是你的3D打印机附带的软件,相当于你在打印稿件前打开Word文档,设置字体、页边距等。作者建议在切片软件中将模型的填充率设置为12%,打印层设置为1mm或2mm。

第三步:等待打印机工作完成就好了,对于一个厨房里使用的量杯,应该不用太多的装饰、打磨、涂色什么的,所以当3D打印机工作完成,一个能够精准“掌控”你的嘴的伟大作品完成了。

你可能会问,使用3D打印机制作的东西接触食物安全么?我们最常用的3D打印机材料是PLA材料,(英语:Polylactic Acid的缩写)。它一般使用的是玉米、木薯提取出的淀粉,甘蔗和甜菜提取的糖和秸秆等提取的纤维素,经过发酵、脱水等过程获得乳酸。在制成3D打印耗材的时候,再加入少量添加剂和色素等,因此正规厂家生产的聚乳酸材料无毒、无刺激性气味,可生物降解,冷却收缩率较小,非常适用于打印制作食用级别的作品。不过要注意PLA材料熔点温度较低,不增强的PLA材料在67摄氏度以上就开始软化,因此不能用

来盛放高温液体。



当你看着美食节目在厨房里准备一顿大餐的时候,主持人说:准备20克食用油、50克淀粉的时候;当你跟着某减肥APP制定每天的食谱,里面说中午吃100克大米、全天食用盐不超过4克的时候,是不是快疯了?谁知道100克大米是多大一堆呀!

现在,让我们用3D打印机完成一项“伟大”的小作品,这个小作品对于爱下厨房的美食家、想要保持好身材的吃货、减肥者爱好者来说都将是一个福音。这个项目叫做Measuring Cube,中文名字量杯立方体,或者叫做“小方”吧。

“小方”量杯立方体是一个国外的开源项目,设计的初衷就是为了让厨房里的煮妇扔掉各种大大小小的勺子、汤匙、量杯等等那些不精准的家伙。它的外观是一个立方体,向内凹进各种容量的凹槽,在凹槽上标明各种容量刻度。这么好的东西,某宝上都没有卖的,目前