**你能行**

常州市新北区龙虎塘实验小学 六（1）班肖天怡家长李燕

“妈妈，我们班上同学差不多都会踢毽子，可我就是踢不好毽子，更不要说比赛了，我太难了！”

周末孩子回来跟我吐槽她担心的踢毽子活动。看着她一脸焦急无助的样子，我放下手中的活，拥抱了一下她，然后微笑着看着她说：“确实挺让人着急的！但是你难道忘了吗？你二年级的时候是怎么学会跳绳的？”

“嗯，妈妈！我从一个也跳不好，后来每天花时间练习最后一口气能跳近两百下！现在跳绳小菜一碟，不在话下，比大部分同学跳得都好！”

“踢毽子也是一样的。首先要分析和掌握好动作要领，技术上过关，需要从易到难一步步不断练习；其次，一定要沉得住气、静得下心，不怕困难和失误，反反复复练习！你能行的！”

孩子看着我肯定的眼神，干脆地说：“那我试试看！”

这是一段我与孩子周末在家一起练习踢毽子刚开始的对话。平时这样类似的沟通并不多。一是由于我们家长工作的性质和出差繁忙缘故，能真正静下来耐心倾听孩子心声与她促膝长谈的机会并不多；二是现在孩子的作业量也比以往中低年级明显多了，活动锻炼也少了，他们找父母倾诉时间也相对少了；另外，随着孩子渐渐长大，青春少年时期的他们开始不大愿意与父母分享他们的心事，他们更愿意找同学好朋友们聊一聊，但是现在家庭单元楼居住模式以及互联网电子产品的应用限制，孩子们生活环境相对封闭沟通也很少。今天周末在家，我得好好抓住这个与孩子共处的机会，好好陪伴她，原则和前提是：和孩子做朋友。

我与孩子分享了我在学校踢毽子那会是有多差劲，惹得孩子哈哈大笑，没想到她和当年的妈妈是半斤八两。不得要领，急吼吼地乱踢一气，只会给自己增加挫败感不是吗？

看到妈妈现在踢毽子是个能手级，孩子要求我多示范几遍给她看。接下来她照着做，可还是老样子，不是脚踢歪了就是毽子扔快了没接住……这个时候，我忍不住想发火：为什么看不明白？有这么难吗？真的是只小猪都学会了！气得我在心里面直跺脚。可是，我不是对孩子说过，要沉得住气，静得下心吗？这话不也是该对自己说吗？

亲子沟通教育，不是一个搏弈的过程，应该是春风化雨润物细无声的一个过程，对孩子能起到积极正向的引导，良性沟通。尊重、引导、有心理边界的沟通才是最好的亲子沟通方式。那么，我对孩子否定、生气有助于这样的引导吗？我不断反问我自己。我连教孩子踢毽子都没有耐心，那孩子又何尝会真正听从你的教诲呢？又该如何学好当下的这个踢毽子，更不用说其它的学习了。

我调整好自己的情绪与表情，压低声音并鼓励说：“不着急，不着急！慢慢来，一次不行，多练习几次，最后你才能练就一身绝活！你能行的！”

“妈妈！唉，我太笨了吧？”

“我当初也很笨，笨手笨脚的！不反复练习，怎么能突破自己呢？加油练吧！”

我一边示范，一边不厌其烦地帮她纠正动作要领。渐渐地，孩子从踢一个毽子，到能连踢两三个，半小时的时间，收获还是挺大的。孩子的脸上露出了满意的笑容。

“妈妈，我主要练习时间不够，还有就是总泄气！”

“对的，你能知道原因就好！王羲之从早到晚琢磨研究和练习书法，最后成了书圣！”

“是的，天下无难事！只要功夫深，铁杵磨成针！”

“就是这个道理！”我开心地再一次拥抱了女儿。“你想把毽子踢好，想办法多练习，你就一定能行！”

孩子愉快地哼起了歌。

孩子是一棵小树苗，她的每一次成长，都渗透着老师和家长们的心血。不论是阳光还是风雨，都能使她茁壮成长，但是你若不断诋毁和否定她，就像一把砍刀使其受到摧残。一句你能行，不仅仅是对孩子的肯定，更能激发她向更好的方向努力，同时，引导她掌握和使用科学的方法不断完善和提升，坚持不懈地努力。我相信，学好如何做一名格称职的父母，我能行，孩子一定行！