

曾经的“疑似多动症” 如今成了世界名校争夺的宠儿

王道成：在寻找和克服弱点中成长



和注意力不集中作斗争

出身在高级知识分子家庭的王道成，父母对他的学习成绩要求并不高。“小学时，爸妈几乎对我没有分数的要求，说得最多的话就是‘努力就好’。因此，小学时基本上成绩都是中等偏下。”相反，对他的学习生活习惯、兴趣培养和锻炼身体要求却很高。王道成回忆：“为了保证睡眠时间，爸妈也会在没完成的作业本上签字；三年级起，我就参加了中山东路篮球训练营。出现训练和上课时间冲突时，爸妈会主动到学校跟老师请假。此外，画画、手风琴、奥数等我都学过。”

广泛的兴趣丰富了想象力、拓展思维的同时，也给王道成带来了“注意力不集中”的烦恼：到了小学4年级，他还经常在课上开小差。没少挨老师批评的小道成甚至被老师称作“疑似多动症”。

为了帮他集中注意力，爸爸送他八个字——聚精会神、精益求精。“每次开小差，头一抬，看到贴在我书桌前的几个字就会提醒自己做该做的事情。在此基础上，爸爸还教我制定计划，包括每天放学后、周末时间的安排、学习、玩耍时间的安排等。每次做完一件事就可以休息一会儿。”

在这个过程中，有段时间，王道成迷上了电脑游戏。按照爸爸的规定：只有周末才能玩两次，每次一个小时。看到电脑心里就痒痒的小道成，有时碰到父母不在家就会不自觉的蹭到电脑桌前。“我每次都需要忍好久，才能控制自己不去碰电脑开关。后来爸妈好像抓住了我的‘命门’似的，想出了‘将玩游戏时间与作业状况挂钩’的方法：每门功课作业做得好就能得一颗星，连续五颗星就加5分钟的游戏时间，累计到周末集中使用。有时一周竟然连续得到二十几颗星。一学期下来，我的作业做得越

来越好；注意力不集中、作业粗心的毛病越来越少。”

克服弱点让自己更强

高中军训时，高大帅气、热心助人的王道成被老师指定为代理班长。开学后，人缘倍儿好的他又被同学们推选为正式班长。伴随着油然而生的责任感，王道成心理暗暗发誓：再不好好学习就来不及了。

“学英语就像盖大楼，单词就是砖头。”英语一直是王道成的弱项，于是，从高一下学期开始，他给自己定计划：每天背20个单词，每天早中晚三遍来回滚动复习。有空就和外教打成一片；每周坚持写英语日记，写完就去找外教修改。一年后，背单词就像刷牙洗脸般成了他的习惯，听说读写能力也随之明显提高：从未参加过一天培训班的王道成，托福裸考竟一次性达到了102分。

“我喜欢通过观察同学们的行为来反思自己，我也喜欢寻找弱点并克服他们。”说到这里，王道成向记者分享了一段自己从内向害羞走向阳光自信的经历。“高一学期结束学校要举办结业典礼，有人推荐我为主持人。开始我觉得很害羞、不想上台。后来想到这是自己的一个弱点，是不是借着这个机会锻炼自己呢？”想到这，他开始做起充足的准备工作。“上台后，面对200多人的舞台。尽管我很害怕、发言时小腿也直哆嗦。但第一次登台总算是完成任务了。”和王道成搭档的主持人是金中国际部的前任学生会主席，高二时，她极力推荐王道成竞聘学生会主席。在一圈外教的目光下，王道成成功地当选为新一届学生会主席。通过组织各项活动，他的自信心也逐渐强大起来。

文/现代快报记者 戴明夷

大舞台

带孩子关注 “身边的科学”

科学家庭教育活动在郑和小学举办

一个看起来注满了水的普通啤酒盖子，还能再滴入多少水滴？5月29日，在南京市郑和小学的报告厅内，家长和孩子正在做一些有趣的试验，他们发现，看似倒满水的酒瓶盖，竟然还可以滴入多达40多滴水！最终水面呈现出漂亮的穹顶状，这让孩子们惊呼不已。原来，这是中国科协青少年科技中心举办的第四届雅培家庭科学教育公益项目。

科学家、志愿者与学校老师一起，带领小学生和家长通过动手参与趣味科学实验来培养对基础科学的认知。活动材料取自简单的生活用品，比如杯子、硬币和报纸。家长和孩子通过这些实验可以发现，科学就在他们身边。自2010年进入中国至今，该公益项目已经成功地在22个城市和乡村的学校中开展，共吸引了2650多位小学生和家长，330多名科技工作者和教师参与和互动。

“水滴的试验太有趣了，水分子是相互吸引的，表面的水分子依附下方的水分子，从而在水的上方形成了一种表皮，老师告诉我们，这种特性称为表面张力。我们平常看到叶子或汽车上的水滴也是这种形状的。”雅培家庭科学教育公益项目的老师介绍，这种特性也是一些昆虫能在水面上行走的原因。

文/现代快报记者 何海燕

在人才市场 模拟自我推销

南京机电职业技术学院创新就业指导形式

眼下又快到高校学生就业旺季。南京机电职业技术学院除了坚持在课堂开设就业指导课程以外，还努力探索多元化的就业指导形式，努力为学院临近毕业的学生做好各项就业前的心理素质培训、职业素养培训以及岗前安全培训。

5月23日上午，由学院学工处牵头联络南京市人社局的人才市场，结合南京市人才市场当日举办的大型招聘会，学院把“如何投出你的第一份简历”的主题班会活动从学院搬到了南京市人才市场来举行。

学工处及系部老师首先带领学生参观了南京市人才市场，随后听取了人才市场“就业大讲堂”的一场主题为《如何投出你的第一份简历》的精彩报告，随后要求参加活动的同学在2小时内投出自己的简历，把自己“推销”出去。整个活动历时3个小时，学生们在完成活动后都兴奋异常，“这样的活动不光是听讲座，更多的是进行了就业前的实战练习。”学生们亲身感受到了人才市场招聘会的紧张与机遇，实践了平时学习的大量就业指导技能及知识。南京市人才市场的相关负责人看到学生精神抖擞、积极向上的状态后，也表示将大力支持政府与学院共同协作的就业指导形式。

文/现代快报记者 何海燕

育儿经

孩子是父母的 也是社会的

核心观点：孩子是父母的，也是社会的。归根到底是社会的，所以我们一直把孩子当作一个社会人去培养。

分享者：王先生，王道成父亲，江苏省某科学研究院副院长。

把孩子当作一个社会人培养，首先是培养他的社会责任感比如说节约意识、环保意识、爱心和同情心。王爸爸认为，家庭创造孩子成长环境，家长的言行对孩子成长起到潜移默化的作用。“为了保护环境、节约水资源，我们家洗碗基本不用洗洁精，而是用碱水；洗衣的污水全部用来冲厕所、拖地。”王爸爸清楚地记得，“他常带儿时的道成去雨花台游玩，我们就让他学着把地上的纸屑丢进垃圾桶。正是家庭环境的影响，道成养成了乐于助人、勤俭节约的好习惯，能长期坚持在同学放学后检查班级灯、空调是否关上，并承担教室里桶装水的换水任务……”

除了社会责任意识的培养，第二就是锻炼孩子坚强的体魄。“三年级就带他到体校训练篮球，现在几乎每天打

球，打球成了强健体魄、结交朋友、放松身心的重要手段。

第三就是培养良好的心态，并克服自身弱点。“道成到了小学4年级，上课还经常开小差。”为孩子集中注意力，王爸爸写了提示语贴在孩子面前，还采用了一些常规办法：如创造安静的环境；将任务分段，完成一段就休息一会儿；清洁桌面，与学习无关的移离视线。

最后就是对孩子的指导要具体。“很多家长喜欢鼓励孩子，但话语常常是空洞的，没有可操作性。家长需要具体告诉孩子怎么做才行，比如背英语单词：告诉孩子每天要重复几次，每次多长时间，然后在孩子的时间计划表中体现。”孩子听大人的话如果有了实质的进步，孩子与家长的信任就形成了。

文/现代快报记者 戴明夷

Upward Club
第11成长会

之家有儿女



家庭教育专家顾问团

本期嘉宾：

王道成父亲

江苏省某科学研究院副院长

栏目热线：025-84783604

qq群：1059469681

本期主持人：现代快报记者 戴明夷