

关于如何选学校

家长分享 2018 年 10 月

Sonya

美国 新泽西州

大家好，俊华今天让我做一个简单的分享，分享下我是怎么给女儿选学校的，以及如何和老师沟通的。我女儿现在 11 岁，读 5 年级，其实我也是还在摸索中，所以我只是把我自己摸索的过程中，以及帮女儿成长的过程中做出的一些努力跟大家分享一下，希望能给大家一些启发。

我们之前在国内呆了 10 年，之前小孩上学也是在国内，我发现小女儿有选择性缄默症是在大班的时候，那时候也不懂选择性缄默症，只是觉得小孩非常的害羞、特别的焦虑，但是那时候没有这个概念。知道这个概念是后来，两三年后在网上了解的，觉得小孩跟选择性缄默症很像。所以从那时候起我们就在讨论如何给小女儿找一个合适他的学校，能够结合她的焦虑，能够让她得到学校老师的帮助，所以一直在寻找合适她的学校，在国内那时候就没有考虑上。我大女儿是在国内小学毕业的，但小女儿因为 SM 症状，我们当时直接选了一个非常小的国际学校，学校的老师都是从美国派过来的，学校很小，每一级只有 10 多个小孩。在这过程中，也是这几年一直在学校帮着和老师沟通，在国内的这几年其实也在不断的成长，每一年都能看到她的进步。因为要带她们过美国来上学，所以 2017 年暑假的时候，我们就到美国，然后帮她们看学校，当时在家中约了一些学校，当时公立学校就没有考虑，公立学校其实很多，但是考虑到学生家里背景都不一样，因为我女儿不说话，在学校胆小怕小孩子会受到剥离，因为她不说话，又那么害羞，属于运动型的都比较弱一些，最担心的是小孩子受到剥离，心里上有压力，所以就没有考虑过公立学校，直接去找一些私立学校。然后我们又跑到东部，在新德西这边也看了几个学校，也同时看了我女儿现在上的蒙特 school，当时我们考虑到的就是：学校小一些，学生少，就可以得到老师更多的帮助，最起码学校小，老师就有精力去关心这些小孩子，如果学校大，学生多，老师确实没有那么多的时间和精力来照顾我们这样的孩子，所以当时我首先考虑的就是学校要小班级要小，学生不能太多。第二考虑的就是：学校对学生要比较关

爱，能鼓励家长到学校去，参与到学校的一些工作中去，最好的是能根据小孩子的成长不同制定不同的方案。所以我们选来选去，最后我们选的这个学校教育理念最适合我们的小孩。这个学校每一级只有 7、8 个 8、9 个学生，非常小，当然我们也跟学校的老师、校长去谈，简单告诉了学校孩子的情况，他们都很欢迎孩子去他们的学校，他们也都认为小孩在他们学校能够得到很好的成长，当时我女儿参观了很多学校，她也自己表示说喜欢来这个学校，想来这个学校上学。所以我们最后就来到了这个学校。现在证明我们当初的这个选择是很正确的。因为我们确实发现这个学校很适合我们的孩子，我们来这三个月了，通过这三个月的观察，我们确实发现这个学校对她来说，很合适。其实我们在给孩子选学校的过程中，从来没有把孩子的学业放在最主要的考虑，因为我们觉得像 SM 这样的小孩子，她的焦虑、随着年龄的增长，心理各方面的健康是最重要的，所以我们那时候从来没有想过将来学业能怎么样，主要就是她能在更好的环境成长。

上面讲的是我们在择校主要的考虑的几方面，下面就讲一讲选定学校以后，小孩子在学校里面，我们都做了哪些努力，跟学校做了哪些交流。孩子学校是 1 月 25 日开学，我们是提前了两周过来，我们发 email 给学校的招生处，提出孩子上学前要求跟学校的校长、任课老师安排一下 meeting，所以，负责招生的人员就在开学前两天，给我们安排了跟校长、跟孩子任课的老师 meeting，我们跟老师详细聊了孩子的情况，从小的成长状况，聊了孩子在原来的学校从一年级到五年级前半年都有哪些变化，比如说孩子的性格是什么样子的，至少可以让老师对孩子有一些基本的了解，将来在教孩子的过程中，知道应该怎么去更好地和孩子去交流，因为 SM 知道的人并不是很多，老师其实也都不知道，所以我准备了一些 SM 简单的介绍，在网上找了一些老师在学校应该怎么帮助 SM 孩子的资料，比如说这样的孩子，不喜欢被 push，如果你越 push，他就越紧张更不能说话，或者比如说在很多人面前不管是赞扬还是批评，不要去把这样的孩子曝光在很多孩子面前，这样孩子会更紧张。所以我就打了一个例子给老师们都看了，其实老师们都很高兴，他们认为把孩子的情况给介绍了，这样可以让他们在后期可以更好地去引导孩子。老师们当时都很高兴，我刚回去，老师们就给我发了一个 email，感谢我跟他们分享孩子的一些情况。他们表示能够帮助孩子成长，我们当时也很感动。然后第一周呢，过一两天我也会发 email 问老师孩子情况怎么样，老师也非常友好的给我回了信，告诉我孩子的一些情况，他们觉得他们也一定能够帮助孩

子成长。所以我认为跟老师的交流非常重要，能够大家互相有个了解，要经常去跟老师交流，让老师在教育过程中能更好地帮助孩子成长。

下面我就再简单讲一下老师得知孩子这种情况之后，都在学校做了什么来帮助孩子。首先第一周呢，第一周第二天老师就给她找了一个伙伴，让他带着上厕所、吃饭呀，或者班里有什么活动，就过来旁边去帮她，让她不会感觉不自在。因为小孩到了一个陌生环境她紧张，尤其是我女儿每年换老师的时候，第一两天她上厕所就很紧张，她不想跟老师说话，所以她就憋着不上厕所，然后第一天呢，老师就告诉我，她没有上厕所，然后老师第一天晚上就给我发了 email，告诉我第二天她会偷偷地去问她要不要上厕所，给她提醒下，他偷偷的是因为他不想让周围的孩子注意到，这样会让我女儿不自在。所以第二天老师就去提醒了。然后第三天，老师再提醒的时候，我女儿就说了，她已经自己跟另一个任课老师说她已经上过厕所了，所以这样慢慢地、慢慢地，她对上厕所就没有压力了，上厕所的事就这样解决了，当时我还很紧张。然后老师确实对她非常的关注，在那段时间一有什么问题，老师都会主动跟我沟通，我女儿有什么进步，老师也会发 email 告诉我，因为她们学校人比较少，有时候 3、4、5 年级是合在一起上课，有时候比如 5 年级的教 3 年级的教一个数学概念什么的。那一次，我女儿在家里自己读，我当然是要提前让她准备好，一直念反复念，这样在某种程度上能减少她的焦虑、紧张。所以她那一天就给三年级的一个女孩子教圆、半径、直径的概念，然后老师看她表现很好，就录一个视频给我发过来，老师也看到了她在进步。另外老师做的一个事情就是在某些情况下，如果孩子太焦虑的话，她就没有办法去完成她的事情，所以有些事情如果太难了，老师就不会去迫使她去做，而是去问她意见，问她是不是想做，比如前段时间，每个小孩要参加一个活动，在家她也在准备，我也一直让她练习，但是后来老师可能觉得刚开始对她来说太难了，后面就主动问我女儿愿不愿意参加。当然我女儿肯定会说，说她不想参加。所以老师也就没有强迫她去参加。当然还是得慢慢地、慢慢地让她逐渐去做一些这样的事情，但是因为她刚刚来，如果压力太大，太焦虑的话，她可能这个事情就做不好，做不好对她就是更大的一种挫折，对她后续可能影响不是很好。所以那次就没有让她做。另外有一些有难度的，老师也会跟我商量，看看小孩意向。比如有一次，有一个音乐剧的表演，每个小孩都要参加，那是要唱的，所以对我女儿来说，要唱的还要一些动作的夸张，老师觉得对我女儿来说可能有一定的困难，所以老师就跟我商量，

说要么就让音乐老师给她编一首诗让她去读，我就问我女儿她是想读呢还是想唱，我女儿就说她想读，所以其他的小孩子都会唱，我女儿呢会读这首诗，在家呢我也是让她反复练习，她念熟了这样她上了台虽然会紧张，但是背的滚瓜烂熟的话，虽然很紧张应该也能克服，最起码能把这首诗读完。然后呢，她们学校的老师确实都很热情，见了她都会主动跟她打招呼，她也会回应一下，有找到合适的时间，老师也会跟她聊聊天，找一些话题逗她笑一笑，这样就会降低她的紧张，这样在老师面前就比较放松，当然，她还是不主动去说话，但是现在有什么事情的话，她会主动和老师去谈，去说，这算是一个比较大的进步。像她原来在三、四年级的时候，她不说话，她有问题呢，就拿着书或者作业到老师那，手指一指，不说话，然后老师知道了就跟她说一说。但是现在有什么事情，她会主动去找老师去沟通。因为呢，老师也在想办法，在学校让她帮着跟其他的孩子做一些交流，因为私立学校是没有什么 IEP. 所以我女儿的情况老师经常也会做一些交流，想办法可以做一些什么，可以帮助她进步。比如老师会在一些卡片上，写一些东西，然后跟同学玩游戏。或者比如给低年级的一些学生读故事等等。比如给了 7、8 张卡片，然后让我女儿按这些卡片写的去执行，然后问我女儿最想做的事情和最不想做的事情，当然我女儿最希望的做的就是不需要主动说话的，她第一想做的就是不说话，然后又可以有伴的事情。然后老师了解以后，就帮我女儿找了一个我女儿喜欢跟她玩的女孩子，其他小孩都出去玩了，然后就让那女孩和我女儿一块儿玩，这样就慢慢地慢慢地跟其中一个会熟悉起来，反正老师就是帮她在学校找一个比较好的玩伴。还有一点就是老师会让她自己大声地读，大声读了以后，老师会帮忙录下来，再播放让她自己听，因为其实我们大多数人自己说的话自己听起来好像也感觉不大舒服，像这样的孩子更是不愿意去听自己说的，原来在家里面每次把她说的话录下来让她听，她两只耳朵都捂着，然后老师就跟我说，让我跟她说是老师让这么做的，然后我就回来告诉她，老师让你每天回来读一篇文章，然后自己录下来听，然后她就很听话，现在我每天就让她读，然后让她自己再听一遍，然后再问她一些问题，所以她现在就习惯听她自己读的东西了。我们现在在这已经几个月了，老师都在帮她，都在努力想一些办法去提高，老师也都经常发一些 email 表示有任何能帮得了她的都会愿意去帮助，也经常给我一些其他的建议，所以我现在也是，把很多精力放在思考，帮助小孩的提高，我也是会经常和老师保持一些交流，所以，我现在在这里想强调的就是老师的作用也很重要，当然呢，这三个月能看到的，因为小孩刚到这陌生的环境，对她压力其实还是蛮大的，

尤其是像我们 SM 的小孩，要主动去交朋友，主动去说话，需要一定的时间，所以我们也不能去迫使，我们只有去帮助他。在这里，我能看到的明显的变化，就是他对学校的老师都非常的信任，她信任了老师她就可以放松，她现在就是有什么事情，她就可以跟老师主动去说，比如说有时候我带她去看医生，她就会跟老师说她要离开了，还有其他的她也会主动去跟老师沟通，这些已经是很大的进步了。然后呢，我也会让她参加学校很多体育的运动，因为这样她就可以在玩的过程中放松，就可以跟其他孩子做一些简单的沟通，从这些细节中都能注意到她还是很喜欢这个学校的，主动愿意去参加一些活动。当然，像我们这种 SM 小孩子，她要进步是一个慢慢的过程，所以我们能做的就是帮助她，和老师一起来帮助她进步。好了，我今天分享也就到这里结束了。当然，我女儿现在还是需要去努力，去进步，还没有彻底走出 SM 的圈。所以呢，我们就只能尽我们的力量，找各种方法去帮助她进步。如果以后有什么新的进步或者一些新的可以分享的东西，我会继续在这个群里给大家分享的。再提一遍，我带小孩去学校之前，我们去跟老师见面的时候，我是给他一份我在网上找的资料，就是学校可以做些什么，老师可以做些什么来帮助 SM 的小孩，另外一封信就是我让我女儿之前国内的老师给这边的老师写了一封信，介绍了一下孩子的情况，她的哪些进步。需要做一些什么可以帮助减少孩子的焦虑，能够更好的交到朋友。一会儿我可以把那两个文件跟大家分享一下。