

资料图片



家庭教育是学校教育和社会教育的基础,在推进家校社协同育人,推动家庭教育高质量发展的今天,家庭教育的内涵与外延正在发生变化,家庭教育也面临着很多新挑战。“依法带娃”时代,父母如何履行好职责,做好家庭教育?怎样构建科学、系统的家庭教育体系?在2022亚洲教育论坛家庭教育分论坛上,专家、学者围绕家校协同育人、孩子健康成长等话题,展开讨论,为家庭教育出谋划策。

## 专家、学者共话家庭教育——

# 汇集每束光芒 点亮儿童未来

■ 记者 周睿 马晓冰

### 专家观点

如今,家庭教育越来越受到重视,如何启迪家庭教育新智慧,实践家庭教育新探索,开启家庭教育新未来?论坛上,专家们分享自己的观点和家教妙招。

## 徐凯文 青少年心理健康与家庭教育息息相关

24.6%;“中国儿童青少年精神障碍流行病学调查”结果显示,青少年心理障碍的时点患病率高达17.5%……大儒心理创始人、北京大学学生心理健康与咨询中心原副主任徐凯文用几个数据,直观地指出目前孩子的心理状况突出,很多孩子生活在心理雾霾中。

徐凯文是心灵咨询师,也是精神科医生,他从临床经验入手,分析了孩子们出现心理问题的原因:学业压力越来越大;亲子关系紧张;在物质满足的基础上,需要寻求人生的价值和意义,而很多孩子学习无动力,觉得人生没有价值;疫情的影响,人需要接触自然,需要游戏,需要跟同伴交往,因为疫情,孩子们的这些需求被剥夺……

徐凯文观察到,如今的青少年教育存在物质条件越丰富,孩子越无趣的怪现象,孩子们要啥有啥,就是没有快乐。很多孩子患上了“空心病”,人生没有目标,没有信仰,没有价值感,而没有这些东西的支撑,内心就会是空虚的。痛快玩才能专心地学,但现在孩子们只有专心地学,没有痛快玩,玩的权力被剥夺,因此分数越来越高,学习动力却越来越低,创造力也越来越差。

“压力,导致了孩子的心理问题,但是心理问题只是结果,不是原因,如果我们不去处理原因,结果会越来越严重。”徐凯文说。要疗愈孩子的心理问题,我们需要去反思,如今这些对孩子身心健康不友好的环境是如何造成的。家庭环境的影响是关键原因之一。家长望子成龙,总觉得考人北大清华才是教育成功的标配,于是竭尽所能地给孩子创造好的学习环境,给孩子加压。父母自认为是为孩子好,但这些都为孩子好的方式,却可能让孩子很受要啥有啥,就是没有快乐。很多孩子患上了

么,而是为了建立高质量的教育体系。治理乱象,构建教育的良好生态。”重庆师范大学教授赵石屏表示,教育本身无所谓快慢,只是在“双减”之前,教育走得太快了,焦虑情绪弥漫,慢下来则是要懂得教育的规律,把握教育的特点。

教育就像农业,不是加工业,有一个等待的过程和必须遵循的规律。赵石屏指出,孩子的成长发育是有规律的,为什么三四年级的孩子不能去学高等数学?因为他们大脑的神经系统发育程度还不支持他们学这些内容,正确的做法只有等等,报班助长只会带来副作用。孩子的社会品质也是慢慢形成的,慢下来则不达。一个孩子从步入小学一年级开始,会逐渐面对他将来的整个人生的课题:学业、职业、人际、情感……他必须自己学

着找到方法,具备解决问题的能力。而能力,需要这年累月的沉淀,一个人基础的品质也是在这个过程中形成的,比如,学会吃苦,学会共处,学会契约精神;善于合作,善于竞争,善于理解他人等。儿童的学习能力,也是一个“慢”的过程。习惯的培养、专注力的提高以及感觉学习、符号学习、体验学习、观察学习等学习方法的掌握,都是在不同的学习阶段,循序渐近地培养的。

如何进行慢教育?赵石屏把方法总结为“三允许、四克服”。一是允许尝试。保持孩子的好奇心,鼓励孩子去探索。二是要允许出错。在尝试的过程中,出错是不可避免的,慢下来等孩子自己从错误中汲取经验,才能一次又一次地进步。三是允许进退起伏。在成长过程中,孩子会遇到很多困难,没有只进不退

徐凯文曾接触过一个来访者,是一个高中生,因为学习问题曾有过轻生的行为。在交流中,徐凯文发现,孩子的心理问题很大原因来源于家庭。比如,亲子讨论什么是幸福的话题,父母认为吃饱穿暖就是幸福,孩子却不能感到幸福。父母觉得他们对孩子一直是平等、民主的,什么事都让孩子决定,可孩子却说:“你们虽然每次都征求我的意见,但我如果不按照你们的意见去做,你们就会努力说服我,直到我同意为止。所以,我总是在猜测你们想要什么答案,我的人生不是我的人生,是你们想要的人生,这样的人生我随时可以放弃。”这正是问题的症结,徐凯文说,在这种情况下,支撑孩子自尊、自我价值的如果只有学习成绩,学习成绩一旦出问题,孩子就很容易崩溃。

除了家庭原因,学校教育评价体系的单一化、学生之间的压力传递、全社会的焦虑、唯分数论的功利教育观、精神建设和道德建设的缺失等,都让孩子处于困惑和迷茫之中。这样的环境如何改变?徐凯文建议,全社会要用治理雾霾的决心来治理教育病态环境,学习不能讲竞争,考试只是为了更好地学习,而学习不能只为了考试。减轻孩子压力,要先处理好家长焦虑,重视家庭教育。“家长也需要学习成长,需要行为示范,知行合一。我们给孩子什么样的环境,他就是什么样的人。”徐凯文说,有人除了有知识,更重要的是育心、育良知。一个好的环境会让孩子幸福、快乐、有责任心,家长可以从中华优秀传统文化中汲取养分和智慧,教孩子感恩、孝敬、责任,是非、羞耻、诚信,让孩子走出心理的雾霾,健康快乐地成长。

的学生,面对孩子的退步,家长无需过于紧张,秉持择优原则即可。

慢教育还需“四个克服”。第一,克服简单化。教育有其系统性与复杂性,急不可耐不可取,教育的成效也不是一蹴而就的。第二,克服情绪化。焦虑是一种负面情绪,情绪会最直接地传递给孩子,有碍问题的解决,家长需要用理性克服情绪化,做好情绪管理。第三,克服攀比化。攀比的车轮会随着孩子年级的升高越转越快,孩子也会被裹挟赶着越来越快,最后受伤的还是孩子。第四,克服成人化。成人觉得轻而易举的事,对孩子来说可能是一座大山,家长不能站在孩子的立场上审视和要求孩子。

为什么慢下来才能赢得未来?赵石屏表示,慢教育才能符合儿童个体发育成长的规定。

### 圆桌论坛

## “后疫情”时代,家庭教育的“光”在哪里?

2020年,突如其来的新冠肺炎疫情,给我们的生活带来了很大的不确定性,在此背景下,家庭教育、亲子关系也面临着新的挑战。圆桌论坛环节,《中国教育报》家庭教育周刊原主编、中国家庭教育学会宣传专业委员会副理事长杨咏梅抛出她的问题:大人很焦虑,孩子不快乐,为什么很多家庭活得没有“光”?身处后疫情时代,家庭教育的“光”从哪里来?

### 疫情之下 家庭教育面临更大挑战

近几年,由于疫情反复,孩子们的生理和心理或多或少都会受到影响,出现一些问题。有数据显示,新冠肺炎疫情以来,全球增加了5000多万的抑郁障碍患者和7000多万的焦虑障碍患者;“当看到一个孩子呆木的眼光、忧郁的家长,以及那些还没有来得及救助的孩子,我非常心痛。”亚洲教育北京论坛副秘书长李昭云说。李昭云从事教育事业20余年,目前专注于青少年心理健康问题,他认为,要克服疫情带来的困难,无论是孩子还是家长,都急需补上生命教育这一课。社会各界也要行动起来,整合有效资源,创建一种高效、科学的机制,切实帮助到每个家庭和个体。

青少年时期是孩子对社会环境高度敏感的时期,缺乏正常的社交接触对孩子认知、情感、关系的发展会产生很大影响。孩子们容易出现学习无动力,对真实世界无兴趣,社交无能力,对生命价值无感受等状况。

外部环境严峻,家庭环境也不乐观。大儒心理创始人、北京大学学生心理健康与咨询中心原副主任徐凯文在近年来的调研中发现,中国一些城市的离婚率高达60%~70%,甚至在一个班级里,有三分之二的孩子来自于离异家庭。徐凯文表示:“家庭是社会的基石,家庭的瓦解将带来严重的社会问题。”孩子为什么出问题?徐凯文借北京大学前校长林建华的观点给出解答:“无论是家庭、学校或社会,塑造一个健康的、友善的、有爱成长环境提供给孩子其中的人,孩子则不会出问题,也没有理由出问题。现在是环境出了问题,所以,我们要让环境‘亮’起来。”

全国百名德育科研专家、成都市青羊实验中学集团原校长李应明也表示,家长的期待也是动态的,用建设性的方式开发孩子的自主性,保持教育的稳定感,才能让孩子体会慢慢成长的过程。“教育的常态是以学校制度化的教育为主阵地,家庭教育活化的教育为基础、社区教育来协同,提供支持与服务。”赵石屏说,在这样一个良性循环的教育系统中,孩子才能拥有更大、更好的成长空间。

李应明则从家长学校、家长沙龙、线上及线下的家庭教育讲座以及“每周一招”的个性化指导等家长培训方式入手,指出学校教育应该从宏观到微观,从理念引领到一对一指导,为家长提供学习机会和切实的帮助,给家长在家庭教育中遇到的具体问题支招。

家庭教育中,孩子是必须关注的主体。此次圆桌论坛,邀请到一位来自成都市树德实验中学(西区)初一的学生林淼淼,通过她的视角来“检验”讨论中的家庭教育的技术与道是否切实有效。当被问及某家庭教育杂志列出的“拿我和别的孩子比较”“处处贬低我”“随意侵犯隐私”等父母的“十宗罪”中,孩子最讨厌哪种时,林淼淼表示,在和同龄人的交流中,有一个家庭的一对双胞胎女儿,成绩良好,但十分抗拒社交。沟通后发现,原来孩子所处的家庭环境,常常是父亲抽着皮带,把带着作业的孩子赶去做饭,母亲则在一旁夺上前,无可奈何。李应明指出,家长有家长的焦虑和不容易,但以暴力的形式转嫁给孩子是不正确的,孩子受到的伤害更是难以估量的。家长要照顾好自己,才能为孩子提供一个积极正向的成长环境。

“家庭教育的‘光’从哪里来?经过讨论,似乎有了答案,‘光’来自家庭的友爱、家人间的相互支持,家庭的韧性、共同学习的态度……”“有危机的时候,也是最容易改变的时候。”徐凯文说,“我们要看到希望和可能性,向‘光’而行。”

当孩子出现问题,家长应该怎么做?杨咏梅将在场的专家、学者比作家庭教育的“救生员”,而“救生员”们也分享了他们正在实践的做法和建议。

完善“蓉城家长成长计划”也是推进的重点,将以“部门联动+体系孵化”的服务模式,统筹协调政府、学校、社会、家庭等资源,建设政府主导、多元联动的家长成长支持系统,并根据不同对象的不同需求和发展维度,构建个性化的课程体系、活动体系和服务体系,助力家长精准把握家庭教育的科学育人理念和育子方法,提高家庭教育能力,引领家长学会智慧应对家庭中的各种问题,创造良好的家庭氛围,以家长成长为护航孩子健康发展。



## 洪明 推进家庭教育学科化建设

家庭教育是每个人受教育的基础,其影响伴随人的一生。做好家庭教育工作离不开社会的重视和努力。“构建家庭教育体系化”是新时代家庭教育实践向前、向好发展的必经之路。

“家庭教育体系化建设必须回答两个问题。第一,如何从实践上构建覆盖城乡的家庭教育指导服务体系?第二,如何从理论上构建家庭教育学科?”中国青少年研究中心少年儿童研究所副所长、中国青少年研究会副秘书长洪明说。如何构建家庭教育学科?洪明从家庭教育学科的基本定位、研究对象、教育影响等方面给出了他的解答。

家庭是人生的第一所学校。家长要做好榜样,上好孩子的“人生第一课”,需要回归家庭教育学的基本定位,明确家庭是一所怎样的学校。洪明指出,教育学是十三大学科门类之一,其下的一级学科分别为教育学、心理学和体育学,而教育学中又设有若干个二级学科,如学前教育学、高等教育学、成人教育学、职业技术教育学等,但其中没有家庭教育学的学科位置。

“推进家庭教育学科化建设,将家庭教育纳入教育学的学科门类,是由理论和实践的共同

需求决定的。”洪明说,目前,家庭教育中存在着教育内容“重智轻德”、服务对象“重孩子”而“轻家长”、培养目标多为“成才”,忽视“成人”及社会支持系统尚未健全等问题。“家庭教育不能是一盘散沙,家庭教育学科应具备明确的研究对象、基本问题、基本使命,以及与传统教育学之间的再联系。这是目前急需思考的问题。”

今年1月1日,《中华人民共和国家庭教育促进法》正式施行。其中,“家庭教育”的法律定义为:“父母或者其他监护人为促进未成年人全面健康成长,对其实施的道德品质、身体素质、生活技能、文化修养、行为习惯等方面的培育、引导和影响。”洪明表示,培育、引导和影响正是家庭教育学需要的研究问题,也是家庭教育应发挥的功能。家庭是兼具教育功能的组织,教育功能的实现建立在其他功能基础之上,又影响着其他功能的实现。除了教育功能,家庭还包括经济功能、文化功能、繁衍生育功能、抚养赡养功能、情感依恋功能等,切勿为实现教育功能而破坏其他功能。

洪明以英语学习为例指出,有些家庭因辅导孩子英语学习效果不佳,也没有找到正确有效的解决方法,通过强制执行命令、严厉批评等方式督促孩子,最终导致家庭的其他矛盾爆发,这便构成了一种错误的教育行为。“家庭其他功能应该为教育功能创造条件,才能发挥出家庭教育的自身功能与优势。如果一个家庭不和谐、不团结、不友好,家庭的教育功能也无从实现。”洪明说。

家长作为家庭教育的主体,在孩子呱呱落地的那一刻自然而然地赋予了教育者的身份,那么,家长该如何当好教育者?洪明给出建议,孩子6岁以前,承担对孩子的教育责任,以合理期待、正确的方法、合适的活动内容培养孩子;做好合作者,家庭教育应与学校教育同心同力,相得益彰,整合教育资源,通过有规划地选择环境,分配资源,帮助孩子全面发展;优化教育关系,亲子关系、伙伴关系与教育关系,更好地引导孩子。

生活中,怎样对孩子产生最佳的教育影响?洪明认为,家长要学会生活、立规矩、会沟通,既体现家庭场域的生活性,又将德智体美劳的素质培养融入日常生活,为孩子的全面成长赋能。



美国疾病控制预防中心(CDC)的数据显示,与2019年相比,2020年3月至10月间,美国5—11岁和12—17岁儿童的心理健康急诊就诊量分别增加了24%和31%;2021年,中国国民心理健康调查显示,青少年抑郁检出率达到了



去年,“双减”政策的出台,在制度层面为减轻学生课业和课外负担提供了支持。但要切实减轻学生负担,减少家长焦虑,还需教育观念“慢”下来,才能让教育回到常态。“‘双减’的最终目的并不是为了减什

### 案例分享

为挖掘中国家庭教育体系化发展的新典型,论坛评选出了一批中国家庭教育体系化发展典型案例,广东省和成都市关于家长学校建设和家庭教育体系化建设的经验分享,为区域推进家庭教育发展指明了路径。

## 广东:办好家长学校,推动家庭教育高质量发展

作为改革开放的前锋阵地,广东省的家庭教育和家长学校工作起步较早。2012年,开始探索建立优秀家长学校,2014年,在教育部关工委、中国下一代教育基金会和中国关工委事业发展中心的指导下,广东省又开启了探索区域推进、创建规范化家长学校实践示范区的新路径。

规范化家长学校实践活动实践区什么样?广东省教育系统关工委常务副主任范海星分享了实践区的建设经验。

要建设规范化家长学校实践示范区,首先要建成新型的成人教育机构,采取新型的办学形式,要具有成人教育和学校教育的双重性,适合和适应新时代家庭教育的需要,以家长为学员,形成办学新格局,充分发挥区域行政优势和资源优势,发挥中小学、幼儿园家长学校作为指导家长教育主渠道、主阵地的作用。

此外,还要实施办学新理念。实践区的小学校、幼儿园办家长学校,有一套规范的办学模式——常态化地开展活动,以科学为指导,使家长学校成为实实在在的规范办学的成人教育机构。

有了新格局,还要有新模式。要实现家庭教育全覆盖,以班级为单位是较为合适和接地气的方式。班主任对班里孩子的情况、家长的情况以及家长和孩子焦虑的

问题都比较了解,通过培训和学习,班主任也能够很好地承担起主讲教师和组织者的职责。

规范化家长学校实践活动如何开展?广东的经验是,坚持以教学为中心,遵循教学三项基本原则。首先是依托校本课程体系,教学必须以《全国家庭教育指导大纲》为依据,运用教材组织教学,针对不同年龄段孩子的家长,有重点地选择不同主题,形成课程体系;其次是尊重规律抓特点,尊重成人教育规律和特点,以指导自学为主,以业余时间为主,组织好家长的自习;第三是案例教学求实效,以案例入手,解决家长的具体需求,让家庭教育指导更具实效。

值得注意的是,家长学校的教学分为集中上课模式、指导自学模式和教学实践模式,三种教学环节形成一个完整的教学过程,全方位赋能家长。三个教学环节,班主任必须全程参与指导。家长学校每学期不少于4个学时的集中授课,讲授科学育儿的知识技巧;班主任指导自学每个月不少于一次,在指导之前,班主任要制订好内容;教学实践环节包括每学期组织适量的家教沙龙、分享会、读后感交流等教学实践活动,全面拓展、巩固家长的家庭教育知识。

截至今年10月,广东省已建成79个实践区,有8112所中小学、幼儿园参与其中,形成了12万名以上的班主任组成的家庭教育指导队伍,惠及400多万名家庭。

随着《中华人民共和国家庭教育促进法》的实施,家庭教育从家事上升到“国法”。在这样的背景下,县级以上的人民政府、地方政府要成立家庭教育服务中心,这对新时代家庭教育提出了新要求。

近年来,成都市在构建家庭教育指导服务体系方面做了许多有价值的探索,成都开放大学党委书记、成都市教育学会家庭教育分会会长周继平分享了家庭教育发展的成都实践——从创建儿童友好城市入手,用儿童带动家庭,家庭影响社区。

成都继北京、杭州以后,第三个被教科文组织命名的全球学习型城市,而学习型城市建设的六大主要任务中就包含了活跃的社区与家庭教育。近年来,成都市强化了学校家庭教育的工作指导,丰富了学校指导的服务内容,发挥好家长委员会的作用,共同办好家长学校。2020年6月,成立了成都开放大学家庭教育学院,在社区教育的四级办学体系架构下,做

## 成都:探索覆盖城乡的家庭教育服务体系

“1+22+X”的家庭教育指导。1指社区大学,22指县(市、区)261个乡镇和3034个村,X包括若干的家庭和服务于家庭教育的教育机构,形成了具有成都特色的网格型家庭教育工作体系。

在推进过程中,政策保障是重点。2017年,成都出台了《成都市社区教育促进条例》,2019年,出台《学习型城市建设的提升行动计划》,今年,《成都市社区教育建设规划》即将发布,将明确家庭教育指导服务的标准与规范。这些政策的出台,为家校社协同育人机制建构奠定了基础。

有了政策保障,还要构建体系。成都市家庭教育指导服务体系,首先是资源赋能,把办事机构放在成都开放大学家庭教育学院;其次是指导服务,县级以上的人民

政府、地方政府成立家庭教育指导服务中心;第三,成都市教育学会专门成立家庭教育分会,进行理论研究,提供智力支撑。2021年6月,成都市家庭教育指导服务中心正式成立,今年将对县(市、区)全覆盖,建立成都市家庭教育指导服务工作联动机制。此外,积极组建家庭教育师资队伍,把各县(市、区)的老师作为种子老师,从市级培训开始,逐渐下沉,打造专业规范即将发布,将明确家庭教育指导服务的标准与规范。这些政策的出台,为家校社协同育人机制建构奠定了基础。

有了政策保障,还要构建体系。成都市家庭教育指导服务体系,首先是资源赋能,把办事机构放在成都开放大学家庭教育学院;其次是指导服务,县级以上的人民

政府、地方政府成立家庭教育指导服务中心;第三,成都市教育学会专门成立家庭教育分会,进行理论研究,提供智力支撑。2021年6月,成都市家庭教育指导服务中心正式成立,今年将对县(市、区)全覆盖,建立成都市家庭教育指导服务工作联动机制。此外,积极组建家庭教育师资队伍,把各县(市、区)的老师作为种子老师,从市级培训开始,逐渐下沉,打造专业规范即将发布,将明确家庭教育指导服务的标准与规范。这些政策的出台,为家校社协同育人机制建构奠定了基础。

政府、地方政府成立家庭教育指导服务中心;第三,成都市教育学会专门成立家庭教育分会,进行理论研究,提供智力支撑。2021年6月,成都市家庭教育指导服务中心正式成立,今年将对县(市、区)全覆盖,建立成都市家庭教育指导服务工作联动机制。此外,积极组建家庭教育师资队伍,把各县(市、区)的老师作为种子老师,从市级培训开始,逐渐下沉,打造专业规范即将发布,将明确家庭教育指导服务的标准与规范。这些政策的出台,为家校社协同育人机制建构奠定了基础。

有了政策保障,还要构建体系。成都市家庭教育指导服务体系,首先是资源赋能,把办事机构放在成都开放大学家庭教育学院;其次是指导服务,县级以上的人民

政府、地方政府成立家庭教育指导服务中心;第三,成都市教育学会专门成立家庭教育分会,进行理论研究,提供智力支撑。2021年6月,成都市家庭教育指导服务中心正式成立,今年将对县(市、区)全覆盖,建立成都市家庭教育指导服务工作联动机制。此外,积极组建家庭教育师资队伍,把各县(市、区)的老师作为种子老师,从市级培训开始,逐渐下沉,打造专业规范即将发布,将明确家庭教育指导服务的标准与规范。这些政策的出台,为家校社协同育人机制建构奠定了基础。

身学习,与孩子共成长。此外,还将建设家庭教育共享服务平台,构建政府、家庭、学校联动的家庭教育系统,助力家长的终身学习。

完善“蓉城家长成长计划”也是推进的重点,将以“部门联动+体系孵化”的服务模式,统筹协调政府、学校、社会、家庭等资源,建设政府主导、多元联动的家长成长支持系统,并根据不同对象的不同需求和发展维度,构建个性化的课程体系、活动体系和服务体系,助力家长精准把握家庭教育的科学育人理念和育子方法,提高家庭教育能力,引领家长学会智慧应对家庭中的各种问题,创造良好的家庭氛围,以家长成长为护航孩子健康发展。

下一步,成都市终身教育学分银行将建设家长学分银行,对家长的学习积分进行积累和转换,鼓励家长终身

