

家庭是人生第一所学校，帮助孩子扣好人生第一粒扣子

## "双减"之下， 家校沟通何为？

刘华锦 刘嘉敏

近年，国家出台了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》、《中华人民共和国家庭教育促进法》和《关于指导推进家庭教育的五年规划（2021—2025年）》等系列文件，着重强调了家校沟通的重要性。尤其在《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》中，专门提出了要“完善家校社协同机制。进一步明晰家校育人责任，密切家校沟通，创新协同方式，推进协同育人共同体建设”。

家庭与学校是学生受教育的主要场所，通过家校沟通，达成共识，形成合力，可助力“双减”工作的有序、高效开展。良好的家校沟通不仅为孩子健康成长营造良好氛围，亦对家长育儿素质提升大有裨益；不仅有利于教师综合素质提升，亦有助于学校品牌与形象的打造。此外，“双减”政策推行以来，家长面临着“转变教育观念，缓解教育焦虑”“工作家庭两手抓，亲子陪伴要求高”等家校沟通新要求和新的挑战。为此，学校和家庭应遵循良好的家校沟通原则，明晰家校沟通的关注点，积极探索家校沟通的艺术。

### 平等、共情、共育， 良好的家校沟通原则

沟通是一门学问，良好的沟通能力、恰当的交流方式是家校合作的前提和保障。“双减”之下，家校双方的沟通需要遵循平等民主性原则、共情性原则和共育性原则。

平等民主地沟通，教师和家长才能成为沟通的主动方。家校应在平等民主的氛围中共同培养孩子，不被无休止的作业、题海和考试所裹挟，以放松的心态倾听孩子内心的声音，关注孩子各个方面的和谐发展，给予孩子被尊重和被接纳的感受，促进孩子的可持续发展。

共情更能产生信任感。教师对学生的爱应该是一种真挚的爱，不带任何功利色彩的爱，当孩子们感受到教师的爱时，就会把这种爱回馈到教师身上。而当家长也感受到教师对孩子无私的爱时，家长更容易对教师产生信任感，对教师说贴心话，进行更深入和有效的沟通。这样的沟通能够让教师和家长双方产生共情，这既能激发教师的教育热情，又能调动家长参与学校工作的积极性。

在家校共育中，需要学校和家

长履行各自的职责，共同教育孩子，促进孩子的健康成长。“双减”之下，学校要发挥教育主阵地的作用，从布置作业、课后服务、提升教育质量和家校合作等方面履行相应的职责。家长要履行“密切家校联系”“更新育儿观念”“融洽家庭氛围”和“引导孩子合理利用在家时间”等职责。

### 缓解教育焦虑，用 真诚的态度沟通

家校沟通需要真诚性，真诚是家校沟通的先决条件。在“双减”政策的推行过程中，为了促进家校沟通有针对性和实效性，教师需要把真诚放在首位，因为教师沟通的态度将直接影响到与家长沟通的效果。同理，家长在沟通时也需要放下对教师和学校戒备心理，用真诚的态度与教师对话。

沟通中，教师和家长都应先站在对方的角度来看待问题，从而理解对方的情感和认知。教师要理解家长在“双减”政策推行后的教育焦虑，诸如“家长担心降低平时考试难度难以应对中高考”“家长面临孩子管理和辅导的现实问题”等，通过沟通教给

家长有效的缓解教育焦虑的方式和方法。同样，家长要理解教师的工作，认识到教师与家长的育人目标是一致的，其协同行为的出发点和最终归宿都是为了促进孩子的健康成长、全面发展，与教师积极友好地交流，配合学校工作，为推进家校协同扫除障碍和阻力。

家校沟通还需要内容形式选择得当。“双减”的本质并不在于“减”，实质是要给孩子更大的发展、生长空间。所以家校沟通的内容不再像以往一样仅仅局限于学生上课听讲、作业完成和学业成绩的交流，而是更加开放与多元。因此，针对不同的沟通内容，可以选择不同的沟通形式。需要及时反馈的问题可以选用电话、视频等及时有效的方式；需要得到理解和帮助的问题可以选用能听见语气和态度的电话沟通方式；对实效性传递稍弱的问题，可以选择短信、微信等留言的方式，交流能更轻松、灵活。除了线上的交流，更多时候，家校沟通还可采用面对面的沟通方式。通过面对面地沟通，教师和家长双方都能洞悉彼此当下的态度、表情、状态，对于一些需要深入交流，或是交流时间较长的问题可以采用这种形式。

### 有效对话，学会沟 通的艺术

家长和老师之间并不缺乏沟通的机会，但沟通的有效性值得我们追问。与不同类型的家长沟通，需要讲究沟通的技巧和艺术，实现家校共育的最大合力。

平等待人是奠定友好沟通的基础。教师作为家校沟通的主导方，在沟通中占有优势地位。在与家长的沟通中，无论家长的文化水平如何、社会地位高低，无论是否喜爱该家长的孩子，教师都应该以平等待人的心态和互相合作的意识跟家长沟通。只有抱有平等的观念，才能在言行之中让家长感觉到真诚和善意。同样，家长在与教师沟通过程中，应该以真诚的态度，平等、客观地向教师讲出自己的想法与困惑，而不是被动地参与沟通，被动地聆听教师的讲话。只有这样，家校沟通才能有效果、有效率、有效益。

耐心倾听，是建立有效的、互动式交流的关键所在。耐心倾听不是一种生理活动的表现，还是带着一种目的性去用心理解和思考的生命活动，更是一种对人以示尊重的美德。作为教师，应耐心倾听家长表达

的每一个想法和困惑，不将自己的想法强加于家长身上，这样才能从中捕捉到有效信息帮助家长思考和分析。反过来，家长也要虚心听取教师给孩子及自己提出的建议，在对教师的工作给予充分支持和理解的同时表达自己的见解。当家长和教师的交流是一种双向的活动时，家长才不是被动地听教师“说教”，而是真正地听到教师的述说，并且做出适当的回应，双方的信任和尊重就开始建立起来了。

如果说沟通是人与人之间相处的桥梁，那么理性沟通则决定这座桥梁的稳固程度。用好理性沟通，能让沟通达到事半功倍的效果。在家校沟通中，难免会遇到家长或教师一些偏颇、片面或者不符合事实的结论等情况，这就需要沟通中的另一方运用同理心，感知对方的情绪和认知，并对其表示理解和认同，在消除对方不良情绪的情况下再进行沟通。这样才会为沟通的顺利、有效进行提供保障，达到“良言一句三冬暖”的效果。

（作者刘华锦系成都大学师范学院家庭教育研究所所长，刘嘉敏系成都大学师范学院2022级小学教育专业研究生）

## 春天的 练习

张正

绿，一天天地浓了，花，一天天地繁了，春天真的来了。这么好的时光，不能辜负啊。我约女儿出去看花，做一次观察的写作练习，选出16种花，我们确切知道名字的，为每种花写一句话。为什么是16种呢，女儿生在这个姹紫嫣红的季节，刚刚过完16岁生日。

我们小区旁，有一条樱花大道，路两侧的行道树果真开满了无数的樱花。这个季节，枝头缀满了艳丽的花，跟桃花差不多的粉红，却比桃花丰腴、热烈。小区楼下也有好多株，出了单元门就能看到，就能被它热情奔放的颜色吸引。女儿给它的评语是：“开出硕大的花，泪型的瓣，给人烂漫的感觉。”

什么叫“泪型的瓣”？花也有泪？我不懂。且不去管它，这是女儿说的，女儿懂就可以了。

有一种花，我不知道名字，女儿竟知道，生物老师带他们在校园里认过。原本是我带她到大自然中来学习，现在，却变成我要向她学习了。她说，这叫红花榿木。一蓬一蓬的，也是一树耀眼的红花，细细碎碎，丝丝缕缕。女儿这样描写它：“远看是一丛红色的灌木，近看才知是一树花。”不是细看，我还真当它是红色的叶子呢。你看，这个季节，红叶石楠冒出的新叶，红叶杨冒出的新叶，还有许许多多我叫不出名字的树，它们的嫩叶都是深红色的，跟花一样好看。

幽幽曲径旁，蝴蝶兰正开得妖艳。我见到的这个品种，三重瓣，每层三片，由外向内，渐次变小，最外面的一层，每片瓣上有一点鲜艳的黄色。这种花给我的感觉太艳丽了，是一种摄人心魄的华美。想不到女儿的判断和我一样，她是这样写的：“粉紫色的花，像蝴蝶似的，做腾凤状，不完全像真的蝴蝶，却更可爱，更迷惑人心。”我不知道，十几岁的女孩子，是怎么想到“迷惑人心”这个词的，但在这春天里，我们都被迷惑了。

真可惜，许多花，美得很，我们却叫不出名字。有一种金黄的，一元硬币般大小的话，女儿说可能是某种蔷薇，又不能确信。我说像菊花，可开得不在季节。蔷薇科的花，似乎也不是这个季节开。本想放弃观察它的机会，又不舍，我用手机查了一下，竟是大名鼎鼎的棠棣，幸亏没偷懒。脑海里同时跳出的，还有《诗经》里的句子：“棠棣之花，鄂不韡韡，凡今之人，莫如兄弟。”这是我国诗歌里最早赞美兄弟友爱的篇章。

还有一种洁白的、细碎的花，密密的，花瓣像桃花，每朵五瓣，树枝稠而细，主干高度也如桃树，女儿喜欢，我猜测是观赏李的一种，继续用手机查，模样接近，似是而非的却太多，大概有了人工培育的痕迹吧，终究不敢确定，只得忍痛割爱。我们看过小区里的花，又开车到郊外，去看更多的花。

在田野，我们看到了蓝色的婆婆纳、金黄的蒲公英、大片的油菜花，女儿一一在便笺上写下想对它们说的话。加上之前我们记下的迎春花、山茶花、紫薇等几种，总共有15种了。我们再也找不到自己能确切叫出名字的第16种花。急中生智，看到路边有一株垂柳，柔长的枝条上缀满了毛毛虫一样的花，我建议女儿，要不，就拿柳花算一种吧？女儿却不喜欢这种花，或许她认为，非红非紫的，不能算花。后来，在一个小村庄的上空，女儿看到红红紫紫的一片，惊呼：“那是什么花？”原来是泡桐花。这才凑齐16种，完成我们这次春天的练习。

回家的路上，我为女儿总结：“我们爱春天，可我们并不能准确说出每一种花的名字，我们必须通过学习，知道得更多。各种各样的知识，就像春天的花，我们不认识的，永远比我们认识的多。”

### 家教快讯

## 共创文明典范城市，家校社企在行动

本报讯（冉华平 摄影报道）为提升社区青少年儿童科技与文化素养，共创文明典范城市。成都高新区石羊街道新街社区明远美育空间联合成都高新新源学校、电子科技大学信息与通信工程学院、成都现代有轨电车有限公司等，以“科技与文明”为主题，开展了“沐浴书声科普春风，共创文明典范城市”系列公益文化活动。

2023年新春开学以来，电子科技大学信息与通信工程学院电子工程系研究生第五党支部利用周末时间，以“认识电路”为主题在明远美育空间开展了系列科普公益活动。活动现场，志愿者老师深入浅出地为孩子们详细讲解电路组成、电路连接和用电安全，指导大家利用教具搭建线路模拟安装照明与红绿灯，探索电机的工作原理，

孩子们通过动手实验使手里的小灯泡亮了起来，小电机转了起来。

3月11日是成都地铁文明乘车日，当天，成都现代有轨电车有限公司的志愿者以“认识有轨电车”为主题，通过有奖问答的方式让孩子们进一步了解了文明乘车与安全乘车的注意事项，并详细讲解了有轨电车是如何获取电量以及在无电线的路口是如何运行的，每个问题的背后都是满满的科技感。“一直觉得科技很复杂、很神秘，没想到这么好玩。”活动现场，一个孩子开心地说。

据悉，新街社区、明远美育空间及新源学校自2022年1月探索家校社企共建共育服务模式以来，不断吸引周边高校与企业的积极参与，让社区文化建设取得了良好的服务创新与服务

成效。一年来，在各方共同组织下，共开展近60场公益文化活动，线下服务居民儿童近2000人次，线上阅读量达1万人次以上。其中，“明远书声”读书分享会、“书画艺术体验小课堂”“明远通识微课堂”“非遗迎春”等一系列活动，已成为社区品牌文化品牌，极大地提升了社区文化服务品质，丰富了孩子们的寒暑假及周末文化生活。

“我们举办的每场活动都凝聚了家校社企各方的智慧和力量，希望通过这种长期文化浸润和熏陶，将‘科技与文明’的种子根植在孩子们的心田，让社区青少年文化服务建设成为城市的文明亮点，为成都文明典范城市创建贡献力量。”新街社区相关负责人表示。

## 孩子的教育，离不开家校配合

刘万祥

“教育”二字，包含着“教”与“育”。老师传授知识，家长养育孩子。孩子的教育，离不开老师和家长的共同配合。

很多家长以为把孩子送进学校，孩子的教育就可以全部仰仗老师了。其实不然，为什么同样的班级、同样的老师，孩子的表现却不一样呢？因为教育孩子这件事不能全靠老师，家长发挥着重要作用。

孩子良好的品行、习惯，读书的兴趣和长久的幸福感，需要家长在日常生活中引导和培养。孩子成长的每一步，都需要家长的参与。

很多家长认为，孩子的学习靠

老师教，成绩的好坏应该由老师负责，这可以理解。学校是教给孩子知识的地方，老师在孩子的学习中发挥着重要作用，但孩子成绩的高低，家庭教育也很重要。家庭教育不到位，不仅会抵消学校教育的效果，还会给孩子发展造成一定的消极影响。

试想，孩子上课时听得再认真，回到家里却完全不学习，成绩能提高吗？细心观察那些成绩好的孩子，他们身后常常都有一个给力的家庭，他们的父母不一定是高学历或能力有多强，但一定会给孩子提供一个良好的家庭氛围和成长环境。

韩愈在《师说》中这样写道：“师者，所以传道授业解惑也。”意思是说，老师是传授知识、教授学业、解答疑惑的人。老师教的是课本上的知识，而课本之外的，是家长的育。父母的一言一行都在潜移默化地影响着孩子，有了老师的教，还要有家长的育，教育这件事才完整。

一个好的老师，或许能够影响孩子三五年，但家长的影响力却是一生的。家庭教育好比植物的根苗，根苗茁壮才能枝繁叶茂、开花结果。

在孩子成长的点滴过程中，父母要舍得投入精力、乐于担当，更要通

过自己的言行影响孩子，成为孩子的榜样。要知道，家长的言传身教，比孩子的自我约束更管用。而教育好孩子，应该是每一位家长最重要的事业。

父母是孩子的终身老师，无论父母事业上多么成功，也抵不了在教育孩子上失败所带来的后果。一些父母惯孩子，不忍心让孩子受罪，不舍得让孩子吃苦，孩子也就越来越经受挫折，越不能独立、自强。养育孩子，不仅仅是让孩子吃饱穿暖，更重要的是能够引导他今后的人生。每一个优秀的人背后，都有一个“狠心”的父母。在“狠

心”父母的教育下，孩子才能一步一个脚印，慢慢走向成功。

生活中，也常常出现老师与家长之间产生分歧的情况，作为家长，我们需要明白，老师和家长从来都不是对立的阵营，双方都有同样的出发点和同一个目标，那就是教育孩子成才。家长支持老师，不护短，教育才有力量；老师管教学生，不姑息，孩子才有未来。家长支持老师，其实也是在支持孩子的成长。

没有完美的家长，也没有完美的老师，只有家校携手同心，成为教育路上的合伙人，互相信任，才能共同成就孩子的美好未来。

