

# 教育导报

Education Guide

在这里,见证教育的无限可能……

四川省教育厅主管

四川省教育融媒体中心(四川教育电视台)主办

《教育导报》编辑部出版



国内统一连续出版物号 CN 51-0052 邮发代号 61-141 2025年1月2日 星期四 今日4版 第1期 总第4016期

## 和孩子一起,探索新一年的『打开方式』



新的一年悄然来临,站在新的起点,家长应如何与孩子一起开启崭新的生活?本期,我们以“新一年的打开方式”为主题,基于“新年新期待”“复盘与总结”“调整与再出发”等主题,与不同成长阶段的孩子以及家长展开讨论,回顾过去一年里的收获与成长,分享他们的新年目标和计划。

### 耐心陪伴,欣喜于孩子成长的每一步

“——去年9月刚刚进入幼儿园,是班里年龄最小的孩子。”说起女儿——入园后的表现,家长兰传斌感到很欣慰,女儿虽然年龄小,却对新环境适应得很好。短短半年时间,曾经需要爸爸妈妈寸步不离的“黏人宝宝”,在独立性上已经有了显著提高。

回顾过去的一年,兰传斌认为最值得一提的是“女儿成长带来的惊喜”。在自理能力上,——有了“自己的事自己做”的意识,不仅自己穿衣服、穿袜子,还不允许爸爸妈妈帮忙;在社交能力上,——很快交到了好朋友,“班上的哥哥姐姐都很喜欢她,还会争着、抢着照顾这个小妹妹”,兰传斌认为,这与混龄幼儿园中老师的引导密不可分;在礼仪习惯上,——也能正确、熟练地使用

礼貌用语,是讲文明、有教养的孩子。……细数女儿的成长变化,兰传斌感到满足与欣喜。

亲子关系,也随着——的成长变得越来越好。曾经“依赖式”的亲密,逐步转变成为分享、陪伴为主的亲密。——不再因为爸爸妈妈不在身边而感到不安,每天放学后,她都会兴奋地跟他们分享幼儿园的趣事,虽然有时她的表达并不是那么完整与流畅,但爸爸妈妈也会被脸上洋溢的笑容感染。

“新的一年,我们希望能继续陪伴孩子慢慢长大。”兰传斌表示,他对新一年的规划与期待聚焦于女儿的健康、快乐成长。一方面,他希望带着孩子坚持运动,让她身体健康;另一方面,也希望帮助女儿在多元尝试后,找到一个爱

好。从兴趣与天赋出发,找到她喜欢做的事。“孩子还小,正处于对万事万物都有好奇心的阶段,感到新奇的事都想去尝试。我们会尊重她的探索欲,多为她提供接触外部世界的机会,陪伴她慢慢去寻找自己的兴趣所在。”兰传斌会细心观察女儿的成长表现,并为她提供支持;——爱看绘本,便为她在家里营造满满的阅读氛围;——喜欢画画,便为她准备画笔,由她任意发挥,教她如何用线条勾画出喜欢的大熊猫形象;——在接触非洲鼓时表现出不错的乐趣,就带领她感受更多的音乐表达形式。

“无论孩子处于怎样的成长阶段,家长都应保持自身情绪的稳定性,言传身教,帮助他们一步一步成长为更好的自己。”兰传斌说。

### 民主养育,支持孩子去做有意义的事

“我希望他是一个坚韧、有爱心的孩子,所以我也要做一个民主、不急躁的妈妈。”家长张英说。张英的儿子赵家睿是一个“忙碌”的小学生。不过,他的“忙碌”不是埋头于课本或辗转于辅导班,而是在完成作业的基础上,挤出时间去做自己喜欢的、有意义的事。

街舞中的“Breaking”舞种是赵家睿正在钻研的方向,他已坚持学习了两年左右。相较其他舞蹈类型,“Breaking”对基本功要求较高。因为喜欢,赵家睿不怕苦、不怕累,愿意花时间去练习。去年,他遇到了“瓶颈期”,有一个基础技巧总是练不到位。张英看在眼里,她知道这些动作的练习对身体协调性、核心力量和柔韧度都有很高要求,也理解儿子挫败的感受,但

她告诉儿子,做不到便不再去做,是一种逃避行为。人生中有许多困难并不能靠逃避解决,只有迎难而上,才能让自己变得更强大。赵家睿认为妈妈说得有理,哪怕强忍着泪水也选择坚持下去。一段时间后,他成功掌握了这个技巧,曾经付出的努力化作了推动他继续向前的成就感。

张英认为,除了强身健体外,学习舞蹈技巧和基本功不是为了表演,而是能够让孩子将舞蹈作为自己的一种表达方式,在灵活运用的基础上找到自己的风格,表达自己的情感。在张英的建议下,赵家睿开始接触中国武术,他逐渐发现,这两种看似完全不同的爱好也可以相得益彰。新的一年,他希望能将街舞与武术更好地融合,体现中华

少年风采。

除了支持孩子的兴趣爱好,张英也很注重孩子价值观的塑造和社会责任感的培养。赵家睿从小就坚持参加社会实践活动、志愿服务等,在自己力所能及的范围内为他人提供帮助,令他感到快乐与充实。他们一家的新年“Flag”是利用假期一起去偏远地区开展爱心帮扶活动。

“家长要为孩子成长提供支持。”张英说,家长应支持孩子向内充实自己,也要鼓励他向外帮助他人。



本版图片均为资料图片

## 辞旧迎新之际,做好家庭教育的“加减法”

以负责任的态度回望过去,做好复盘与总结,才能以更从容的方式迎接新的一年、新的生活。家长应保持怎样的心态,带领孩子共同做好“辞旧迎新”?我们邀请到眉山市第一小学校长张红霞为家长支招。她认为,要让孩子在新的一年里成长为更好的自己,家长要学会积极反思很重要。

积极反思不是相互指责过去一年里的失败,而是理性梳理一年中的成长经历,从中找到“积极因子”,如“令我内心充满力量的瞬间”“一句记忆犹新的鼓励”“让我难忘的一个教训”等,去思考自己的应对方式、体验与收获。“帮助孩子走得更远、更稳是反思的目的,做积极的反思也是在帮助我们找到更美好的未来。”张红霞说。

张红霞还建议家长,要保持“归零”的心态。无论过去一年多么辉煌或有些狼狈,我们都应该将它“归零”。“归零”后,家长和孩子才能轻装上阵,去挖掘自己的潜力,探索生活的更多可能性。

在家庭教育中,家长需要有“年年新、年年变”的意识,随着孩子的成长变化,调整教育的方式、方法。“孩子年龄尚小时,需要家长事事管、时时管,进行无微不至的照料,随着他们一点点长大,家长的干预也要逐步减少。”张红霞指出,在新的一年里,做“减法”不妨从“少插手”做起。要做到这一点,需要家长减少期待,把结果看得轻一些,把过程看得重一些,凡事不一定要争高下,有收获就足够了。

家长还可以尝试用“抓大放小”的方式,把自主权适当地交给孩子,减少自己的焦虑,不在细枝末节上对孩子进行说教,这样,孩子的压力也会减轻。亲子关系就像一根皮绳,拉得越紧,弹得就越厉害,学会做“减法”,才能更轻松地感受家人间的日常相处也会更加舒服。

新的一年,家庭教育也需要做些“加法”,张红霞特别强调了在“亲子沟通”中做“加法”的重要性。部分家长因害怕与孩子沟通失败,将亲子沟通视为一件很难实现的事,这无益于良好沟通的实现。张红霞认为,有效的“加法”致力于提高亲子沟通的质量,并且应“加码”在日常相处的方方面面,从点滴小事中去观察、了解孩子,学会共情的沟通方式,在“加真

情”的同时“加技巧”,注重理论学习与方法改进。

“家庭教育与学校教育不同,孩子的学科知识学习更多应在学校进行。”张红霞说,“家长可以带着孩子多做课外知识的补充,为他们提供多样的实践体验机会,带他们游览祖国的大好河山。家庭给予孩子的成长关注,将成为伴随他们一生的力量。”

“不要小瞧孩子向上、向好的主动性,以‘我想做’为核心,新一年的新目标会更容易实现。”张红霞建议家长,在与孩子共同制订新年计划时,减少“一厢情愿”,增加“共同认同”;设置合理的阶段性目标,并对“小成就”进行及时奖励,用量变引起质变,循序渐进地促进成长发生。(本报记者 马晓冰)

## 日谈

### 每个孩子都是属于自己的星星

每到岁末,各种颁奖典礼、表彰大会总是轮番上演,各行各业的标准,成为大家学习的目标。2024年接近尾声的时候,中南大学却另辟蹊径,在微信公众号上发布了一篇推文《这一年,我没有研研,也没有拿大奖,但我……》,讲述了几位普通学子的成长故事,给这些平凡而努力发光的孩子们送上了温暖的褒奖。

故事里的他们没有耀眼的成就,没有荣誉的勋章,但他们在自己热爱的领域里努力奔跑的样子,让很多网友找到了共鸣,直呼“好暖心,被治愈了”。有网友感叹:“我不是‘六边形战士’,我可能没那么耀眼,这篇文章让我看到了我也是属于自己的五角星,在自己喜欢、热爱的领域里努力成长,努力发光。”

榜样,应该被看到,但每颗“星星”的故事也值得被分享。中南大学的这篇推文之所以获赞无数,正是戳中了每个人心中那份“被看见”的渴望。如果将其迁移到家庭教育的视角,那便是“每个孩子都应该被看见”。

近年来,当“内卷”成为教育热词,一些家长在焦虑的裹挟下,陷入了模式化的教育误区,一味地追求分数和成绩,追求优秀和成功,却忘了“看见”孩子的天性与潜能,欣赏孩子的平凡和努力。

我们的孩子不可能都成为那个站在聚光灯下的人。优秀也不只有取得好成绩或具备某项特长这一个标准,它更应该是拥有去探索、去尝试的勇气,拥有在平凡生活中获得幸福的能力。

我们的孩子也不应该是流水线上的标准化产品,他们是独一无二的鲜活生命。教育的本质应该是让每一个孩子成为他自己,让他们在属于自己的轨道上绽放出点点星光。

当家长放下对孩子的过高期望,才能回归“育人”本真,给予孩子更多自由成长的空间,让他们去尝试、去坚持、去发现自己的热爱,去找到属于自己的闪光点。不要只用成绩的好坏来衡量孩子的能力,孩子成长中的每一步,无论成功与否,无论收获大小,都值得被珍视。

或许孩子在学习上并不突出,但他热爱运动、乐于助人、活泼开朗、积极向上……这些都是值得肯定的品质。或许孩子总是在一次次的试炼中失败、跌倒,但他依然保持着对世界的好奇,勇于尝试新事物,这便是成长的原动力,那些失败的经历也将变成丰富的人生体验,让他看见更多美好的风景。家长应当学会发掘孩子的优点,适时鼓励孩子的每一次进步,尊重孩子的个性和选择,在孩子遇到困难和挫折时,坚定地站在孩子身边,及时给予他们支持和帮助,这样才能激发孩子的动力,让他们更加勇敢地面对生活中的各种挑战,不断地超越、不断地进步。

此刻,站在新年的起点,希望家长们的教育理念能及时更新,放慢脚步,多些耐心,用心去感受孩子的成长,陪伴孩子找到适合的轨道。请记住,每个孩子都是属于自己的星星,有在自己闪耀就好。

周睿

家教周刊



本报记者 马晓冰