

# 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 2026年3月12日 星期四 今日4版 第21期 总第4156期

## 大学生学习不好也找家长?

# 别让“依赖惯性”困住孩子的成长

本报记者 马晓冰

新学期伊始,多所高校陆续发布学业预警通知,针对学业成绩滞后、自律性不足的学生,采取通报家长、家校共管的举措,引发公众热议。此前,南京理工大学发布通知,提出对高数成绩排名后30%的学生,必要时向家长通报,或建议家长到校陪读,更是将大学生“高中化管理”的争议推向高潮。

自主规划、自我管理、独立担当,本该是学子们伴随学业进阶同步提升的核心能力,可当下校园内外,“事事靠家长、处处等安排”的现象屡见不鲜。高校管理日趋“高中化”,不少大学生仍需家长远程监督学习;中小学阶段,家长代劳琐事、包办学习更是常态。种种现象究竟是成长路上的必要托底,还是对个体独立发展的过度干预?

本期,我们邀请到四川师范大学教育科学学院教授、博士生导师陈莉,成都市优秀德育工作者、邛崃市第一中学校教师徐茂颖,共同探讨青年一代的“成年时刻”为何一再推迟?又该如何厘清家校职能、守住教育分寸,让孩子挣脱依赖枷锁、真正学会独立。

### 已成年的孩子,未戒掉的“依赖惯性”

孩子已步入大学,成为法律意义上的成年人,学业却还需要家长远程监督与管理?在徐茂颖看来,这不是“管得严”或“管得宽”的问题。“大学生基本上都已满18岁,许多人却没有展现出成年人应有的责任与担当。这种‘成年不独立’的现状,绝非在大学阶段突然出现的,而是基础教育阶段能力培养断层埋下的隐患。”她直言,许多孩子从小被家长全方位呵护,被学校精细化安排,久而久之形成了“依赖惯性”,习惯了被安排、被提醒、有人兜底的生活,完全缺乏自主管理的意识与能力。

细数校园里的依赖场景:中小学生在忘带作业、文具,第一反应是找家长送到学校;小组合作中,只会坐等他人分工,被动接受安排。“孩子反复犯同样的错误,正是因为他们从未真正面对过自己的失误,更没有承担过犯错的后果。”徐茂颖指出,“学习”不只是听课、写作业,还包括管理自我、规划人生、承担责任,可当下部分学校和家庭在“管控”上

用力过猛,“孩子沦为执行指令的‘机器’,每天做什么、学什么、几点睡,都被安排得明明白白,缺少自主调试和纠错的机会。到了大学,外界的指令突然消失,他们自然就容易出现‘宕机’,陷入迷茫懈怠的状态。”

近年来,各种“高大衔接班”应市场需求而产生,主要帮助大学生提前准备大学生活。在陈莉看来,帮助迷茫的高中生做好衔接规划,本是一件好事,但如果只盯着绩点、学分,提供可量化的学习清单、“成长指南”,让孩子按图索骥,实则进一步剥夺了孩子独立思考的空间,让他们无暇思考“究竟为何而学”“想要成为怎样的人”。

“衔接的关键,从来不是‘知识抢跑’,而是自主意识与方向感的建立。”陈莉认为,如果说小学到高中阶段的学习是“跟着指令走”的被动模式,那么,大学学习是更需要自主探索的主动模式,家长需要帮助孩子完成这样的思维转变。

“如果所有的努力只是为了获取学分、提高绩点,那这种忙碌是盲目且无意义的。”陈莉表示,真正的衔接应该尽早、尽全面地进行,让孩子提前了解、接触大学生活与专业内容,慢慢锚定自己的发展方向,逐步建立起独立面对真实世界、处理各类问题的能力,进而开拓属于自己的发展可能性。

### 焦虑式教育,把关爱变成了掌控

进入智能化时代,人才竞争愈发激烈,陈莉认为,相较于知识储备,人的社会性、创造力、独立判断力才是不可替代的核心素养。这些核心能力无法靠灌输习得,

需要在与真实世界的接触中建构,在自主探索、解决实际问题的过程中

慢慢锤炼。

而现实的矛盾恰在于此,许多家长一边期盼孩子长成独立自主的社会人,一边又忍不住为他们扫清所有成长障碍,使孩子失去了与真实世界交手的机会。

徐茂颖举例,一位大学教师平日行事雷厉风行,面对孩子却满心焦虑。这位教师坦言,自己一路拼搏才有了如今的生活,深知求学与职场的艰辛,不希望孩子走弯路、落后于人。一位家长说得更直接:“我努力给孩子创造优质资源,孩子听我的就好。”还有不少家长,为了让孩子“集中精力学习”,不仅包揽所有家务,连孩子感兴趣的社团活动、社会实践也不许他参加,认为这些事“浪费时间”。

“有类似心态的家长其实不在少数。”徐茂颖说,“他们并非不信任孩子的能力,只是想帮孩子避开那些成长弯路。”在她看来,不被信任、无法自主的孩子背后,往往站着不敢放手、满心焦虑的家长,而这份心态是多种原因造成的。

一方面,是出于“补偿心理”。徐茂颖观察到,一些家长在成长过程中,物质条件或教育资源不够充裕,没能实现自己的求学或人生目标,如今便想通过“全方位包办”或“密集报班”,让孩子弥补自己当年的遗憾。对此,陈莉也指出,中国传统社会文化心理中,家长常把孩子的成功等同于自己的成就。光宗耀祖式的期待,替代成就式的心态,让亲子关系高度捆绑,孩子的自主发展也受到约束。

另一方面,源自对“不确定性”的恐惧。徐茂颖表示,社会竞争日趋激烈,升学评价体系像一根无形的绳,牵着家长被动前行,让他们觉得只有“紧盯成绩”“规划好每一步”,才能让孩子在未来的竞争中站稳脚跟。这份焦虑,不知不觉演变成了想要掌控孩子一切的冲动。

更深一层看,“唯成绩主义”让当代孩子陷入普遍的成长困惑。陈莉表示,很多孩子感到迷茫又空洞,是因为不知道“努力的方向是什么”“成功该如何定义”。向内探索自我、向外探索世界,本是成长的必经之路,可当所有人都挤在单一赛道上,当孩子需要努力迎合成年人设定的“好孩子”“优等生”标准时,陷入“空心”就成了必然结果。

“每个人看待成长的眼光不同,成功的定义也不该单一。”徐茂颖指出,不少家长对“成功”的理解,还停留在“学业优秀、考入名牌大学、找到好工作”的狭隘路径上。他们不愿相信,也看不到,孩子可以在成绩之外找到属于自己的闪光点与可能性,这也让孩子失去了在课堂之外认识自己、认识世界的机会。

### 最好的托举,是放手让孩子自己飞

新时代的孩子,成长环境优渥,教育资源丰富,拥有更多探索自我、积蓄力量的空间,这本是成长的幸事。正如陈莉所说,过去“穷人的孩子早当家”,是孩子迫于生活压力不得不早早独立;而如今,家庭的支持可以延续到孩子成年甚至成家之后,这是社会经济发展

的进步,但这份支持绝不能无度。

陈莉提醒,过多的保护与包办,会让孩子错失成长和历练的机会,家长可以尽己所能地支持孩子,但不能让“托举”变成束缚成长的“拖拽”。

“我们身处加速发展的社会之中,不确定性本就是生活常态。”她表示,“旧地图找不到新大陆”,与其帮孩子规划好每一步,不如帮助他唤醒内在的学习动力和热情,从“要我学”变为“我要学”,那种“学会”的快乐、通过努力达成目标的满足感,才是支撑孩子不断向前、风雨无阻的力量。

“家是后盾,不是指挥部。”徐茂颖认为,教育的真谛在于“唤醒个体的自主成长意识”,而不是“塑造标准化的学习机器”,每个孩子都有自己的优势领域——有的擅长逻辑推理,有的擅长人际交往,有的实践创新能力突出。“让孩子在自主尝试、承担责任中学会成长,他们才能适应未来社会的不确定性。”

一个相信自己能在某个领域发光发热的人,不必和其他人比较,也能获得内心的快乐,成为自己想成为的人。陈莉认为,这份相信,需要在真实的生活场景中慢慢建构,家长需要允许孩子犯错,鼓励孩子大胆尝试,创设包容且支持的成长环境。“很多家长见不得孩子闲着,总觉得玩耍、放空就是浪费时间,但正是这些看似‘无用’的时间,给了孩子自主探索的空间。让孩子成为自己人生的主角,首先要给他留白,而不是把每分每秒都填满。在这个过程中,多观察孩子是否会提前规划、遇到问题是否能独立解决。哪怕他偶尔失误,也别急着指责与插手,鼓励他承担后果、反思改进,自主意识才会一点点生根发芽。”陈莉说。

徐茂颖则结合不同阶段孩子的成长特点,给出了具体的“放手”建议:幼儿园阶段,家长可以让孩子自己搭配衣服、鞋子,培育基础自理能力;小学低年级,由孩子自主整理书包和文具,自己承担相应后果;初中阶段,赋予孩子“社交自主权”和“选择权”,学习上自己分析错题、摸索改进办法;高中阶段,选科、志愿填报等关键抉择,鼓励孩子自己搜集资料、作出判断。

“想做到真正的‘放手’,关键要忍住作为过来人的过度提醒与干预,多问‘你觉得可以怎么办’,少说‘你应该……’‘你不能……’。”徐茂颖说。

“培养孩子的独立能力,不是家庭单方面的任务。”陈莉表示,学校要发挥专业优势,做好教育引导,向家长提供育儿支持,为学生搭建多元成长平台,帮助他们发掘自己的闪光点。与此同时,家长也要主动了解儿童发展的规律,学会科学引导而非主导孩子的人生。家长的每一句“你自己决定”、每一次“我相信你”,都是在为孩子积蓄飞翔的勇气,终将让孩子长出坚实的翅膀,独立奔赴属于自己的远方。

七日谈

## 落实『健康第一』,家长要当好协同者与示范者

近日,教育部发布《关于全面推进健康学校建设的指导意见》,将“健康第一”的教育理念提升至国家战略部署的高度,明确推动教育从“分数第一”向“健康第一”转变。这不是否定学业的重要性,而是回归一个朴素的教育常识:失去了强健的体魄与阳光的心灵,再耀眼的分数,也终将是空中楼阁,难以支撑起孩子长远而丰盛的人生。健康是人生的“1”,成绩、特长都是后面的“0”,没有健康这个根基,一切都无从谈起。

天下父母无不期盼孩子健康成长,然而现实中,不少家长被“起跑线焦虑”裹挟,陷入重学业、轻健康的误区。在教育部新闻发布会上,电子科技大学附属实验小学党委书记康永邦指出的家庭教育“一多六少”问题——过度满足孩子一切需求,劳动少、运动少、睡得少、晒太阳少、交流少、受惩戒少,精准戳中当下育人痛点,也道出了影响孩子身心健康的关键症结。这些问题看似微小,日积月累却会透支孩子的体质与心态,成为成长路上的隐形障碍,让孩子的成长失去应有的活力与韧性。

落实“健康第一”,从来不是学校的独角戏。唯有家校同心、同向发力,家长主动当好政策落地的协同者、健康理念的践行者,才能让教育回归本质,护航孩子向阳成长。

家长要当好协同者,与学校同频共振、默契配合。学校是健康育人的主阵地,但若家庭配合不到位,效果必将大打折扣。当学校优化课程、丰富“五育并举”内容时,家长是否能理解其背后的成长逻辑,给予充分支持?当学校调整作息、保障学生睡眠时,家庭能否同步调整安排?当学校布置课外实践作业时,家长是敷衍应付,还是将其视作珍贵的亲子互动契机?只有家校同向而行,健康理念才能真正落地生根,而不是停留在文件里。

更为重要的是,家长要做健康生活的示范者。教育,尤其是关于习惯与理念的教育,最有效的方式从来不是说教,而是家长的身体力行。家长要求孩子少看电子屏幕时,自己能否放下手机,享受阅读与交流的时光?家长督促孩子运动时,自己能否保有持久的运动热情与习惯?家长在疏导孩子情绪前,自己能否以平和、积极的方式面对压力与困境?孩子的观察是敏锐的,一个热爱运动、作息规律、善于沟通、情绪稳定的家庭,就是无声却最有力的“健康教育课堂”。

理念的转变,始于认知,成于行动。从“分数第一”到“健康第一”的转向,是对教育本质的回归,也是对成长规律的尊重。唯有家庭与学校同心同向、彼此补位,才能为孩子扫清成长路上的隐形障碍,让他们真正在阳光下舒展生长,让生命绽放出最美的模样。

何元凯

家教周刊

