

# 从小学一年级到六年级，她花一百余万字记录下了孩子成长点滴—— 特级女教师6年写下240篇教学“情书”

文：今日女报/凤凰网记者 章清清

“能爱您的孩子，是我的幸福。”2012年9月2日，湘潭金庭小学班主任老师石灵芝以充满爱意的笔触给她班级的全体家长写下第一份周工作日志。

6年来，石灵芝坚持每周以这种独特的方式和家长们交流对话——写下了240余篇，累计100余万字的“工作日志”，完整记录下59个孩子从小学一年级到六年级的成长点滴。日志文字优美、声情并茂，被家长们称为“公开的情书”。即将到来的9月，孩子们都将迎来新的学期。那么，打开石灵芝老师的“情书”，能获得什么样的教育启示呢？



石灵芝和313班的孩子们在一起。



扫一扫，分享石灵芝老师的“情书”

## 一、二年级孩子 重在习惯培养

8月7日，石灵芝告诉今日女报/凤凰网记者，“写日志”的想法源于6年前她和儿子的一次对话。孩子问她：“妈妈，将来有一天，你离开这个世界，你认为什么东西值得我长久留存？”她想了一会儿说：“我的书房里有那么多的书，你可以好好留着呀！”他说：“好吧，只是很遗憾，没有一本书是署的你的名字。您完全能做到的！”从那时候开始，她就决定不辜负他的期望。

2012年，41岁的石灵芝放弃副校长的行政职位，接手313班班主任一职。

从接手那一刻开始，她就决心要做一些和以往的教育经历里不一样的事情。这件事就是每周写一篇工作日志和家长们交流。

石灵芝此前一直做教研工作，她是全国模范教师、湖南省语文特级教师，同时她还是二级心理咨询师。关于如何对待新入学的——属于“二次断奶”的孩子，她的方式方法也不一般。

在“延迟满足”的工作日志中。她建议低年级家长应该关注的是孩子习惯养成和学习兴趣培养，这是决定孩子未来的成长之路能否越走越好的基础。

为此，当年她特别让家长配合一起完成了一个“三颗糖果”的小测验——给每个孩子发一颗糖，并告诉他们如果能忍住不吃掉它的话，下午就能得到第二颗糖，继续坚持不吃的话，晚上就能得到第三颗糖。

像类似的游戏，石灵芝说她经常和孩子一起做，目的是帮助他们良好习惯的养成。也得到了家长们一致好评。

**《延迟满足》工作日志摘录：**琪朝在家给我们讲述了“三颗糖”的故事，他说自己只得了一颗糖，还早早地把它给吃掉了。我们问他为什么不坚持到下午再吃，他说：“我老是看着它，所以没忍住。”可以看出来孩子缺乏自我控制的能力，不能抑制诱惑，不知怎样去转移自己的注意力。(家长回复)

## 三、四年级孩子 重在打造思辨力

家有孩子的家长想必都听说过“三年级现象”的说法，不少原本都稳居第一阵营的孩子，上了三年级后学习成绩忽然直线下降。

石灵芝说，孩子如果出现了“三年级现象”，家长不要过度紧张和焦虑，放平心态，不要唠叨，不要给孩子提太多要求。相信孩子，不适应是暂时的，家长可以及时与学校、老师沟通，共商对策。多看孩子的优点，让孩子有自信，如果老提缺点，跟孩子的冲突就会多起来。

为此她写下了“好孩子是夸出来的”“关注分数背后的东西”等为主题的工作日志，将自己的教育理念分享给家长。她还特别提到了“思辨力”的问题。

石灵芝说，在应试教育之下，她发现很多的孩子习惯倾听，却不善于表达自己的观点，而未来社会发展真正需要的一定是有独特鲜明个性和独立思考能力的人才，从小就培养孩子有这方面的能力尤为重要。

因此，她在工作日志中，提倡家长在日常生活中，在交流对话中从小就鼓励孩子有质疑精神、大胆表达观点。

石灵芝在课堂上的做法是，举办辩论赛，或者让孩子们写命题作文，然后，她摘抄有独到观点的孩子作文分享给家长们。

**《不同的时期，不同的工作方法》**  
**工作日志摘录：**我特别关注“思辨力”这一主题，大约有四年了。思辨是什么？是要培养孩子的独立思考的能力，传递一种寻根问底和不断反省的态度。思考的最终目的不是为了证明或确证一个科学的定理，而是为了鉴别和选择一个最好的价值理念和行动准则。这个很重要，正如我告诉孩子们，世界并不是非黑即白，还有很大的灰色地带；事情不只是只有对错之分，还有合适与不合适。

## 五、六年级孩子 重在健康人格养成

石灵芝的工作日志到了五六级时，篇幅越来越长，有的每篇达到了六七千字。它面向的也不光是家长，还有孩子们。日志的内容在教学总结之外，还包括书籍推荐、孩子们的优秀作文刊登、课外阅读的心得体会等。

为帮助孩子们培养起健康的人格，几乎每个星期，石灵芝都会给孩子们推荐她精心挑选的课外书籍，组织孩子们一起看经典的电影。像《牧羊少年奇幻之旅》、电影《战马》等。

石灵芝说，品格是一个人最重要的东西，品格不好知识再好，又有什么用呢？她让孩子们从阅读中学会怎么去做人。她认为阅读故事的好处是它不说教，细腻的故事描述使孩子感同身受，从而产生共鸣。孩子能从故事中，模仿主人翁的行为。

从2012年到2018年，240余篇、累计100余万字的工作日志，石灵芝说每篇文章都是她一个字一个字敲打出来的。这期间还经历过，丈夫在手术室动手术，她在外面赶写日志的情况，能坚持下来实属不易。

在今年7月10日，她写完最后一篇日志，送走了朝夕相处6年孩子。

她把这些文字精选出来，结成一个集子，并想好了名字，就叫《这段旅程，我们一起走过》。她希望在合适的时机结册出版，让更多的家长分享这本“公开的情书”。

亲子宝典 >>

## 为何孩子屁股打不得

文 / 沈立 (湖南省儿童医院急诊综合一科)

近日有一项研究表明，没有受过体罚的孩子平均智商要比接受过体罚的孩子高5~28分，并且表示打屁股、揪耳朵等体罚方式会损伤孩子的心理健康。

为何说孩子的屁股打不得？脑组织位于颅腔内，颅骨通过寰枕关节与人的脊柱相连接。如果父母在打孩子屁股时出手过重、过猛，孩子的臀部突然受到撞击，可经脊柱传到寰枕关节，有可能造成颅骨整体变形，引起脑干的损伤，后果不堪设想。另外，父母一般都把孩子按住再打，孩子挣扎有可能被依靠物损伤睾丸。还有些父母一时气不过，用皮带、鸡毛掸子等其他硬物打孩子，这样会引起臀肌局部血肿，血循环不畅，甚至发生坏死性炎症。

## 孩子三部位不必过分清洁

文 / 徐小艳 (湖南省儿童医院感染科护师)

炎炎夏日，家长喜欢每天给孩子洗澡，但有些部位过度清洁会适得其反。

第一是耳朵。孩子耳道娇嫩，过度清洁易导致皮肤破损，引发感染。若用具使用不当，甚至伤及骨膜和听小骨，会影响听力。第二是鼻子。婴幼儿鼻泪管短，开口接近内眼角，鼻腔感染容易侵入眼结膜，引发炎症。家里最好保持温度和湿度适宜，减少孩子鼻内分泌物形成。一旦出现鼻痂，可用无菌棉签蘸温水，或用棉签蘸少许无刺激性的油脂涂抹，待鼻痂软化后取出。第三是肚脐。肚脐无皮下脂肪，屏障功能弱，有丰富的血管网，对外界的冷热变化敏感。因此，日常护理切不可用力揉搓，以免破损感染。

## “空调病”的两个谣言

文 / 李丽 (湖南省儿童医院康复二科)

现在正值酷暑，家家户户的空调都是呼呼的开，可我们经常听说关于空调病的一些“谣言”，其中以下两个谣言尤其值得我们关注。

谣言一：宝宝不能吹空调，会得空调病。宝宝比较怕热，反而不是很怕冷。尤其是一些年龄偏小的婴幼儿，体温调节的中枢发育并不是很完善。因此，如果夏季室内温度特别高，最终可能导致宝宝患上焐热综合征，或造成中暑。谣言二：“空调病”是一种疾病。我们所说的空调病，其实是可能出现的一些症状，比如打喷嚏、流鼻涕。还有一些人在空调屋子待久了，就会有呼吸道干燥、喉咙痛、过敏等症状，这些都是一些不适现象，而非生理疾病的症状。

## 喝到肚子滚圆为啥还便秘

文 / 袁武 (湖南省儿童医院放射科)

宝宝便便又干又硬，妈妈心里着急，只好一遍遍哄着多喝水，以为这样就能软化便便。可事实却是，宝宝喝水喝到撑，便便还是很干结。便便干结，是因为宝宝的饮食中缺乏膳食纤维，一缺乏，肠道菌群就没人管了，还能指望养成规律的排便习惯么？这便秘，就是必然的结果了。所以，就得从根源上去解决，也就是让宝宝摄入足够的膳食纤维，像青菜、西梅泥等，也可服药源性纤维素制剂，这样，纤维素被肠道细菌败解，产生的水分可软化粪便，有了这种水分的滋润，便便才会全身通透，慢慢柔软起来，宝宝排起来才会顺畅。