

编者按

校长妈妈聊家教①

党的二十大报告提出：“健全学校家庭社会育人机制”“加强家庭家教家风建设”。家校社协同育人、家庭教育的重要性再次彰显。那么，怎么认识和加强家校社协同育人、加强家庭家教家风建设呢？为此，自本期起，今日女报/凤网推出大型全媒体系列报道——《校长妈妈聊家教》，邀请知名的、优秀的校长们，以校长、妈妈双重视角来聊家庭教育，以她们独有的体验、经验为家长们支上一招。

提高孩子学习成绩，掌握这个方法就够了

今日女报/凤网首席记者 章清清



校长妈妈：周群意，长沙县大同星沙小学教育集团总校长、正高级教师、特级教师湖南省三八红旗手标兵，家有两孩。

校长妈妈的家教故事：5岁儿子在幼儿园咬人

周群意的二宝今年5岁，刚上幼儿园时喜欢咬人。周群意说，那段时间她挺焦虑的。首先，咬人的小朋友肯定不受同伴的喜欢，他的人际关系有危机了。“然后，我作为校长，我们家的家庭教育也受到了质疑。”那时，她就听到了这样的话：“你们还是老师，你们的孩子是怎么教的？”周群意说，这是否定了她的家教，给了她非常大的压力。

那么，周群意是怎么解决这个问题呢？她给今日女报/凤网记者梳理了三点做法。首先，放下面子观。周群意说，当放下面子后，她和老公把别人的质疑转换成了另外一种理解，理解为这是对教育孩子的一种提醒，先给自己做积极的心理建设。

第二，主动学习。孩子咬人的背后有什么原因？周群意说，说实话他们虽然做教育工作，但对幼儿行为心理的认识也有盲区。所以，她就去翻阅了一些儿童心理学方面的书籍，另外，也向身边的一些亲子专家请教。最后，结合他们的观察分析，找到了儿子咬人背后的真正原因：“因为我们家孩子年龄小，当他和同伴交往出现冲突时，不知道怎么表达自己的情绪，就只会去咬人”。

第三，示范运用。找到原因后，下一步就是怎么做了，周群意说，当下次他们家孩子再咬人时，他们就会和对方家长积极沟通，同时也会带着儿子，让他参与整个问题的解决过程，并把别人的感受也告诉他，比如说“你咬了这个小朋友，他在哭，他很疼。他的爸爸妈妈很担心他。”他们也会把他们的心情告诉他，他们会说：“我们现在也很担心你，如果你遇到这种情况，爸爸妈妈也会很伤心，你也会很疼。”他们也鼓励孩子说出他自己的感受。

在日常生活中，周群意还会和孩子爸爸配合向他演示，和同伴交往中一些正确的表达情绪的方式。比如，说出自己的感受，或者用动作来表达。“比如，用摆手表达拒绝，用握手表达亲近和喜欢等等。慢慢地，半个月之后，孩子咬人的情况就消失了”。

校长妈妈支招：

陪孩子写作业，破坏亲子关系的第一“杀手”？

家长辅导孩子做作业是对还是错呢？我们其实不用着急去下定论，我们首先从家长的角度来看，家长辅导孩子写作业先看看自己有没有这个能力，如果没有这个能力的话，怎么教孩子啊？更关键的是能不能理解孩子，就是当孩子不会做或者怎么教都不会的时候，你能不能去理解他，比如一些家长经常会说“这么简单，你怎么还不会做？”或者“我教了这么多遍，你怎么还不会？”

可是孩子毕竟是孩子，他学习能力的提升也是在从不会到会的很多次体

验中去提升的。但因为家长的许多“应该”，没有得到满足，就会情绪失控，最终导致出现这种鸡飞狗跳的场面。

家长辅导孩子作业，首先要看孩子需不需要辅导。有时候，孩子并不愿意家长辅导，当孩子不需要你时，那么，家长就要学会放手。第二，如果孩子需要辅导，家长也要不着急插手。我们可以先去看一看、问一问，先去引导他，在他思考卡壳弄不明白的关键点，去点一点他，让孩子自己学会从不会到会这么一个探索过程，家长一定不要精细地辅导，避免让孩子养成依赖性。

想提高孩子学习成绩，掌握这个方法就够了

当发现孩子语文的测试成绩不太理想，怎么办？那么，我们可以分析他的试卷，先看看孩子是在哪一方面的学习能力减弱了。如果是在阅读理解这样一些题型上失误比较多，那么肯定就是孩子的阅读能力、理解能力要提升。当我们知道他在这方面要提升以后，就可以从孩子的阅读能力上来找切入点解决问题。

可以根据他的阅读兴趣，来提升他的阅读动力。当然，需要提醒的是，家长一定不能用自己的兴趣去替代

孩子的兴趣。比如，孩子很喜欢小动物，我们就可以推荐一些描述动物的书籍给他看；如果孩子喜欢的是宇宙、行星，我们就推荐一些天文类的书籍；如果孩子喜欢小实验，我们就推荐一些科学类书籍给他看。根据孩子的兴趣，让他的需求得到满足，让他的兴趣唤起他的需求，用需求去带动他的能力提升，那么，这样的话，他的学习能力提升了，他的成绩也自然差不到哪去了，也会朝着理想化的方向发展。



←孩子们称周群意为校长妈妈。



扫一扫，更多解答，请看视频号

走近孩子，别给孩子贴标签

当孩子在学校出现行为问题怎么办？首先就是不要给孩子贴标签。孩子被贴标签后，会很受打击，给他心理上那种消极的暗示是很强的。孩子一旦被贴上标签，同学们看他的眼光也会不一样了。也许，他并不是这样的人，也许他这样的行为只是暂时的，但是被标签化以后，他可能从不是这样的人，就会走向是这样的人。

其次，我们还是要走近孩子，去理解他的行为。我以前有个学生，有一段时间，他的美术老师、我和他妈妈都发现，他的画全是黑色水彩笔画的。云朵是黑的，房子是黑的，小鹿也是黑的，草地也是黑的。你如果看到这样一幅画，你会怎么想？一定会觉得这个小孩有问

题吧。后来有一天我问这个孩子，为什么你每次画画都用黑色的水彩笔呢？孩子告诉我说，他一上美术课，彩笔都被其他同学借走了，只剩下黑色的了，因为黑色的水彩笔没人喜欢。

其实，你看，这就是走近孩子以后，我们才能够发现的真相，或许没有我们想的那么可怕。另外，我们还要走进孩子的家庭，去了解他在家庭中的表现，去了解他的成长经历。因为，我们也发现，孩子在学校的表现，和他的家庭教育也是有因果关系的。我们只有了解孩子的成长经历才能全面地了解他。所以，我们一方面要引导孩子，纠正他的一些问题的行为，一边去根据不同类型的家庭去指导家长，去科学育儿。

小孩癫痫发作时怎么办

文/潘姿(湖南省儿童医院神经外科)

如果患儿已经确诊癫痫，发作时将患儿置于安全环境，取侧卧位，保持呼吸道通畅，避免发生窒息和外伤。切忌将手指或压舌板放入患儿口中，因为患儿发作时一般不会咬到自己舌头。家长需要观察患儿癫痫发作的时间，发作时间超过5分钟属于癫痫持续发作，需要赶紧将患儿送到医院。其次，观察孩子癫痫发作是由发热还是声光刺激引起，最后观察癫痫发作的形式，尽量用手机录像以便后期诊断。癫痫专科医生会根据患儿的病情开具相关检查和检验，甚至建议完善基因检测。只有找到患儿的病因，全面评估患儿的综合情况，才能给予针对性治疗。对于新诊断的癫痫患儿，只要经过规范合理的抗癫痫药物治疗，80%的发作可以得到控制。

小孩免疫力低下怎么调理

文/文容(湖南省儿童医院病理科)

1. 增强营养：要注意均衡营养，不能挑食也不能偏食，饮食当中要多吃优质蛋白质，例如牛、羊肉或者海产品，优质蛋白质能够增强抵抗力。同时也要多吃新鲜的蔬菜和水果，新鲜的蔬菜和水果当中含有丰富的维生素C，能够增强抵抗力，调节免疫功能；
2. 增加锻炼：多做户外有氧运动，呼吸新鲜空气，同时能够增强机体对冷、热空气变化刺激的适应程度。另外有氧运动能够改善机体功能，增加肺活量，对于调节免疫力有一定帮助作用；
3. 充足睡眠：注意保证高质量、充足的睡眠，可以使身体恢复到最佳状态，对于改善免疫功能低下也有一定帮助；
4. 服用药物：口服调节免疫功能的药物，例如中药类的玉屏风颗粒、枸杞黄颗粒，西药类的脾氨肽等。

小头畸形能治好吗

文/伍添(湖南省儿童医院神经外科)

如果患有轻微的小头畸形，需要定期检查，检测生长发育情况。如果是病情严重的儿童，需要终身治疗控制其症状。有些小头畸形合并癫痫，可能会危及生命，医生会探讨治疗的方法控制他的癫痫发作、保证他的安全并提高他的生活质量。

另外，如果小头畸形比较严重，要进行相应的治疗。如果合并癫痫发作，要控制癫痫，采取相应的癫痫药物，采用言语配合治疗，物理治疗和其他的治疗。一般的小头畸形最终的情况可能是会导致大脑停止生长发育，轻微的小头畸形可能没有什么其他问题，在青春期后会正常增长，并且随着年龄的增长，会达到适合年龄的各类生长发育的需要。