

## 编者按

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，今日女报/凤凰网推出大型全媒体系列报道——《校长妈妈说家教》，邀请知名的、优秀的校长们，以校长、妈妈双重视觉来畅聊家庭教育，以她们独有的体验、经验为家长们支上一招。

## 校长妈妈说家教 2：

## 孩子很“佛系”，家长如何激发他们的内驱力

今日女报/凤凰网首席记者 章清清



校长妈妈：陈婧  
长沙华夏实验学校校长  
中小学高级教师、长沙市优秀校长  
家有读高中的小棉袄

### 校长妈妈的家教故事： 初中数学考 23 分的女儿如何逆袭？

谁也想不到曾获得“优秀校长”称号的——长沙华夏实验学校校长陈婧也有过为女儿学习成绩焦虑的烦恼。

“你知道吗？我女儿刚上初一时，数学只考了 23 分，成绩是班级的倒数第 10 名。”陈婧告诉今日女报/凤凰网记者，女儿读小学时，自己因为工作繁忙，基本没管过她。上初中后，学科压力陡然加大，当发现女儿成绩断崖式下滑时，她一度也非常焦虑。“看到这个分数，当时的血压一下就飙升上去了，她自身的挫败感也非常强，初中的第一学期几乎是在哭闹中度过的。”

面对这种情况，有的父母可能会指责孩子为什么不努力，但陈婧却先反思了自己。她认为这不是孩子的错，是自己平时关注孩子太少导致的，所以，她先诚恳地给女儿道歉。“我说小学的时候，妈妈关注你的时间太少了，没关系，我们从初中重新开始，我们就从 23 分开始，妈妈陪着你一起学。”陈婧说，女儿听了这番话后很感动，那也是她和女儿亲子关系的一次重启。

初中三年，不论女儿考试什么成绩，陈婧都没有指责过孩子，更没有吵过一次架。陈婧经常问女儿的一句话是“你需要妈妈为你提供什么样的帮助？”当发现女儿遇到难题想求助老师，却因胆怯不敢上前时，她就主动找老师帮女儿进行沟通，帮女儿打开了主动求助的大门。

当发现女儿基础知识学得不牢，考试容易丢分时，她就给女儿整理出了一摞厚厚的错题本。她经常跟女儿说：“你不要焦虑，不要跟别人比，妈妈只有你一个女儿，你就跟自己比。”在她的鼓励和帮助下，女儿的自信慢慢建立起来了，成绩也越来越好，中考时英语还考到了 117 分。

陈婧说，她曾经也常拿别人家的孩子跟自己孩子比，可每当这时，她就会问自己：别人家妈妈为孩子做到的事情，我能不能做到？别的妈妈好的教育方式，我又能做得到？

“我们往往在拿孩子去跟别的孩子比的同时，却没有看到对方家长的付出，这些家长为了孩子做了什么，这些背后的东西是我们不知道的，那你凭什么又要求自己的孩子一定要比别人强呢？”陈婧说。

### 校长妈妈支招： 学习不上进，家有“佛系”的孩子怎么办？

在很多家长的观念里，每个孩子都要奋力奔跑，但是就有那么一些不喜欢奔跑的“佛系”孩子。其实，说实话我挺羡慕“佛系”孩子的。

第一，“佛系”孩子的心理状态非常不错，他将来产生抑郁的可能性要比其他孩子小很多。

第二，这类孩子的内心世界实际上是比较富足的，他一定有自己想要追寻的东西，只是还没有发现。有的孩子为什么会有美术特长？有的孩子为什么会有艺术天赋？一个人如何能发现自己天赋特长，其实并不是一件容易的事。需要寻找和激发，这个过程需要家庭、老师还有孩子三方共同努力去挖掘。“佛系”的孩子在内心精神世界比较富足的情况下，一

定有自己内在的价值追求，只是这个点还没有被点燃和激发。

第三，这类孩子的性格多数是比较平和的，他的人际关系肯定也不错。所以，对于“佛系”的孩子，家长不要过度焦虑，最重要的是怎么去点燃他内心的内驱力，一定要从他自己感兴趣的方面出发。但这不是靠一两句话就能解决的问题，作为家长需要用心去发现，看上去仿佛对什么都不在乎的孩子，他的内心究竟在乎什么？需要在生活细节中去琢磨和捕捉。当这类孩子的内驱力一旦被点燃，他的潜能是非常大的。尤其是高年级的孩子，一定要去引导他发现职业梦想。而关注和发现，是激发“佛系”孩子内驱力最重要的方法和策略。

### 寄宿还是不寄宿，孩子上学怎么选？

这个问题因人而异。跟孩子和家庭的安全感有很大的关联。总体来说，没有最好，只有适不适合。如果孩子需要寄宿的话，我觉得最重要的是家长和孩子共同做好心理准备。

第一，在寄宿前的一段时间里跟孩子建立非常好的情感链接非常重要，这种链接会带给孩子一种信任感和安全感，不管他去什么学校，他都知道爸爸妈妈是为什么送他去的，这是所有孩子适应寄宿学校的前提。

第二，共同去探索，寄宿学校和非寄宿学校到底有什么不一样，在这个方面我觉得要跟孩子一起经历一个探索的过程。因为对于孩子来说，这是一个完全未知的世界，提前去了解、参观寄宿学校，有助于孩子安全感的建立。

第三，告诉孩子，即便到寄宿学校读书，但爸爸妈妈对你的关注和关爱一直都在，只是换了一种不同的方式，让孩子感受到父母的爱其实是无处不在的。



扫一扫，  
更多解答，  
请看视频号

## 亲子宝典

## 新生儿咳嗽是怎么回事

文/吴玲峰（湖南省儿童医院新生儿科）

1. 呃咳。如果母乳特别充分，或者是配方奶粉喂养的奶瓶奶流量过大，导致孩子的舌头不能很好地控制喝奶的速度，会有一定的奶进入气管，此时孩子容易出现呃咳，甚至会将奶咳出来。这种情况应该先让宝宝安静，并将宝宝抱起来，拍拍嗝，然后等孩子平稳后再喂奶。2. 受到刺激。婴幼儿的咽喉部位非常敏感，如果受到冷空气、凉水等刺激，都容易导致气管开口处的组织出现水肿、发痒等异常状况。宝宝为了让局部瘙痒得到缓解，就会通过咳嗽的形式让瘙痒状况得到减轻，所以，婴幼儿咳嗽也可能是不良刺激引发的。3. 感染。如果新生儿所处的环境当中有人患有呼吸系统疾病，或者周围的空气环境比较差，存在比较严重的污染，此时也容易受到感染，出现感染性咳嗽。

## 打麻药对孩子身体有影响吗

文/廖伊莹（湖南省儿童医院麻醉手术科）

麻药类型分为局部麻醉和全身麻醉，正常注射麻药后，会对人体的感知神经、疼痛神经造成影响，尤其是孩子的年龄比较小，大脑中枢神经系统发育尚未完善，这种情况下如果多次注射或过量注射麻药，有可能会使中枢神经受到损伤。但如果采用的是局部麻醉，合理使用麻药的情况一般不会对孩子的中枢神经造成太大的影响，仅可能会有暂时性的局部肌肉疼痛、头晕、乏力等症状，通过调养、多休息等，可逐渐恢复正常。在正常情况下使用全麻，孩子需要进行气管插管呼吸支持，如果麻醉过程比较顺利，孩子在呼吸支持的情况下，不存在缺氧、缺血，麻药苏醒以后也不会对其智力和其他器官造成影响，所以，不用担心全麻用药的副作用。

## 儿童拔牙打麻药会损害大脑吗

文/何芬芳（湖南省儿童医院麻醉手术科）

常用的麻药是利多卡因，剂量很小代谢也非常快，对大脑不会产生任何影响。所以，儿童可以在麻醉作用下拔牙，具体情况如下：牙体硬组织与牙周软组织的治疗属于有创操作，操作过程中会感觉疼痛；利多卡因作用就是局部麻醉，作为常用麻醉药，患者使用后在整个治疗操作过程中没有特别明显的不适感。因此在进行较稳固的乳牙拔除，或较复杂的多生牙拔除时，要用利多卡因进行局部麻醉。儿童对拔牙难免会有恐惧心理，所以需要局部麻醉辅助缓解疼痛，便于拔牙的顺利进行，也能让儿童更好配合医师操作。麻醉效果通常可持续 2 小时左右，局部麻醉药作用消失后神经功能就完全恢复，并且对各类组织无损伤作用。麻药残留一般在 2-6 小时内就可排出体外。