

党的二十大报告提出，“弘扬中华传统美德，加强家庭家教家风建设”，这是“加强家庭家教家风建设”首次写入党代会报告。同时，报告还提出要健全学校家庭社会育人机制，加强未成年人思想道德建设。“健全”和“加强”，进一步确立了家庭教育、社会教育在我国教育体系中的重要地位。

一直以来，湖南高度重视家庭教育指导服务工作，推动了一系列开创性的探索和实践。为满足全省广大家长对家庭教育科学化新需求，为家长提供专业、实用的养育知识、方法、技巧，探索创建可复制、可推广、可借鉴的家庭教育新模式。在湖南省妇联的指导下，今日女报/凤网特别开设“湖南家庭教育”专版，通过新闻报道、专家分析等形式，呈现典型的家庭教育案例，解读和剖析广大家长在处理亲子关系、亲密关系等方面的困惑，为遇到同类问题的家长提供触手可及的现实帮助。

# “淡定弟”火了！ 父亲分享 10 岁儿子凭什么能对话 36 国网友

今日女报/凤网见习记者 陈雪炎 供图/受访者

“Hi, I come from China.”最近，长沙一小男孩在语音聊天室和外国网友对话的视频“火出了圈”。视频中，他英文流利、从容淡定，遇到不友好的发言还会力“怼”，被网友称为“淡定弟”“别人家的孩子”。

如此有气场的孩子是怎么养成的？家长有怎样的教育良方呢？近日，今日女报/凤网记者采访了“淡定弟”的父亲陈波，听他分享自己家教故事。



## 不信邪，帮听力障碍女儿正常求学

谈及英语学习的这些门道，陈波坦言，都是从陪伴女儿做语言康复训练过程中总结出来的。

原来，视频里说着一口流利英语的姐姐早在1周岁时就被确诊双耳极重度耳聋，1岁半时植入了人工耳蜗。植入人工耳蜗只是第一步，陈波面临更大的挑战是陪女儿学习说话。

“我第一次陪女儿到康复中心时就有人直接让我回去。”陈波说，当时有人对他说，陪听障孩子做康复训练是个漫长又艰辛的过程，需要家长有强大的耐心、爱心和恒心，湖南还没有一例父亲带孩子恢复成功的案例。但当时儿子出生刚一个月，妻子不便外出，为了不让女儿

错过学习说话的黄金窗口期，陈波决定辞去工作，全身心陪女儿到湖南省听力语言康复研究中心学习。

第一个月下来女儿没有发声，陈波的嗓子先哑了。“那段日子，每天除了睡觉，我就不停地跟女儿说话。”对于女儿来说，出生以来的前22个月都没有听到过任何声音，现在每天进行大量听力训练是必要的，于是，陈波就每天大量为女儿读绘本，反复教女儿尝试开口。

终于，到2012年12月底，女儿开口说出了她人生的第一个字。“那是在康复中心的走廊上，她穿着小棉袄，突然张口说话了。”陈波激动地说，“虽然吐字不清晰，一直说‘wa’，但我知道，她是在

说墙上的花。”

女儿的第一次开口给了陈波极大的信心，他每天更加努力地陪女儿做听说训练，一有时间就到各个地方去参加各种听障训练讲座、分享会，学习康复知识。在陈波的陪伴下，经过一年半艰难的听力康复训练之后，女儿的发音清晰度达到了95%，从康复中心顺利“毕业”，并进入正常学校学习。

而陈波自己也成了半个语言学习“专家”，把记了满满一笔记本的语言学习“秘笈”，还用同样的方法帮助女儿学习英语口语，他希望通过自己的努力证明听障儿童也能说一口漂亮的英语。

## 好家风，读万卷书也行万里路

除了一口流利的英语，弟弟和各国网友对话时波澜不惊、泰然自若的表情更是“火出了圈”，不少网友因他身上不符合年龄的从容和成熟，亲切地称呼他为“淡定弟”。

“淡定弟”为何能做到如此“淡定”？

“这可能和我们家的教育方式有关。”陈波说，他对孩子们的教育受自己父亲的影响很大。

陈波回忆，从艰苦岁月过来的父亲是一位知识青年，他常常告诫自己任何情况下都要保持戒骄戒躁、谦虚谨慎。

“父亲勤俭朴素、终身学习的精神，给我树立了榜样，也成为了我教育子女的模式。”陈波说。

从认字起，陈波就很注重鼓励孩子们阅读，每周带他们到图书馆自由借阅，但也立下约定科普类书籍借阅量不少于1/3。2022年全年姐弟俩借阅书籍近500本。

除此外，陈波还坚持带孩子们去看世界，从曾国藩故居、井冈山革命根据地，到西安兵马俑、敦煌莫高窟，从新疆沿独库公路行至乌鲁木齐……每到一处，他都会带孩子们去看博物馆、具有历史印记的景点，查找地方史志知识，深度体验当地文化特色。

“有一次去到泸定桥，我们在那里待了一整天，来回走了四次。”陈波回忆，当时孩子们看着桥下湍急河流，身临其境地感受了一把“飞

夺泸定桥”的无畏精神。

“读万卷书行万里路，让他们对祖国有更深了解，会越坚定和自信。”陈波说，这也是为什么每次和外国网友对话，姐弟俩都会自豪地拿出国旗告诉对方他们来自中国。

在陈波看来，父母在孩子幼年时要做孩子学习的主导者、生活的照顾者、行为的规范者和身心的保护者，等到孩子长大一些，父母则应该以一种朋友的方式来和孩子们相处。

“不断转换角色，陪伴孩子一起成长，是我一直要做的事。”陈波笑着说。

### 家教新视角

## 有远见、有策略的陪伴是最好的家庭教育

方先义（湖南省家庭教育学会常务理事、中国作家协会会员）

“淡定弟”火了，这种因家庭教育成功“火出圈”的案例，在我们这个时代还可以更多一些。

网友们点赞，赞的是“淡定弟”与外国网友沟通时出色的表达能力、表现出的“小外交家”的风度。“自古英雄出少年”，中国传统文化中便有为幼年时期不俗表现的儿童点赞的经典，“孔融让梨”“曹冲称象”“骆宾王咏鹅”……小小年纪凡能表现出一种气象，总会令人击节赞叹。从对陈波的采访可以看出，“淡定弟”读万卷书行万里路的修身方式，才是孩子处世能做到“泰然自若”的

原因。

惹人点赞的还有其家庭为孩子搭建的高效的学习环境。“淡定弟”的父亲陈波的付出，体现出了他在家庭教育上有远见、有策略。开口学英语的氛围营造是学习语言的最佳方式，这是很多教育者的共识。然而，一旦学习者离开学校或机构，回到自己的日常生活，就会陷入“聋子英语”或“哑巴英语”的学习环境。“淡定弟”能在父亲构建的网络聊天室与外国网友对答如流，折射出陈波家庭学习策略的高明、执行力的强大。

很多双职工家庭要么因工作繁忙，想要做到陪伴有心无力，只能

把孩子交给培训机构或全托机构；要么认识上有偏差，以为孩子可以自己一样自然成才；要么就是作为家长的责任意识不够，没有想到这个成长的黄金时期对于孩子的一生有多重要。

陪伴是最好的教育。怎么做到好的陪伴？比如在孩子成人礼或生日时做见证和陪伴；在孩子脆弱和无助时，给予更多的鼓励和陪伴；在培养孩子的阅读习惯时，提供有质量的阅读陪伴；在帮助孩子改掉不良习惯时，以身作则做好指引和示范。

期待有更多的“淡定妹”“淡定姐”“淡定哥”能够出现。

## 不缺席，陪孩子连线 36 国网友练英语

视频中的“淡定弟”名叫陈铸蹊，今年十岁，他的姐姐陈临溪今年十二岁，姐弟俩同为长沙市芙蓉区大同瑞致小学的学生。视频记录的是他们通过语音聊天室与外国网友连线对话的日常，姐弟俩用英语对答、发音标准，让不少网友直呼“有外交家气质”！

小小年纪如何做到英语说得这么好？陈波给出了答案。

“一是大量的英语聆听输入、词汇量的积累，二是创造语言环境。”陈波说，他从姐弟俩幼时开始就带着他们读绘本，牛津树、海尼曼等几十本绘本听读了不下五六遍，更鼓励孩子坚持每天早起打卡70个英语单词，养成好的学习习惯，到目前已经坚持了480多天，掌握了5000个左右的词汇量。

从孩子三年级开始，陈波开始有意识地为他创造语言环境，通过寻找国际朋友、创建微信群等方式让姐弟俩尝试用英文交流。去年7月，陈波开始在短视频平台上开通账号，让孩子们用聊天室功能连线外国网友，锻炼口语。聊天室里从最开始只有两个人，到现在多的时候能有五六百人，少的时候也有大几十人。如今，他们几乎每天都会语音聊天室进行40分钟的连线对话，已经连线了36个国家的网友，与27个国家的网友互换过联系方式。

“我能明显地感觉到孩子的英语口语进步很大。”陈波表示，家长英语口语不好没关系，可以通过这种聊天室来帮孩子创造语言环境，连线过程中还能遇到很多有趣的人和事，让孩子了解其他国家的不同文化，潜移默化中也激发了孩子学习英语的热情。

“但是这也要求家长有陪同孩子学习和帮助孩子规避网络上不良影响的能力。”陈波一直主动参与到孩子的连线学习中。他提醒，网络空间纷繁复杂，随机连线有可能会遇到一些不友好的人，需要家长有陪同和筛选的能力，帮助孩子过滤掉一些可能会产生不良影响的人。