

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、妈妈双重视角来畅聊家庭教育，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⑨：

为什么成绩中等的孩子是“潜力股”

今日女报/凤网首席记者 章清清



校长妈妈：李菲萍
长郡双语谷山实验中学副校长
长沙市优秀骨干教师
长沙市优秀班主任
从教三十年，女儿已工作

故事

高考失利的女儿成功逆袭，入职世界四大会计师事务所

校长妈妈李菲萍有一个非常优秀的女儿：大学毕业后成功申请到香港城市大学读研，硕士毕业后又进入了世界四大会计师事务所之一的德勤会计师事务所工作。

实际上，在此之前，李菲萍的女儿的高考成绩并不理想，只上了一所普通的大学。

那么，她是如何逆袭的呢？

“在培养女儿的过程中，我和很多现在的家长一样走过一段复杂的心路历程。”5月14日，李菲萍告诉今日女报/凤网记者，一开始，她对女儿倾注了非常大的期待，“那时候我还买了《哈佛女孩刘亦婷》的书来看，一心希望我女儿将来也能像她那样出类拔萃。”

但是，随着她带过的学生越来越多，她发现过于看重孩子的学习成绩，对孩子的成长并不利。

“我当班主任很多年，发现有很多学习成绩优异的孩子，因为他一直生活在被期待当中，会过得比较压抑，甚至有时候会产生心理上的一些问题，还有的孩子成绩很好，但他可能很容易被孤立。因为他把很多的时间用于提高分数上了，他的社交能力就比较弱。”李菲萍说，这些现象促使她开始反思自己对女儿的教育方式，并且进行了调整。

“我后来把女儿的身心健康放在关注的首位，学习成绩只要达到她力所能及的高度就可以，我对她的要求是保持在班级中等偏上。”李菲萍说。

可谁也没想到的是，因为高考前规划的失误，女儿高考失利，志愿填报得也很不理想，只能上一所非常普通的大学。

“应该说考出了高中三年她最差的一次成绩，对我的打击和对她的打击都很大。”李菲萍说，但是她并没有因此过多地去责怪女儿，而是把选择权交给女儿，让女儿来决定自己的人生方向。

“她大学四年，我真的没管过她任何学业和生活上的事情，我说妈妈相信你是有潜力的孩子，高考失利不代表人生失利，还可以放手去搏。”李菲萍说，因为她平时就常常教导女儿要乐观面对波折、不要轻言失败，很少去打击责骂孩子，所以，她女儿应对挫折的心态就很好，也因此能很快从高考失利的阴影中走出，并积极投入到大学的学业中。

“在中学阶段，我从没有‘鸡’过她，所以，她学习的后劲一直很足，最终在大学阶段迸发出了极大的潜能，不仅拿到了全国奖学金，还成功申请到了赴香港城市大学读研。”李菲萍说，通过我女儿的成长经历可以看出，对于孩子的成长，家长真的不要过于焦虑，而应该把孩子的成长期限拉长，然后要看到他未来的发展。“因为学习成绩的好坏只是孩子某个成长阶段的反映，而决定孩子未来能走多远的关键，一定是要有健康的身心、勇于面对挫折的勇气和良好的社交能力。”

校长说

当孩子和老师之间发生了误会怎么办

我女儿读高中时和老师发生过一次误会。

因为她有鼻炎，所以嗜睡。有一次，上课时，她和她优秀的同桌都睡着了，一直到下课也没醒来，正好被老师看到了。当时，老师当着全班同学的面狠狠地批评了我女儿，还认为她带坏了同桌。

我女儿非常委屈，我知道后也很难过。但我觉得作为家长还是应该化解她对老师的这份埋怨。所以，她跟我倾诉的时候，我先跟她共情，理解她受的委屈，然后，再从正面引导她看待这件事。

我告诉她，老师批评你，是因为爱之深才责之切，老师或许并不知道你有鼻炎的毛病，所以也会受刻板印象的影响，但通过沟通是可以解释的。

后来，她用我的手机给老师发了一条信息，解释了这个事情，老师也回复了她，顺利地化解了这个矛盾。

其实，孩子和老师之间发生误会很常见，作为家长要做的是，助力孩子和老师之间的良性沟通。孩子如果抵触老师，对他的成长是很不利的，甚至会因为抵触老师而排斥学习。亲其师才能信其道，就是这个道理。

家长碰到这种情况，一定要想方设法地消除老师和孩子之间的误会。有些家长处理的方式比较粗暴，一上来就指责孩子，或者“护犊子”地认为是老师的错，这都是不合适的。最好的方式是先共情，听孩子倾诉，然后在理解孩子情绪的基础上，慢慢引导孩子理性地思考问题，最后找到解决问题的办法。

决定孩子未来人生幸福的关键品质有哪些

教了三十年书，我觉得对孩子未来发展影响最大的性格特征有几点：

首先是要合群，要是个有良好人际交往能力的人。我们的社会本身就是人与人之间关系的构成，一个人的能力很多时候就体现在关系的处理上。当他建立了良好人际关系的时候，他感知幸福的能力和获得帮助的可能性才会更大，才会获得更好的发展平台。

第二就是乐观，有强大的承受挫折的能力。因为生活不会是一帆风顺的，只有拥有了在困难面前永不妥协和放弃的心态和能力，才能走得更远。

第三是善良，或者说有悲悯情怀。用鲁迅先生的话说，“无穷的远方和无数的人们，都应该与我休戚相关”。有悲悯情怀的人，他能更好地处理与这个世界的关系，以及善与恶的关系。当他与恶和解时，就能成为真善美的化身，就能释放出无穷的能量。所以，我觉得一个人不管他处在一个什么样的社会阶层，或者说拿着怎样的薪水，只要他有悲悯情怀，他都会成为一个有感知幸福的能力，也能给别人创造幸福的人。

亲子宝典

儿童发育迟缓怎么办

文/雷欢（湖南省儿童医院疑难综合病房）

儿童发育迟缓需要通过饮食的方法来做调理，同时还需要配合运动训练的方法来做改善，以及多和孩子进行交流和沟通。

1. 饮食调理：儿童发育迟缓可能是体内的营养成分摄入不足所造成，可以通过饮食来进行调理，在饮食上要多吃一些优质蛋白类的食物，比如鸡蛋牛奶和豆制品，也可以选择吃鸡肉鸭肉和猪肉，这些食物里面的营养成分含量是比较丰富的，能够补充身体所需营养，而且还能促进身体的生长以及发育。

2. 运动训练：在身高发育迟缓的情况下，还需要积极地参与运动，通过运动，能够改善大运动发育迟缓的症状，促进骨骼生长及发育使骨骼的协调能力得到改善。

3. 交流：日常生活中多鼓励孩子说话，多做一些小游戏，通过语言表达的方法，能够达到刺激语言发育的效果，帮助改善语言功能发育迟缓状态。

鼻子呼出的气感觉很热怎么回事

文/吴术其（长沙市中心医院结核病诊疗中心急诊病房）

鼻子呼吸出来的气很热，这个时候主要考虑呼吸道有不同程度的炎症反应。比如受凉、淋雨、熬夜、酗酒等诱发因素，使机体免疫力下降，从而受到了病毒、细菌等病原体的入侵，使呼吸道的黏膜出现了比较明显的充血、水肿，这个时候气道黏膜的毛细血管会扩张，使气道散热，出现温度不同程度的升高。鼻子呼出的气感觉较热，一般伴有上呼吸道感染，常见为鼻炎、鼻窦炎、急性化脓性扁桃体炎及急性咽炎。

1. 鼻炎与鼻窦炎：鼻炎、鼻窦炎常出现鼻塞、打喷嚏、流清鼻涕、脓鼻涕或嗅觉下降等症状，鼻窦炎和鼻炎主要由上呼吸道的细菌和病毒感染所造成。在急性期可能出现全身发热症状，因此一般需给予及时治疗。**2. 急性化脓性扁桃体炎及急性咽炎：**在急性期会出现发热、口臭、咽痛、吞咽困难等症状，呼出的气体会较热。此时需使用抗生素及时控制炎症，才可使病情逐渐好转、恢复，同时使用喷雾剂或者雾化吸入治疗。