

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⑬：

激发“普娃”的学习潜能，抓住这四点

今日女报/凤网首席记者 章清清



校长妈妈：陈芳
湖南湘江新区德润园小学校长
湖南省“未来教育家”培养对象
长沙市优秀教师
长沙市德育工作先进个人

校长说

成绩不好的孩子，该如何激发他的学习潜能

其实任何一个孩子都有自己擅长的方面，是我们的评价有时候过于单一了，作为家长，首先要帮助孩子建立自我认知，助力他在擅长的方面得到更好的发展，比方说在学校球打得特别好，街舞跳得特别酷，画画特别棒，他就可以从这个擅长的项目中找到价值感和成就感，自信心大增，自然能激发学习潜能。第二，要让孩子处于积极状态中。很多孩子学习成绩不好，不是因为他不聪明，而是因为他长期处在消极状态中，大脑受到抑制的结果。我们要相信每个孩子都有无穷的潜能，只有让孩子处在积极状态中，才能开发他的潜能，并创造各种成功的可能。我们也不要给孩子“贴标签”，不要和其他的孩子做过多的比较，越贴标签越比较，孩子可能成绩越差。第三，要帮孩子找到成绩不好的原因。其实每一个孩子都有本能的上进心，造成学习成绩不好

的原因很多，家长要帮他们找到原因。是专注力不够？学习习惯不好？是某一方面的能力相对发展滞后？还是家庭学习环境的影响？找到症结，才能更好的帮到孩子。比方说，专注力不够的，可以进行专门的训练，帮助他做到专心听、专心看、专心做、专心想，成绩自然会提升。第四，适当的磨砺可以激发学习的潜能。

现在的孩子生活都比较优渥，缺乏战胜困难的意志力，开发孩子的潜能，也可以采用砥砺法。我教的一个孩子，人蛮聪明，就是无心学习，成绩差。爸爸是快递公司的，他给孩子请了假，带着他去上班，逼着他去搬运包裹，一天下来，孩子喊累，哭着闹着不肯干了。爸爸不准，硬是逼着他干了三天。孩子经过这番磨砺，再返学校读书，学习积极性提高了，成绩也噌噌地提高。

故事

我接受儿子是个“普娃”

“我的孩子不是‘牛娃’，他只是个很普通的孩子。”8月14日，湖南湘江新区德润园小学校长陈芳接受了今日女报/凤网记者的专访，在聊到自家孩子的教育时，她坦诚地说，她的儿子是个“普娃”，不是学霸，但阳光开朗、性格温和，进入高中后在学习上爆发出了很大的内驱力，在学习上已经不需要他们操很多心，让她欣慰又骄傲。

“我从教30多年，就我的观察，其实绝大多数的孩子都不是‘牛娃’，‘牛娃’只是极少数的孩子”。陈芳坦言，但很多家长在自己的孩子身上投射了过高的期望值，这才会有各种“鸡娃”现象，以及普遍的焦虑心态。其实，如果家长能早一点意识到这点，早点摆平心态，以平常心看待孩子的成长和学习，结果会大不一样。

“形形色色的孩子，我看了这么多，无论是学习还是成长，孩子其实有他自然的发展规律。但一些家长在小学时就把孩子过度开发了，到了初高中反而会显得后劲不足。”陈芳说，她的儿子上小学时成绩在班级排名20名左右，但她和先生也没有特别焦虑。有

一次，儿子考试没考好，只打了80多分。回家告诉他们后，她只是“哦”了一声，反倒让儿子有“意见”，“批评”他们怎么可以这样轻描淡写。

“我说，因为妈妈相信你可以做得更好啊！”陈芳笑着说，从小他们对儿子从不苛责，学习上只要他尽力而为就好，所以，儿子遇到了困难或者犯了错从不隐瞒，愿意跟父母倾诉，他的内心蓄满了积极的能量，也一直相信自己能迎头赶上。

“现在他上高中后，知道自己要为什么去学习了，内驱力一下就上来了，成绩反而比小学时期好一些，而小学时期有些成绩比他好的孩子，现在反而落在了他的后面了。”陈芳说，他们和孩子的亲子关系也特别好，只要有空，夫妻俩都会去接儿子放学，然后一起陪伴孩子回家，这是他们家坚持多年的习惯。

“在孩子成长的过程中，我给我儿子最重要的东西只有两个，一个是安全感，一个是信任，我告诉我的孩子，不管你怎么样，妈妈都是最爱你的，告诉他这样一个底线，孩子不会差到哪里去”。陈芳说。

“鸡”娃和内卷是家长的错吗



校长妈妈陈芳希望孩子们做最好的自己。

我认为“鸡”娃和内卷不能说都是家长的错，只能说是社会各方面因素作用下，造成家长过度关注孩子教育的一种表现。现在家长普遍是80、90后。在上世纪80年代之后，这一代人经历了社会经济的高速发展，要么是自己本身，要么是看到身边的人通过知识改变了命运。还有城市化的高度发展，让很多人从农村走进大城市，而这些人中尤其以通过高考完成阶层跃升的居多。所

以，这一代家长相对而言更重视教育，更相信知识的力量，他们本身也具备“鸡”娃的知识储备。再有，现在大多数家庭只有养育1-2个孩子的计划，所以每个家长，都把自己的宝贝孩子当作天才来培养，从备孕到孩子出生、孩子上学，这一个过程，家长们都像在进行军备竞赛一样，生怕自家的孩子落后。投入越多，关注越多，关注越多，要求越多。

至于如何打破这种局面，我觉得也不可能是单方面的。从社会层面来说，一是提高生育率，一个家庭如果生养有多个孩子，父母自然就没精力“卷”了；二是教育资源的优化，比如，因为近年有指标生的政策，我发现中考就没以前那么“卷”了；三是社会自我实现途径的增多。我相信，当这些方面都得到提升和改善后，将来教育“内卷”的局面就会被破解。

资讯 >>

今日女报/凤网讯（通讯员邓琼）怎么给老师“减负”？规范各类常规教育活动、切实加强会议文件管理、减少各类表格材料填报、严控各类无关社会事务……8月14日，记者从长沙市教育局获悉，长沙市发布《长沙市减轻中小学教师负担十

条措施》，减轻中小学教师负担，营造教育教学良好环境。

为了规范各类常规教育活动，《措施》指出，除省级以上部署的专题性教育外，其他需要开展常规性教育项目原则上由学校融入学科课程、地方课程、综合实践课程或社团活动开展，

不得组织编写或指定教材读本、强制规定课时、开展评比竞赛，不得要求教师提供资料、统计汇总情况，不得随意设置与考核挂钩的奖项、发布通报排名。

同时，加强各类微信群、QQ群管理，清理整合作用不大、职能重叠的微信群、QQ群。通

过各类公众号或网络平台要求师生参与学习培训、调研测评等活动，要尽量优化程序、压缩内容、减少时量，不得设置不切实际的达标要求。

此外，《措施》还特别强调，学校可以引进优质校外资源参与学校课后服务，协调解决教

职工编制紧缺问题，探索试行教师错峰休假、弹性上班制度。同时，坚决纠正片面追求升学率倾向，着力为教师身心减负，重视关注教师心理健康，优化教师工作生活条件，提高教师幸福指数。

长沙十条措施为中小学教师“减负”