

编者按



生活中,你和孩子斗智斗勇过吗?家长绞尽脑汁想让孩子听话、懂事,希望他成为自己心目中“完美”的孩子,但有的时候并不如愿。父母之爱子,则为之计深远。为什么我们很爱孩子,孩子却离我们越来越远?

今日女报/凤网全媒体专栏《辣妈研习院》全新升级。每周一期,聚焦网络热点亲子教育话题,特邀亲子专家细致剖析孩子的成长问题,缓解育儿焦虑,助你用智慧和爱陪伴孩子成长。

家庭教育·咨询互动类栏目 辣妈研习院

王建平博士家庭教育  
比陪伴



# 家长吐槽  
学校就餐时间仅 20 分钟 #

近日,河北衡水有家长吐槽学校规定学生吃饭时间仅 20 分钟,时间非常紧迫,孩子们都是狂奔食堂。家长称,孩子读高一经常吃不饱,有时候甚至吃不到饭,紧张到中午打个电话的时间,饭堂就关门了。家长质疑学校这样的规定不合理,同时也引发了网友热议,有网友表示不少高中学校都有这样的规定,还有网友说:连饭都吃不饱,哪有精力学习?

教育学会留白,孩子成长更好

我觉得这个网友说得很对,“连饭都吃不饱,哪有精力学习?”确实,有这样一些学校中午到食堂吃饭都要求学生跑步去,课程表上排得满满的,午休的时间都被用于面批面改,用于做练习讲试卷。一些家长把孩子的作息时间表精细到用表格来安排,一切以应试和考高分为目的,这种模式或许确实可以让孩子拥有高分和高文凭,但却扼杀了孩子最重要的创造力和个性。教育的本质应该是育人,而不只是培养考试的机器,育人的教育是需要“留白”的。

“留白”原本是属于绘画中的一种技巧。是指留出适当的空白空间会让作品更有意蕴。教育留白,是给孩子更多的自由空间,允许他自己探索、发展自我。

如今的环境太早限制了孩子的体验活动,给予孩子太少的童年“留白”、学校“留白”、课堂“留白”。应试教育的异化让孩子过早脱离了儿童的世界,被束缚、被局限,导致老化、僵化,不再可爱,不再充满生机,也因此导致心理问题层出不穷,而且越来越低龄化。所以,才有了现在的

“开学一个月儿童精神科爆满”的热搜新闻。

不要见缝插针地把孩子们的每一分钟、每一秒钟都填满,保证孩子身心健康,尊重儿童成长规律和认知特点,有节奏、有弹性的学习,才更有效率,也更可以持续。孩子的成长也需要留白,把周末、寒暑假让给孩子自己,支持他、训练他学会时间管理,学会规划学习,学会心无负担地敞亮地玩,这种鼓励、商量、放手的教育,一定比命令和谴责好用一万倍。孩子唯有在自由成长的空间,才能探索和发展出真正自驱力以及自主学习的能力。被催逼长大的孩子是永远长不大的孩子,即便他一时可以拥有光鲜的成绩单,但对于孩子长长的一生来说,成绩单就能决定他未来的幸福和成就吗?

所以,真正的教育是放手让孩子自由成长,这里的自由成长不是不约束、不管理,而是让他们主动学习、主动创造,这才是教育的本质。

家庭教育·成长改变类栏目 慧妈手记

“90后”院士黄培云分享家教“秘诀”

1 关于教育本质,有一个诗意解读:“一棵树摇动另一棵树,一朵云推动另一朵云,一个灵魂唤醒另一个灵魂。”教育不是规训与惩罚,教育是唤醒和点燃。

此刻,我想先推荐一本书:《道德教育的三十个细节》。当天读完,我就在朋友圈写下:“今日,读完华东师大高德胜教授这本书,特别受益。看后记才知道他曾是鲁洁教授的学生,感佩于理想主义的传承。真诚的学者,带来审视和思考,带来感召、养分、力量。”

这是一本反思之书,虽然针对的是学校教育,但对于家庭教育同样适用。我想介绍其中一篇:《“大眼睛”——论教室的“监狱化”及其后果》。现在教室里装监控几乎是标配,高教授却指出这样孩子无法放松和舒展,容易形成分裂的表演型人格。其实家庭里也是这样,许多家长尤其是妈妈把大量精力聚焦于孩子,以爱之名,却施以控制。现在青少年心理问题频发,部分和这相关。

爱女。新婚不久之后,他们就回到了祖国。黄先生参与创办了中南大学的前身——中南矿冶学院,成为粉末冶金学科奠基人。我曾担任了黄培云院士口述传记的访谈作者。这样的访谈任务,让我得以探寻一个人、一个学科、一个时代之间的关联与逻辑,得以近距离感受学贯中西的大家风范和博雅之气。

能够访谈蔡皋女士和黄培云院士是我的幸运,这样的访谈令我往思想更深处漫溯,去思考是怎样的教育造就了他们这样做人谦逊、做事切实、修养深厚又锐意创新的人;去探究是什么令他们如此元气淋漓,内驱力如此持久,绵延不绝。

我在访谈时问黄院士什么是一生最骄傲的事。他说:“我九十多岁了,我这一生最骄傲的是从没有浪费过粮食。因为我母亲从小就对我们要求严格,小时候吃饭如果有食物掉到桌上,得捡起来吃下去;如果掉到地上,得捡起来、洗干净,再吃下去。”

《古文观止》的名篇名句,黄院士总是脱口即出。耄耋之年,聊到高兴处他的手指还会放在膝盖上打节奏,因为,他一生热爱古典音乐。而这些,都是自小教育和熏陶的结果。

所以,大国民的尺度,往往立足于小时候的小事情。

3 第三个是“一字马外婆”的阅读故事。这是我的母亲,她小学都没毕业,四十出头就成为钢铁公司的下岗女工。她和父亲没有给我和妹妹带来物质依靠,但他们一生善良朴素、自尊自立、庄敬自强,他们用行动引导我们行稳致远。母亲曾经中年发福到 80 公斤,硬是通过坚持运动成功减肥,现在 72 岁了,还能够轻轻松松一字马。我喜欢读书行路,几乎每次旅行都是扶老携幼。尤其父亲去世后,我更注意陪伴母亲出行。

我建议她读书、做行前功课,她刚开始时很畏难,说自己字都认不全。我鼓励她慢慢来,从读图开始。母亲逐步养成了阅读习惯,七年前夏天我带她去欧洲,行前我工作忙忘记推荐做功课的书,没想到我发现母亲已经在书柜里找出了《极简欧洲史》放在床头。

第四个是我和孩子的故事。我在孩子上小学之前,给他写下了十几万字家书,这本《温暖的孩子:幼儿时代》记录了他许多成长点滴。写完后我自己到打印社制作了一本,把孩子出生时的小脚丫印在封面上。封存了十年后,在孩子成年之际,他收到这本特殊的礼物。当时就快高考,他依然抽空写下这篇《我的奇葩“双减”妈妈》,作为回馈给我的成年礼。

我与母亲、孩子都是微小的普通人。但我们之间的家庭教育不是单向的灌输和要求,是平等的互动,是人间真情的日常。

一个独立的人,才是家庭教育的初心和远方。

慧妈简介 >>



郑与点

《新课程评论》执行主编。“尊重边界感,珍视与孩子相处的每一天,不焦虑,欢喜于当下,我是一个这样的妈妈。”

2 分享四个小故事。前两个是我作为访谈作者的亲闻,后两个是我与母亲和孩子的亲历。

第一个是蔡皋老师的故事《心思一好,一切皆好》。蔡老师是中国原创图画书名副其实的先行者,也是我们都熟悉和喜爱的湖南出版大家中的一位。她的童年是生命最初的“桃花源”。父亲母亲,尤其是外婆,鼓励她独立、自信,修剪她的枝丫,给她立规矩的同时,更多的是呵护着小蔡皋的自由天性,带给她温良、率真、审美、勇敢的生命底色,使她在成长过程中无论经历什么风雨,都能够把一地鸡毛,变成一地锦绣。

第二个是黄培云院士的故事。黄院士是西南联大第一届毕业生,考上庚款赴美,成为麻省理工学院的博士。他的夫人赵新那老师毕业于哈佛大学化学系,是赵元任先生的

