



湖湘好家教故事会

2024年湖南省家庭教育指导精品课程竞赛结果发布

家庭教育烦恼怎么破？这60堂精品课有干货

今日女报 / 凤网记者 吴雯倩

5月15日是国际家庭日。当天，2024年湖南省家庭教育指导精品课程竞赛结果发布，《读懂孩子的情绪密码》《隔代教育分歧的解决之道》等60门课程分获一、二、三等奖，并被纳入湖南省家庭教育精品课程库，将予以全省推介。

此次竞赛自2023年12月启动，全省广大从事家庭教育指导服务的管理者、指导者、志愿者们纷纷响应、积极参赛，掀起精品课程竞赛热潮。活动分幼儿园、小学组、中学组，共收集到超600份参赛作品，课程内容涵盖品德养成、行为习惯、身心健康、隔代教育等多个方面，直面家长科学育儿需求和家庭教育重难点问题，传播家庭教育科学理念和方法。

经各市州初评、湖南省家庭教育研究会复评、专家与家长代表定评，最终60堂精品课程脱颖而出。我们从不同年龄段出发，看看获奖课程中都有哪些干货。

对0-6岁婴幼儿讲规矩更要讲爱

“真正的规矩是体现爱的规矩，真正的爱是带着规矩的爱。”湖南女子学院副教授刘海云长期从事儿童早期发展研究，在本次竞赛中，她用真实自然的讲座，开启了一次有关规矩与爱的课堂，与家长分享如何找到开启孩子美好未来的“金钥匙”。

刘海云提出，0-6岁的学龄前阶段是个体习得和内化社会规则、价值观，形成自我观念和行为习惯的重要阶段，家长应基于孩子身心发展的阶段性特征和规律来制定与之相适应的规矩和管教要求，“规矩意识是父母能给孩子第二个

重要礼物，爱是第一位的，规矩和爱既对立又统一”。“0-6岁课程不仅要关注孩子的成长和发展，还要注重给家长以科学的教育方法和理念。几堂课程都重点提到了不要忽视婴幼儿的情绪，这具有很强的针对性和实用性。”湖南师范大学教育科学院教授王卫华在接受今日女报/凤网记者采访时对幼儿组课程整体情况进行了点评。他认为，6岁以前是儿童情感和心理发展的关键阶段，幼儿的情绪变化频繁，但语言能力有限，因此，小年龄段孩子的家长通过观察身体语言和倾听才能读懂幼儿的情绪密码。

小学阶段抓好自主习惯养成

做事拖拉、学习畏难、爱看手机等是许多小学生家庭头痛的问题。在这次课程竞赛中，不少讲师以自主习惯为话题纷纷支招。郴州市宜章县家庭教育指导服务中心谭兰月制作的课程《如何引导孩子正确地使用手机》获得小学组一等奖。她从手机使用这个具体话题出发，进而探讨如何培养孩子的自律性，指导家长设定目标、制定计划、时间管理分三步走，举一反三形成一套关于自主意识培养的方法。

“小学组的课程在服务性上表现出了一定的专业性和实用性，也较好地贯彻了以问题导向去探讨的理念。”湖南师范大学教授陈云凡介绍，获奖课程都从家

长视角出发，为家长服务，体现小学学段的孩子特点，选取小学生家长关心的热点问题进行回应和指导。如湖南民族职业学院教师陈思羽针对沟通问题，指导家长在与孩子说话时擅用信任的语气、尊重的语气、鼓励的语气、赞赏的语气、商量的语气，做“会说话”的家长。

“家长不必纠结孩子在小学阶段的成绩，其实自主意识培养更为重要。”陈云凡建议，从兴趣出发，激发孩子的探索动力，从而更容易养成自主学习的好习惯。家长可以通过创设有趣、舒适、富有色彩的环境，陪伴孩子阅读、绘画、观察、实践，尝试不同方式，发现孩子的特长和潜能，并给予积极的鼓励和支持。

与青春期孩子相处先通情后达理

“叛逆是青春期孩子成长的必经之路，作为父母我们首先要认识到这一点，改变我们与孩子相处的方式，要懂得尊重孩子、理解孩子，学会放手。”长沙市南雅中学教师范韵在一线担任班主任多年，她经常收到家长抱怨孩子一上初中就不听话、唱反调，她一直通过面对面谈话、写信、发短信的方式与家长交流，“但这些回复并不够系统，这次课程竞赛我觉得是次非常好的机会，让我把平时积累、梳理的想法系统地表达出来”。

这次竞赛中，她设计的课程《如何陪伴孩子走过青春期》分别从认识青春期的孩子、家长的思路升级、该如何与青春期孩子相处三个维度进行分享。“了解孩子是沟通的前提。”她以向家长发起调查为话题引入，通过案例互动分享非语言沟通的方法，指导家长要先通情、再达理。

尤其面对孩子青春期萌动话题时，她用视频生动阐释了妈妈监视控制与倾听帮助两种做法下完全不同的效果，指导家长智慧对待“萌动”的青春期。

“青春期孩子总特征是好奇、求知欲旺盛、探索欲强烈，情绪感知能力强，所以显得既脆弱又情绪化，导致出现了部分叛逆行为。”湖南省教科院基教所家庭教育研究中心主任肖婷认为，与其他学段相比，中学生学业负担最重，直面中考、高考压力，且已具备基本的自理能力，中学生家长不再将抚养孩子的重点放在照顾孩子的衣食起居上，而是更加关注孩子的学业和升学，也会产生更多摩擦。她建议对中学生的家庭教育一是要宣传正确的成人成才观，二是要增加对家长进行青春期知识的科普指导，三是家校沟通，优势互补。

湖南省家庭教育指导精品课程竞赛获奖名单

一等奖

读懂孩子的情绪密码

吴嘉丽 长沙市雨花区雨花实验第三小学

规矩和爱：开启孩子美好未来的金钥匙

刘海云 湖南女子学院

隔代教育分歧的解决之道

雷任任 湖南外国语职业学院

如何引导孩子正确地使用手机

谭兰月 郴州市宜章县家庭教育指导服务中心

如何缔造孩子的安全感

曹丽君 邵阳市武冈市水西门街道光明小学

做“会说话”家长

陈思羽 湖南民族职业学院

如何陪伴孩子走过青春期

范韵 长沙市南雅中学

与孩子沟通，我们还可以这样做

葛丽珍 常德市桃源县文昌中学

陪伴孩子度过青春叛逆期

谢美良 岳阳市岳阳县职业中等专业学校

三等奖

你准备好了吗

李艳 长沙市教育科学研究院

心理营养育儿法

龙雄艳 株洲市茶陵县童飞扬家庭教育咨询有限公司

玩游戏更“聪”“明”

彭爱萍 怀化市旅游学校

二孩家庭中的竞争与合作

唐建平 湘西之心心理咨询有限责任公司

“巧”衔接“慧”准备

程荣 湖南省人民政府直属机关第一幼儿园

用心呵护 花开向阳

李燕红 衡阳市衡东县赤水镇幸福完小

爱之初家庭教育

彭美春 永州职业技术学院

谈“性”不色变—性教育要从娃娃抓起

龙星儒 张家界市中医医院

依“法”带娃“照”见未来

谭颖 湘潭市湘潭县婚调委

读懂孩子的情绪

郭军 湖南文理学院

聚焦八学准备，助力科学衔接

何佳惠 常德市鼎城区实验幼儿园

与小學生有效沟通三大招

梁盈琴 益阳天阁家庭教育指导中心

家庭教育指导实务

陈瑶 长沙师范学院

“我教到三！”——培养孩子的有意注意

陶陶 湖南外国语职业学院

做孩子的好镜子

黄炎艳 株洲市荷塘小学

让孩子像孩子那样长大

石灵芝 湘潭市雨湖区金庭学校

做情绪稳定的父母 成就孩子幸福的一生

谢萍丽 衡阳市石鼓区建设新村小学

亲子冲突 我们可以这样应对

曹义平 怀化市沅陵县鹤鸣山小学

高质量亲子对话，提升家庭幸福感

陈庆华 永州市江华瑶族自治县祁阳镇后汉小学

如何培养男孩的良好品格

高水平 湘西州吉首市教育和体育局

如何让孩子成为自己生命中的“贵人”

李文静 张家界崇实小学南校

一边育儿，一边成长

廖亚萍 岳阳市临湘市职业中专

初中生家长如何协助教师矫正孩子的不良行为

张敬芝 株洲市攸县文化路小学

如何养育青春期的男孩

朱恩海 湘潭市雨湖区九华和平科大小学

亲子沟通的艺术与策略

彭晶晶 郴州市临武县舜峰镇双溪中心小学

生命教育之帮助孩子增强生命的韧性

丁凤娇 益阳市第一中学

如何面对孩子网瘾过度问题

洪谷香 益阳市赫山区未来卓育汇文化传播有限公司

陪伴孩子共度青春期

刘丹虹 怀化市实验中学

解密青春期 做智慧家长

苏丽红 娄底市冷水江市第七中学

有爱好好说

李清清 永州市祁阳县职业中等专业学校

以爱沟通云端 让爱always online

杨源 湘西州保靖县妇女联合会、保靖民族中学

如何引导孩子树立目标

胡文君 张家界市桑植县教育局

把握关键期，做心智化父母

唐辉 岳阳市华容县实验小学

二等奖

聚焦前书写 助力幼小衔接

张利芳 长沙师范学院湖南省妇女儿童教育研究中心

父母慧陪伴 孩子爱阅读

黄亚丹 郴州市临武县第二幼儿园

孩子成长中的双面镜--胆小与没大没小

李君健 益阳开放大学

养育一个身心健康的孩子

李莉 湖南工程学院

做懂孩子懂教育的好长辈

赵艳红 邵阳市新宁县教研室

3-6岁家庭教育常识

施冬成 娄底市家庭教育学会

防范孩子叛逆于未然

杨水莲 湖南昇德文化传播有限公司

爱孩子的正确方式

阳波 郴州市安仁县委党校

隔代教育的基础理念

李静 益阳天阁家庭教育指导中心

父母如何培养孩子的自主习惯

蔡汉权 湖南谷桥教育咨询服务有限公司

如何培养乡镇3-12岁儿童的金钱观

钟洁 湖南省常德市桃源县漆河镇中心小学

教育因懂你而变得有效

黄海 怀化市洪江市黔城完全小学

如何提升中学生的学习动力

谭虹影 长沙市家庭教育指导服务中心

巧用三把“金钥匙”，解开手机“铁镣铐”

冯子豪 衡阳高新成章实验学校

解读成绩背后的秘密

谭兰霞 郴州市宜章县教师发展中心

如何跟青春期的孩子建立和谐的亲子关系

梁艳春 怀化市芷江中路中学

对话青春期，沟通有方法

梁庚秀 永州市江华瑶族自治县阳华中学

助力青少年心理成长

刘丽君 张家界市心理学会