

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、妈妈双重视角来聊聊家庭教育，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③①：

# 有自我规划意识的孩子更有自驱力

今日女报/凤网首席记者 章清清

故事

## 给女儿足够的勇气和撤退的自由

“我女儿今年22岁，她小学是在我们的老家邵阳就读，初中进入了长沙明德华兴中学，高中是长沙市一中，之后前往香港大学攻读本科，目前正在英国攻读博士。”校长妈妈杜欣的女儿履历优秀，近日，她向今日女报/凤网记者分享了女儿的成长故事，大方透露他们是如何把女儿培育成才的。

“我觉得我们对她最大的影响是教会了她如何做规划。”杜欣说，从小到大女儿的学业之路都比较顺畅，初中时，因为成绩优异从邵阳考到了长沙明德华兴中学就读。她因为还在邵阳工作也没办法去陪读，便指导女儿每周对学习和生活要做出具体的规划。

“那时候我还在邵阳老家上班，周末

有时会过来，星期五的时候我会跟她一起计划每周学习生活规划怎么安排，比如说数学方面，我可能布置她每天要写三道题，这些规划的目标是很小的，而且不会花太多时间，她可以自由地调配，也容易达到和实现。”杜欣说，

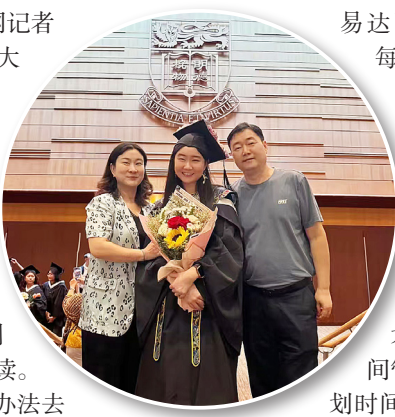
每周一次的规划和总结复盘渐渐成为了女儿的一种习惯，后来帮助她养成了自主规划的能力，也一直延续到女儿现在读博。

“一旦树立起规划意识，她便具备了时间管理能力，能够自主规划时间，这才是真正主动的学习。”杜欣表示，时间管理对孩子基础技能和综合能力的发展大有裨益。倘若孩子一直是在外部力量的驱使下学习，

那么等到他们长大需要自主规划时，就会感到茫然无措。实际上，很多孩子在进入大学后，这种差距就会显现出来。所以我认为，让孩子学会规划时间，能够真正激发他们的自驱力。

“还有一点是我女儿说的，她说我给予了她勇于尝试的勇气以及能够全身而退的自由。”杜欣说，当她想学任何东西时，我都会支持她去尝试。但不能浅尝辄止，她需要坚持一段时间，至少一年，确定实在坚持不下去了才能放弃。当她想放弃时，我也一定会给她撤退的自由。

“当年她高考分数考得很不错，当时很多人不理解我为什么让女儿选择生物，这可是个冷门专业，很多人觉得生物毕业即失业。但我说这是她喜欢的事情，她要是做自己喜欢的事，再辛苦都会感到幸福。所以现在她一天在实验室待6个小时，哪怕做实验做到凌晨2点，她都觉得很快乐。”杜欣笑着说。



### 校长妈妈 杜欣

○长沙市雨花区泰禹第三小学书记、校长  
○湖南省“优秀体育校长”  
○湖南省教育学会中小学心理健康专业委员会理事

对话·校长

## 养育女儿最重要的底线原则

我养育的是女儿，在培育自己孩子的过程中，我有两个要求，即底线教育。底线教育的第一个方面是生命安全。我认为没有什么比生命更宝贵，我会在她的成长过程中一直告诉她生命高于一切。第二个方面是生活底线，也就是人格独立。无论在何种情况下，她都要先做到人格独立，才能更好地发展。我觉得这两点能够赋予孩子价值感和归属感。当这个女孩具备这两点时，她会觉得自己值得被爱，也能够被人爱。她会敢于争取，也勇于放弃和突破。而且我认为，养育孩子并非因男孩或女孩存在差异，而是每个孩子都有自身的独特

性，这与性别无关，只和孩子的独特性相关。针对家中不同的孩子，家长应采用不同的教养方式。常有家长打电话问我：“我的孩子有这个问题，校长能否给我支支招，该怎么解决？”我会告知他们一个方法，但同时也会提醒，这个方法未必对他们的孩子有效。很多育儿书籍都会提供方法和解决问题的方案，然而，为何有些方案用到自己孩子身上却不见成效呢？所有的教育方法都不能直接照搬，而只能为教育孩子提供启示。家长一定要依据这些启示，用心观察、陪伴孩子，再判断该方法是否适合自己的孩子。

对话·少年

## 父母的爱和宽容是我最大的学习动力

周辰希（10岁，雨花区泰禹第三小学学生，在班级中担任班长，先后获得了区家庭好孩子、社区好公民等荣誉。）

我最感激爸爸妈妈的便是他们给予了我充足的自由。我在网上看到有些孩子被家长以各种方式比较，但我的父母从未如此。他们从不将分数看得比我这个人还重要，不会以分数高低来衡量我的能力。

每次考试，他们都不会给我施加太大压力，也不要求我必须考成什么样。即便我偶尔考得不理想，他们也不会责骂我。因为他们对我十分宽容，我便不想因成绩不佳而辜负这份宽容。所以，我对自己要求也很高。每次我把成绩拿给他们看时，他们总会表现出惊喜的模样，可只有我清楚，他们对此其实早已习以为常。



宝宝的成长是一个美好过程。在宝宝和家人互动的过程中，流动着温暖的爱，也体现了生命的神奇、教育的力量。

《小爱日记》专栏以细腻真实的笔触，描绘一个家庭对新成员“小爱”的呵护与喜爱，并分享有关家庭教育的感悟。

八天的旅行，仿佛给小爱施了成长的魔法。她的语言表达更加丰富流畅，见识也大大开阔。回到家，她已能绘声绘色地向我们描述旅途中的点点滴滴，仿佛那一切都在她的小小心灵里，开出了绚烂的花。

## 夏日之旅 文/姜欣（湖南省妇联原主席）

暑假来临，我们全家决定带小爱逃离长沙的酷热，前往清凉的云南避暑。

云南抚仙湖因夏日凉爽宜人、湖光山色秀美而闻名。细软的金色沙滩上，小爱赤着小脚丫，和一群小伙伴热火朝天地搭建着沙滩城堡。灿烂的阳光倾泻下来，热

烈又舒适。戴着遮阳帽的小爱，脸颊因玩耍的快乐涨得通红，一双乌溜溜的大眼睛闪闪发亮……妈妈忍不住赞叹：“快看，我们小爱多漂亮啊！”

这份可爱，在亲子乐园看表演时吸引了台上的演员。先是一名漂亮的女演员走过来，牵起小爱的手，

邀请她上台；紧接着，一名帅气的男演员也向她发出了邀请。站在聚光灯下，面对台下众多观众，小爱竟表现得异常淡定，没有丝毫慌乱，落落大方地与演员互动着。这让我们惊讶不已：是初生牛犊不怕虎，还是天生就这般从容？

在萌宠乐园的游玩，则遇上

了云南典型的“变脸天”。原本晴朗的天空，霎时乌云密布，大雨倾盆。我们躲进小鹿和羊驼的棚子避雨。贪吃的小伙伴们立刻围拢过来，向小爱讨要食物。我们买的胡萝卜条转眼就被抢食一空。小爱学着我们的口气，像个小大人似的对它们说：“没有啦！没有啦……”湖畔咖啡馆本是阳光明媚、专为摄影和休憩打造的绝佳去处，一场急雨却把我们留在了室内。窗外的风景成了流动的画布，室内摇曳的烛光、壁炉里跳跃的火焰还有随处可见的鲜花与果实装饰，为小爱营造出一个童话般的小天地。她拿起画笔在油画板上涂抹色彩，在泳池边随着《天竺少女》的旋律翩然起舞……

澄江化石地世界自然遗产博物馆是一座著名的综合性自然博物馆，展示寒武纪生命大爆发的主题，

收藏了大量5.18亿年前的寒武纪化石群。关于“生命大爆发”，小爱还不懂，但那活灵活现的恐龙、犀牛、蝴蝶和各种各样亿万年的生物化石展现，还是深深吸引了她，像刘姥姥走进大观园，小爱目不暇接地忙乎了一上午。等她长大，应该再带她来深刻感受生命起源的奥秘。

还有那一望无际的荷塘，美得令人心颤的落日熔金……而所有的风景，因为有小爱好奇的目光和纯真的笑声，都镀上了一层格外动人的光辉。

八天的旅行，仿佛给小爱施了成长的魔法。她的语言表达更加丰富流畅，见识也大大开阔。回到家，她已能绘声绘色地向我们描述旅途中的点点滴滴，仿佛那一切都在她的小小心灵里，开出了绚烂的花。