

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 ③②：

# 不卷分数重成长，她如何让中等生考进武大

今日女报/凤网首席记者 章清清



校长妈妈 尹桂香

○长沙市雨花区雅境中学党总支书记  
○中学高级教师  
○雨花区语文学科带头人  
○国家二级心理咨询师  
○曾荣获“长沙市青年岗位能手”“长沙市教研先进个人”等称号

故事

“我儿子现在在武大读大二，周末会主动跟我们分享学校的趣事，遇到困惑也愿意跟我聊——作为妈妈，这比他考多少分都让我安心。”近日，谈及自己的育儿故事，长沙市雨花区雅境中学党总支书记尹桂香的话语里没有对“高分”的炫耀，只有对孩子健康成长的笃定。

从小学时班上十多名的“中等生”，到初中稳居年级前列，再到考入长郡中学、最终走进武汉大学，她的儿子没有经历“培优抢跑”的焦虑，也没有承受“必须拔尖”的压力，在宽松、温暖且充满智慧的家庭氛围中，一步步活成了自主、阳光、有担当的模样。

## 1 拒绝“培优抢跑”，筑牢成长根基

“整个小学和初中，我们家从没有过‘寒暑假预科班’的计划，甚至连周末的学科辅导都没报过。”在“别人都在抢跑”的教育环境里，尹桂香的选择显得格外“另类”。

“小学阶段的孩子，对知识的‘好奇心’远比‘提前学会知识点’重要；如果为了赶进度剥夺他玩耍、探索的时间，反而会让他对学习失去兴趣。”为了保护这份“好奇心”，她为家庭制定了清晰的“底线规则”，却从不额外施加压力。

“我是教语文的，在我儿子的整个小学到初中，甚至高中阶段，我没有给他多布置一道题目，没增加任何书写作业。”尹桂香说，但儿子同时也要遵守“契约”：“作业必须完成才能出去玩，书写不认真就要重新写。”

有一次，二年级的儿子为了早点出去玩，匆匆写完作业，字迹潦草不堪。

她没有批评，只是默默擦掉所有铅笔字迹，平静地说：“妈妈工作从不敷衍，你的作业也该认真完成。”

那天晚上，儿子重新工整地写完作业时已近八点，却从此记住了“做事要认真”的道理。除了规则，她更看重家庭氛围对孩子的潜移默化。“孩子不会听你怎么说，只会看你怎么做。”尹桂香介绍，从儿子上幼儿园起，家里就立下“家庭规矩”：周一到周四晚上不看电视，家人若需用手机处理事务，必须躲进卧室，避免在孩子面前刷视频、玩游戏。

每当儿子写作业时，她和丈夫就坐在旁边阅读——她读教育类书籍，丈夫看专业资料，偶尔还会和儿子分享书中的有趣片段。久而久之，“阅读”成了这个家庭最自然的习惯。周末和假期，她更愿意带儿子“走出书本”：爬岳麓山、逛橘子洲，去省内各地短途旅行。尹桂香说，虽然儿子小学时成绩只是中等，但专注力强、对世界充满好奇，这正是她最想守护的“成长底色”。

## 2 以“无痕引导”培养独立人格

在儿子的成长过程中，尹桂香认为自己不是保姆型妈妈，而是持续给孩子“力量”的妈妈。高一选科时，儿子面临着“文科优势明显，理科选择更多”的两难。当时，他儿子文科排名稳居年级前几十，理科排名相对靠后，他一度坚定地想选文科。

面对儿子的选择，她没有直接说“理科好就业”，而是花了一周时间，从湖南省教育考试院官网下载2021年高考数据——把每所高校的文理科招生人数、录取分数线，以及儿子在全省的预估排名——整理成表格，放在儿子面前。

“妈妈不帮你做决定，但你要知道，文科招生名额少，竞争更激烈；理科虽然你现在排名不占优，但招生人数多，未来专业选择也更广。”她让儿子自己对比数据、权衡利弊。

那一晚，儿子对着表格看了很久，第二天主动跟她说：“妈妈，我选理科，我想有更多可能性。”

后来，儿子的理科成绩稳步提升，高考时凭借扎实的基础考入武汉大学，用结果印证了自己的选择。“人生是孩子自己的，我不能替他走每一步，只能帮他看清方向。”尹桂香说，在儿子成长的关键节点，家长应该扮演“引路人”而非“决策者”的角色，“自己做选择，自己担后果，只有这样，孩子才能真正学会为自己的人生负责，成长为一个有主见、有担当、内心强大的人”。

## 3 宽严相济，化解“成长挫折”

虽然一路走来，尹桂香对儿子的成长倾注了许多教育智慧，但她也承认，孩子也有让他们始料不及的时刻。高二上学期，儿子的月考成绩突然大幅下滑，她隐约觉得不对劲——儿子明明每天都在学习，怎么会掉分？

更让她疑惑的是，平时不缺钱的儿子，那段时间总问她要零花钱。凭借母亲的直觉，她让儿子拿出手机，当看到微信余额只剩20多元，且账单里满是“游戏装备”的消费记录时，她瞬间崩溃了——从初中毕业到高二，儿子竟然花了近万元压岁钱在游戏上。

当晚，一家三口坐在客厅，她没说一句批评的话，只是红着眼眶沉默；丈夫也没有指责，只是跟儿子聊起“自控力对人生的重要性”。

让她意外的是，第二天早上，儿子递来一封厚厚的信，信里写满了自责：“妈妈，我知道错了，我不该被游戏控制，不该乱花钱……”看到信的那一刻，她抱着儿子说：“妈妈也有责任，没管好你，我们一起改。”

后来，儿子主动把手机、平板放进新买的保险箱，换成老人机用于日常联系；她也和儿子约定“每周五晚上可以玩1小时游戏”，用“疏堵结合”的方式帮儿子戒掉沉迷，成绩也渐渐回到正轨。“这件事情让我意识到，在孩子成年前，家长必要的监管是必须的。从他律到自律，是一个逐步放手的过程，不能一蹴而就。”尹桂香说。如今，儿子在武大的学业和生活都井井有条，正长成她希望看到的“阳光、自主、有担当”的样子。

“有人说我运气好，养出了省心的孩子，但我知道，这份省心不是天生的，一次次耐心的引导、一遍遍信任的放手换来的。”尹桂香笑着说，她的育儿没有“秘籍”，只有一个简单的信念：“尊重他的节奏，接纳他的不完美，帮他成为更好的自己——这就够了。”

校长说

## 要想让孩子语文拿高分，这项能力最重要

我教了二十年语文，一直觉得语文学习没什么捷径，核心就是阅读，但得讲方法。对小学生，关键是让他们海量、广泛地读健康书籍，别带功利心，先培养阅读兴趣最重要；到了初中，就得在阅读基础上做积累，背一点、总结一点、思考一点，把阅读的“输入”和表达的“输出”结合起来。我教语文时，包括对我儿子，从初一开始就让他每天记三五十个字——可以是我提供的，也可以是他在杂志、阅读材料里看到的好句，之后写作文时有意识地用，语言自然会更精炼。现在不少家长为了提升孩子语文阅读理解成绩（毕竟这部分占分比重大），会让孩子刷很多练习题，其实这事得看量。完全不做题不行，毕竟需要一定熟练度，就像从不做饭的人刀工肯定差；但大量刷题也没必要，奶奶做了一辈子饭也成不了大厨，学校的训练量基本够了。如果想额外加练，最好先问问孩子的语文老师。我之前有个学生，家长为了让他学习，每科都买一套练习题，做完还要再加一套，亲子关系特别僵。我看了他的语文练习，从专业角度和孩子的情况判断，90%的题都没必要做，就让家长拿给我挑合适的——每科加练都得听专业老师的，不能盲目叠加，光有熟练度没用，得有针对性、讲方法。就像阅读理解，很多时候考的是对语言的理解和语感，不是光记套路。比如“头发像黑绸缎”是比喻句，考试里只说“运用比喻修辞，把头发比作黑绸缎”只能得1分，剩下2分要答出“写出头发黑、亮、顺的特点”。这得建立在足够的阅读积累上，不然孩子可能都分不清“黑绸缎”和“黑棉布”的区别。所以还是要以阅读为主，没有阅读基础的孩子，到了高中文成绩肯定不突出。