

中等生高考如何逆袭?且看这位父亲的468天

今日女报/凤网首席记者 章清清

备受瞩目的高考刚刚落下帷幕,家有考生的家长正忐忑等待成绩揭晓,仍在备考阶段的家长也绷紧神经密切关注。高考对很多家长而言,是一场没有硝烟的战役。因此,我们想为您讲述一个发生在去年的高考故事:一位高二时年级排名还在300多名的中等生,如何在父亲的引领与陪伴下,历经468天冲刺至年级前五十,并最终632分的成绩考入“985”高校中南大学。这不是一个“鸡娃”的故事,也没有天价培训班的加持,却饱含着每位家长都能心领神会的拳拳爱子之心,更藏着可复制借鉴的育儿智慧。



邓文慧和儿子邓宇翔合影。

爸爸带娃不焦虑

“又是一年高考季,去年我儿子在高考中打了一场漂亮的逆袭战,数学、物理、英语三科都考出了历史最佳成绩。”近日,长沙父亲邓文慧聊起儿子邓宇翔的高考战绩,语气里满是自豪。“但你敢信吗?初三上学期期末,他的年级排名还在450多名;高中进入周南中学后,选考物理类的他,年级排名仍在300多名。”

让一个中等生在高三实现逆袭,离不开父亲邓文慧的陪伴和引导。

邓文慧毕业于中南大学资源加工与生物工程学院,现任职于长沙某机关单位。他的妻子是大学老师,因教务工作繁忙,在儿子的成长过程中,邓文慧主动承担起了更多陪伴的责任。

在邓文慧看来,父亲参与育儿与母亲最大的区别在于“没那么焦虑”。他坦言,自己从没有“鸡”过孩子,也没让儿子上过任何学科类培训班——即便儿子从小学到中学的成绩一直中游徘徊,他也从不着急。一到寒暑假,他就带着孩子自驾游历全国,不是为了“长知识”,而是想让孩子亲眼看看世界的广阔,明白人生可以有多少种活法。他还让儿子尝试过围棋、足球、篮球、画画、钢琴,虽然没有一样坚持出成绩,但他毫不在意。他说这些体验就像“播种”,哪怕没开花,孩子也能有所收获——比如学过美术后,儿子做的PPT比同学都好看,在班上特别受欢迎。

而且他对儿子的承诺向来“一诺千金”。最典型的例子发生在儿子初二时。当时他与儿子约定,若能考进年级前五名,就给他买一部手机。最终孩子考到了第四名,他果然兑现承诺,花五千元买了当时最新款的苹果手机。“五千块对我们这样的工薪家庭来说不是小数目,但承诺一旦说出口就必须兑现——孩子信任你,后续的沟通才好进行。”这件事也让邓文慧意识到,儿子其实具

备学习的能力和潜力,只是缺少一点自驱力。

种下种子让自驱力“发芽”

但这条“自驱力”发掘之路也并不顺遂。邓文慧说,初中三年儿子一直偷偷背着他打游戏。一直到高二,儿子还是随波逐流的状态,学习成绩一直在中游徘徊。“每个周末回家还要约一帮哥们到五一广场吃火锅、唱歌,有时玩到凌晨才回家。他这么大了,骂也骂不得,打也打不得,真是急死了。”

即便内心焦灼,但邓文慧也没有乱了阵脚去粗暴阻拦,反而更用心地陪伴关爱——每天不重样的爱心早餐、深夜静静等候孩子回家:“你越禁止,他越逆反。让他自己产生愧疚感,比你发火管用。”在他看来,不论孩子多么让父母抓狂,亲子关系始终是第一位的。“首先你要把亲子关系搞好,让孩子快乐,让孩子相信你。在这个基础上,你再跟他谈学习,谈他的理想,谈考清华北大。否则你就是南辕北辙,没有多大效果。”邓文慧说,但在很多家庭里,这个顺序是反的——先谈成绩,谈不拢了再想办法修补关系。关系成了手段,成绩才是目的。

不过他也不是没采取一点办法,既然孩子不信说教,那就带他去体验生活。去过工地,让儿子看民工在烈日下搬砖;去过贫困山区慰问,让儿子看见另一种生活……这些都是铺垫。真正让这个孩子醒过来的,却不是父亲安排的任何一场体验,而是孩子自己走的一步。

高二那年,邓文慧说儿子想去看浙江大学。约了好几个朋友,没人响应。他自己买了机票,一个人飞去杭州。在浙大的校园里走了一圈,他被那片环境和氛围击中了。回来之后写了两千多字的游记,后来发表在一本高中生杂志上。也是从那之后,他做了一个决定——跟原来那帮贪玩的朋友断开联系,把全部

精力投进学习。

这个转折点邓爸爸没有提前设计,也设计不了。他能做的是之前那些铺垫——带孩子旅行、让孩子见世面、打造良好亲子关系的家庭氛围。种子是他播的,但发芽是孩子自己的事。

邓文慧说,儿子觉醒之后的变化很快。主动找班主任要求坐第一排,主动跟成绩好的同学请教学习方法,一个学期内从班级二十多名冲到前五。

陪伴是慢功夫,急不来

“每个孩子都是一朵花。只是花期不一样,有的是春天开,有的是夏天开,但他只要是一朵花,他肯定就会开。有的少年得志,有的大器晚成。”这句话邓爸爸说了不止一次。他是在劝别的家长,也是在提醒自己。他说自己身边有一个反例:一个初中以第一名考入某重点高中的孩子,因为竞赛失利彻底崩溃,休学了。这件事提醒他,孩子身心健康是第一位的,成绩再好,人出了问题,一切归零。

孩子高考632分,离浙大录取线差了几十分,没能实现那个在浙大校园里种下的梦。但邓爸爸没有失落。他给儿子刻了一方印章,上面是浙大校训“求是创新”,他跟孩子说:本科去中南,硕博还可以考浙大。梦想不是只试一次的事。

现在邓宇翔在中南大学九百多人的学院里排一百多名,担任班长,正在准备保研。日子过得稳当,也有自己的节奏。468天的用心陪伴里,邓文慧把平时记录的育儿日记集结成341篇、共计27万字的“父与子对话日记”,出版书籍《陪伴是最有力的托举》,记录了父子难忘的高三时光,也见证了儿子邓宇翔的迷茫与成长。

“只要相信,我们用心陪伴,用心耕耘,孩子迟早一天都会开花的。”邓文慧说。

长沙专科女生考研上北大:“要相信自己有那个本事”

今日女报/凤网首席记者 章清清

近日,长沙医学院女生曾欣“火”了。从一个专科生一路“逆袭”考上北大研究生,这样极具反差感的经历让她迅速登上热搜,相关话题阅读量破亿,更多人想知道这份成绩背后到底有怎样的励志故事。6月5日,今日女报/凤网记者电话联系到了曾欣和她的辅导员老师。

从“寒门”走出来的阳光女孩

“在我印象中,她是个性格直爽,喜欢户外运动的阳光女孩。”长沙医学院的楚媛媛老师是曾欣的辅导员,她告诉记者,曾欣是益阳人,2023年以专升本的形式考上长沙医学院第一临床学院,入校后经班级民主

评议,认定为家庭经济困难学生。虽然来自“寒门”,但生活的困境没有阻挡她求学进取的脚步,反而成为她逆境成长、奋力拼搏的动力。

“刚入学她就担当了班级学习委员,对待学习和班级工作都格外刻苦认真。”楚媛媛回忆,乐观上进的曾欣,也曾在大二临床见习那学期,遭遇过人生的低谷。“她说她比较迷茫,但也没具体说什么事,只说想去放松一下,我就批了她两天假。”楚媛媛说,后来听说她出去爬山徒步了,回来之后整个人神采奕奕,我想她应该自己找到了答案。

大学三年,曾欣凭借认真负责的工作态度和优异的综合表现,获评“优秀班干部”,并

先后多次斩获国家奖助学金、校长奖助学金。2025年10月,全国硕士研究生报名开启,当楚老师得知曾欣的报考院校是北京大学时,第一反应满是惊讶:“我还以为是她调皮,故意逗我们一下呢。”楚媛媛笑着说,当录取喜讯传来,老师们都为这个坚韧女孩感到震撼和骄傲。

上岸北大,是“蓄谋已久”

对曾欣来说,考研并报考北大,可能是她“蓄谋已久”的决定。

长沙卫生职业学院临床学院唐翠英老师是她专科时的辅导员,在她眼中曾欣目标性很强,对自己的人生有清晰的方向。“她刚入学时就决定将来要

专升本,她自己知道自己想要什么。”

“我想做的任何事都会做成。”这是曾欣社交账号上的签名。在此前的媒体采访中,曾欣承认自己是个“野心比较大的人,不然也不会选择专升本,也不会选择考研”。但有目标只是第一步,如何实现目标才是最关键的一步,尤其对一个专科生而言,这注定是一段布满荆棘的路程。但曾欣从决定考研那天起,就给自己制定了清晰的复习计划,她在社交媒体晒出过写得密密麻麻的笔记,还不断给自己心理暗示。“一点点爬到第一名去,我想当第一名”“不要因为今天没有完成任务而怀疑自己,相信你自己,你有那个本事”……

2026年6月,北京大学医学部硕士研究生录取结果正式揭晓,曾欣从专科生一路逆袭考上北大研究生的新闻爆火。突然站到万众瞩目的聚光灯下,面对涌来的诸多媒体采访邀约和网络上各式各样的讨论,楚媛媛老师说:“外界巨大的关注让她压力有点大。”在接到记者的电话后,曾欣也不希望外界对自己的学历过度渲染、过度关注,更不想被贴上“逆天改命”“底层逆袭”这类标签。她坦言,自己只是不想被出身和学历定义,一直想在临床医学的道路上走得更远,这次考上北大只是一个新的起点,接下来她会继续沉下心来学习,走好未来的学业路。