

家庭教育·成长改变类栏目

名“家”解读

王虹和邓煜的成长路径给普通家庭的3点启发

文/章清清

近日，华人数学家王虹、邓煜频频登上社交媒体热榜。两人均是2026年菲尔兹奖得主，这也是中国籍数学家首次斩获这项殊荣，被不少媒体称为“中国数学的历史性时刻”。随着两人的成长经历被反复挖掘，许多家长希望从中找到可复制的教育经验。

不过，仔细梳理王虹与邓煜的过往会发现，天赋出众的他们，并非普通家庭可以简单照搬的“模板”。但在他们的成长轨迹中，仍有三个共性特质值得每一个家庭参考与借鉴。

1 学习的第一性是自学能力

王虹与邓煜都拥有极强的自学能力。王虹1991年出生于广西桂林平乐县沙子镇。据曾与其家庭有较多接触的平乐县原外宣办主任陶彩忠介绍，王虹4岁时曾被开水烫伤右臂，前后治疗、康复耗时数年。身为教师的父母为了不耽误她的学习，将小学一二年级的课本交给她自行阅读。令人意外的是，年幼的王虹不仅能安静地坐下来看书，还能较好地掌握内容——她在病床上完成了相当于一年级的学习，康复后直接升入二年级。

三年级时，王虹再次接受植皮手术，术后又在病床上自学了一个学期，随后跳过了四年级，直接进入五年级。

邓煜1989年出生，母亲王文玲是一名医生，父亲是软件工程师。从童年到青少年时期，母亲长期在临床一线工作——先后在传染科工作8年、在消化科工作12年，父亲工作同样忙碌。正因为父母无暇陪伴，邓煜更多时候需要自己安排时间。王文玲曾回忆，儿子五六岁时就翻遍了家里的医学教科书，还常常拉着大人追问解剖结构与生理机制的问题。

在这些经历中，“自学”是他们共同的关键词。观察许多优秀孩子的童年，都不难发现类似的特质：他们更早学会了如何独立面对未知。

学习的起点与终点，终究在孩子自己身上。只有具备了自学能力，孩子才能摆脱对外部指令的过度依赖，在没有人督促的时候，依然保持探索的节奏与深度。当然，并非每个孩子都能拥有天才般的理解力，但自学绝非天才专

属——它完全可以通过科学的方法逐步培养，是一项让孩子终身受益的核心能力。

当家长焦虑于报班数量、课程进度时，不妨反问自己：是否为孩子留出过独自面对未知的空间？是否允许他们在试错中摸索方法？真正的学习能力，从来不在被填满的时间表里，而在孩子自己点亮的那盏灯下。

2 松弛的生命状态

虽然已是数学界的顶尖学者，但王虹与邓煜在公众面前展现出的状态，与大众印象中的“严肃数学家”形成了有趣的反差。

比如，两人在北大的校友头像都是二次元形象。获奖后，网友通过邓煜的知乎账号发现，这位青年数学家在科研之外，竟是二次元文化的爱好者，也会津津有味地讨论角色与剧情。在接受《中国科学报》采访时，邓煜坦言自己喜欢科幻小说，甚至曾想过做一名科幻作家；他平时也写诗、爱踢球，是西班牙国家队的忠实球迷。这些看似“不务正业”的爱好，构成了他丰富而浪漫的精神世界——数学赋予他严谨，而生活让他辽阔。

王虹也并非典型的“从小碾压全场”的天才剧本。在学习上，她始终保持一种松弛的状态：从小到大，她没有被要求必须维持第几名，也没有被硬性规定要拿多少竞赛奖项。高一那年，她的成绩一度跌到年级百名开外；进入北大后，她在班里也曾是“小透明”。但她并不因此焦虑，而是按自己的节奏前行。她曾说：“数学不是一个逼的时间长了就能学会的学科。”学会放松，反而能让思维更加清晰。在研究所的公共休息室听听他人聊天，就是她常用的放松方式。这份不紧绷的松弛感，一路陪她走到今天。

真正厉害的人，往往不是靠死磕“熬”出来的，而是能够在专注与放松之间自如切换的人。这种状态的背后，往往离不开家庭与环境给予的安全感。王虹的父母从未因她成绩暂时下滑而施压，邓煜的母亲也没有因为他沉迷“无用”的爱好而粗暴否定。正是这种不以功利尺度丈量成长的宽容，让他们在学术之外，依然保有对世界的好奇与柔软。

恰恰是这些看似“无关”的滋养，反哺了他们在数学高地持续攀登的韧性与想象力。

在教育越来越强调“效率”“产出”的当下，我们或许需要重新理解“松弛”的意义：它不是成功的障碍，而是让天赋得以自然舒展的土壤。真正的卓越，常常诞生于既能深度思考、又能轻盈生活的心灵之中。

3 对热爱的长期主义

成功，往往属于那些愿意对自己热爱的事物长期坚持的人。王虹与邓煜的经历再次印证了这一点。

王虹出身广西乡镇的教师家庭，16岁考入北京大学，最初就读于地球与空间科学学院，后毅然转至数学专业。此后多年，她始终追随内心对数学的赤诚。研究之路极其煎熬，她也多次陷入迷茫与自我怀疑，但始终没有放弃。面对百年未解的“三维挂谷猜想”，她和合作者耗时两年多，写出长达127页的论文——这背后，是无数个日夜的推演、推翻与重建，是面对一次次失败仍然不放弃的执着。

邓煜的少年时代堪称“完美履历”：2006年以满分夺得全国中学生数学冬令营冠军，2007年入选国际数学奥林匹克国家队，并以世界第六名的成绩摘得金牌，随后保送北大数学科学学院。然而，在纽约大学库朗研究所从事博士后研究期间，他遭遇了漫长的瓶颈期——论文被拒、求职受挫、自我怀疑接踵而至，一度考虑离开学术界。

邓煜最终走出低谷，并非因为外界的催促或压力，而是源于他对数学问题本身难以割舍的兴趣。正是这种对问题本身的痴迷，支撑他在困境中继续钻研。最终，他与合作者攻克了困扰数学界125年的难题，也因此叩开了菲尔兹奖的大门。

当下的教育环境中，太多孩子被训练成“短期目标驱动者”：为分数、为升学、为简历而卷。一旦目标达成或受阻，动力便迅速消散。王虹与邓煜的故事提醒我们：真正的成就，往往属于那些愿意为一个问题、一个领域、一种热爱，默默耕耘十年、二十年甚至更久的人。他们不急于证明自己，因为在日复一日的专注中，他们早已清楚自己是谁，要走向哪里。

编者按

如何育儿最科学？这恐怕是没有标准答案的问题。不过，名人的成长经历、育儿经验或许可以作为一个参考样本。我们开设《名“家”解读》专栏，一起探寻那些“有名的家庭”如何开展家庭教育。



扫一扫，看更多名“家”成长故事

■资讯

长沙“社区家长课堂”正式启动，打造全域家庭教育服务新体系

今日女报/凤网讯（通讯员 易静 林怡）近日，由长沙市教育局关工委、长沙开放大学（长沙社区大学）联合打造的“社区家长课堂”项目启动仪式在长沙开放大学举行，同步上线“0731长沙家长网校”微信公众号，标志着长沙家庭教育指导服务迈入线上线下深度融合新阶段。相关负责人、市级家庭教育讲师、天心区家长代表共160余人参与活动。

近年来，长沙依托全国家校社协同育人改革实验区建设，创新推行“双师双育·三方协同”育人模式，持续推进家校社协同育人“教联体”建设，在家校共育领域形成可复制、可推广的

实践经验。本次同步上线的“0731长沙家长网校”微信公众号，是长沙专为全市家长打造的一站式线上家庭教育服务载体，被称作“指尖上的家长学校”。平台整合精品育儿课程、科普资讯、专家直播、线上答疑、线下活动预告等多元功能，与线下社区实体课堂形成互补。线下以各社区学院为阵地，常态化开展专家讲座、家长沙龙，实现面对面交流；线上推送轻量化碎片化学习内容，打破时间、地域限制，家长足不出户即可学习科学育儿知识，双线并行全方位提升家长家庭教育素养。

长沙开放大学相关负责人介

绍，学校作为全市社区教育统筹机构，长期运营“乐学长沙”公众号、长沙终身教育学习网，深耕老年教育、市民素养提升、家庭教育指导等终身教育板块。此次“社区家长课堂”与“0731长沙家长网校”双平台落地，将进一步丰富全市终身教育服务矩阵。下一步，长沙将持续汇聚优质师资、课程资源，深化多方协同联动，不断完善线上线下融合的家庭教育指导服务体系，以学校、家庭、社区同心同向的育人合力，传播科学家庭教育理念，化解广大家长育儿困惑，为星城青少年健康、全面成长构筑温暖坚实的成长屏障。

家庭“体育+心育”指导服务走进怀化靖州

今日女报/凤网讯（见习记者 杨雨欣）8月3日，怀化靖州苗族侗族自治县寨牙乡岩脚村村部前坪热闹非凡，20余名儿童齐聚于此，沉浸式参与趣味满满的“勇敢力”专项运动课程。当天，湖南省重点民生实事家庭教育指导服务“向阳花”行动——家庭“体育+心育”指导服务进社区公益活动落地岩脚村，在湖南财政经济学院体育学院老师们的专业指导下，孩子们勇敢突破自我，在运动中收获成长与勇气。

本次活动精心设计了多项趣味运动挑战，全方位锤炼

孩子们的心理素质与运动能力。人字梯挑战环节中，孩子们依次稳步攀爬、勇登梯顶，大声喊出“我很勇敢”的自信宣言，随后从容纵身跳下；水坑跳跃闯关现场，孩子们活力满满，灵活跨越障碍，尽情体验跳跃运动的乐趣；打水仗互动环节里，孩子们分组对阵，手持自制“气球水弹”展开欢乐对决，现场气氛热烈、欢声笑语不断。

除了岩脚村外，活动还将陆续走进保靖多个村落，让乡村孩子就近享受优质的“体育+心育”公益服务。