

# 家庭教育之道：放手而不撒手

王殿军

当下，家庭教育的重要性已得到家长、学校和社会的广泛认可。但是在具体家庭教育过程中，家长往往有困惑：应该管什么不应该管什么？怎么把握家庭教育的“度”以

达到好的教育效果？如何掌握对孩子既放手又不撒手的分寸，真正帮助而不束缚孩子的成长？这些都是值得每一位家长在家庭教育中思考的问题。

## “直升机”和“甩手掌柜”都不利于孩子成长

现在的家庭教育存在两种截然相反的情况：一类是“直升机家长”，恨不得全天候对孩子紧盯不放，事无巨细安排得异常周密，试图完全控制孩子的成长和发展过程；另一种情况则是完全不管，放任自流，家长基本不关心孩子的成长和表现，有的家长甚至把教育孩子的责任完全扔给学校，认为学校是专门的教育机构，把孩子交给学校就万事大吉了。

这两类家庭教育方式都不利于孩子成长，都是家长没有定位好自身角色，以致不能正确把握亲子关系的界限。“直升机家长”，是无形中把孩子当成了自己的私有财产或附属品，没有将孩子看作一个独立自主的个体；觉得既然孩子是自己生的，就有权力决定和控制孩子的一切。

著名诗人纪伯伦在一首关于孩子的诗中写道：“你的孩子其实不是你的孩子，他们是生命对于自身渴望而诞生的孩子……他们在你身边，却并不属于你。你可以给予他们的是你的爱，却不是你的想法，因为他们有自己的思想。”

孩子是与父母平等的独立的个体，而不少家长常忽视了教育最为重要的目标之一：培养孩子独立人格。家长只有学会适当放手，给孩子独立成长和体验世界的机会，才能帮助孩子更好地成长。“甩手掌柜”式的家庭教育方式是另一个极端，家长没有尽到自己应尽的责任。孩子就像一株幼苗，需要园丁来浇水、施肥、除草，才能健康茁壮地成长，否则很可能中途夭折或长成一棵歪脖子树。

家长既然把孩子带到这个世界，就应该承担起为人父母的责任，从孩子出生起就给予他爱和关注；在需要的时候给予他帮助，孩子才能在成长中得到应有的滋养，焕发出蓬勃的生命力。孩子上学以后，学校承担了一部分教育责任，并不代表家长就可以完全撒手不管了；家长仍需要关注孩子在学习、生活、情绪等各方面的状态，做孩子成长的陪伴者和坚强后盾。

## 表率、习惯和情绪是家长不能撒手

父母“持证上岗”话题一直引起公众广泛关注和热议。养育生命、将孩子培养成人，可以说是这个世界上最为重要和艰



王殿军肖像画。

张武昌绘

巨的工作。家长一方面要尊重孩子的独立自主性，给他们充分的成长空间；另一方面也要尽到为人父母的责任和本分，绝不能对孩子放任自流，或者把教育孩子的责任完全推给学校。

身教重于言传，家长要做好孩子的表率。身为家长，第一个不能撒手的就是对自己的要求，时时监察自己的一言一行对孩子带来的影响。父母关系、家庭氛围、父母的心理健康状况及为人处世的态度等，都对孩子产生着潜移默化的影响。家长的示范作用是别的教育无法替代的，也是别的环境无法提供的。仅对孩子说教往往没有效果，行胜于言，家长用自己的行为给孩子做出榜样才是最好的家教。孩子的样子就是家长的一面镜子，孩子的问题很多时候映射的是家长的问题。所以家长在对孩子提要求之前，可以先反省一下自己：我对孩子提的要求自己做到了吗？我平时的言行有没有给孩子做出好的榜样？

注重培养孩子的习惯，让家教的影响更长久。在家庭教育中，家长还有一个不能撒手的，就是培养孩子的习惯。俗话说，习惯决定性格，性格决定命运。表达、阅读和运动习惯的养成，会让孩子一生发展带来重大影响。良好的语言表达习惯，对孩子的人际沟通和交往起到重要作用。

有的孩子说话很冲，语气生硬，让人听了不舒服，原因是平时没有养成好好说话的习惯。家长在平时生活中要尽量避免家庭语言暴力，批评孩子的时候注意语气和方法，不要动不动就“下结论”或“贴

标签”。

爱好阅读的习惯，是通向优秀的路径。孩子一旦开始阅读，就进入了自主学习

的状态。阅读不仅能够使人增长知识拓宽视野，而且能增强理解能力、表达能力和思维能力。练好阅读的童子功，会使孩子受益终身。

坚持运动的习惯，不仅让孩子身体强壮，培养运动中的团队合作意识、规则意识、情绪控制能力等，还能塑造人的坚毅品格，是其他学科学习和活动不能替代的。最好能引导孩子练就一两项能伴随终身的体育特长或技能。父亲在运动方面有先天优势，应该发挥更大作用，多培养孩子对体育的热爱。关注孩子的情绪状态，适时给予引导和疏解。

有的家长可能觉得，孩子只要吃饱穿暖不生病就能健康长大，实际上并非如此，孩子的心理健康水平也非常重要，对孩子成长有巨大影响。尤其在目前学业压力普遍较大的环境下，学校和家庭要达成共识，充分重视和关注孩子的心理健康，共同促进孩子身心的健康平衡发展。家长不管工作多么忙碌、精力多么有限，在孩子回家以后也最好能关注一下他的情绪，尽量为孩子创造一个相对和谐宽松的家庭氛围。孩子在学校处于紧张竞争的气氛中，回到家以后要让他舒缓一下压力，适度调节学习生活节奏。当感觉到孩子有情绪方面的困扰时，及时了解原因进行疏导，帮助孩子走出心灵困境。

## 家长适当放手孩子才有成长空间

不少家长也明白对孩子的爱要有界限，但在实际生活中总是容易过度关注孩子，“关心则乱”；最后变成控制，使孩子丧失成长的空间和自主性。家长可以从以下几个方面着手来克服自己的控制欲，学会智慧地适当放手。

不要包办代替孩子的学业任务。大部分家长最关心的是孩子的学业，总想尽自己所能为孩子的学业进步提供帮助，这是人之常情，但是提供帮助一定要有界限、

方法要得当。即使家长自身学历高、知识背景强，有足够能力辅导孩子学业，也不能越俎代庖，对孩子的学业过于包办代替或是严密监控。应尽量让孩子独立完成学习任务。既不让其形成依赖性而失去学习动力和解决问题的能力，又有助于老师掌握孩子的真实学业水平。家长应允许孩子去做错误的机会和失败的体验，让孩子在失败中总结经验学会成长。家长不要成为孩子学习的监督者或学习助理，而是成为陪伴者，和孩子一起成长。

不要替孩子决定他的兴趣爱好。在孩子的兴趣或特长培养上，很多家长往往从自我出发，按照自己的喜好或功利化目的设计、决定孩子的兴趣方向，没有考虑孩子的天赋特性和真正兴趣，导致孩子痛苦不堪。家长应该提供丰富的机会，让孩子广泛接触各种项目；在不断尝试的过程中，孩子会随着时间的推移、年龄的增长逐步聚焦，寻找到自己真正的兴趣爱好。只有真正的热爱，才能激发人的潜能和创造力，也才能有恒心和毅力坚持。家长可以提供建议，但应该充分相信孩子的分辨和选择能力，不要事事替孩子做主。

不要过多干预孩子的学校生活。家长应尊重学校教育的专业性和规律性，对学校教育存在的问题可以建言但不要过多干预。即使出于对孩子的关心，也不要完全不了解情况的前提下，随意批评学校或老师，那样只会对孩子产生不良影响。对孩子在学校遇到的问题，要及时关注但不要反应过度。比如孩子如果遇到了校园欺凌，家长一定要提供保护和支持，但如果孩子只是和同学发生一些小矛盾，就不要反应过度，甚至把矛盾扩大化。可以提供化解矛盾的合理建议，同时也锻炼孩子处理人际关系的能力。家长不要因为对孩子的保护欲而处处冲在前面，孩子总有一天要学会独自面对风雨。

教育孩子是一个漫长又艰巨的过程，做智慧家长不是一件易事，既要承担为人父母的责任，又要把握好亲子关系界限。总而言之，不能撒手的地方绝不撒手，应该放手的地方舍得放手。

（作者王殿军为中国教育学会高中教育专业委员会副理事长，被评为“当代教育名家”，曾任清华大学附属中学校长）

## 教育名家笔谈

中国教育学会与本报合作推出

## 卓越工程师风采录



看治沙效果。徐先英在察

甘肃省治沙研究所研究员徐先英在甘肃省民勤县沙漠边缘的一个村庄长大。当时的民勤，风沙肆虐，庄稼地和村庄一步步被风沙逼退。家门口那条被当地人称作“大红柳岭”的沙带，成了他少年回忆中的一道“天堑”。

上世纪80年代，大学毕业后，徐先英毅然做出了回家乡治沙的决定。

早期治沙，普遍采用“人拉肩扛”的压沙模式，既费人力，也难保证效率。后来，部分地区曾尝试引进大型治沙设备，但对于西部沙区的农村来说，大型设备高昂的成本和破碎的沙区地形一度成为治沙压沙的“卡脖子”难题。

“一定要想办法，造出一台更小巧、更便捷，让沙区群众用得起来的机器！”徐先英为自己定下目标。

研发、完善、反复实验……机器设计图有了，却没有企业愿意尝试生产。凭着不服输的倔劲，徐先英和团队自己动手，终于生产出第一批小型手扶式沙障机和流沙地灌木快速栽苗装置。

流沙地灌木快速栽苗装置解决了流沙地灌木栽植过程中苗木窝根严重和开坑困难的问题，沙生灌木的栽植速度和苗木成活率显著提高。小巧实用的手扶式沙障机能够适应沙区的不同地形条件，工作效率是人工的6倍；经测算，每亩可节约压沙成本250多元，大大减轻了老百姓的劳动强度和经济负担，于是很快在甘肃、内蒙古、青海等地的沙区治理工程推广开来。

目前，徐先英团队研制的拥有自主知识产权的微型铺草压沙机已经更新到第五代。在治沙一线近40年，终日与风沙为伴，他初心不改。

“干一行就得爱一行，总得在这片沙漠里做出点成绩。”徐先英说得很干脆。

深耕才有收获。40年寒来暑往，徐先英主持完成项目30多个，多次荣获甘肃省科技进步奖，获得授权专利22项，筛选抗逆性沙地造林树种4个，研发防风固沙技术与模式17项，研制新型治沙装备90多台（套），推广治沙技术面积20多万亩。

## “莫高学者”培育计划实施

本报兰州电（记者宋朝军）近日，甘肃省委宣传部、省委组织部、省委编办、省教育厅、省人社厅、省财政厅、省科技厅、省文旅厅、省文物局等九部门联合印发《关于加强敦煌研究院人才队伍建设的若干措施》（以下简称“措施”），制定出台15条措施大力支持敦煌研究院加强人才队伍建设。

《措施》提出，要精准育才，加大科研支持力度，对在敦煌研究院工作期间入选国家级人才工程、享受国务院政府特殊津贴、中宣部国家文化英才（青年文化英才）和甘肃省优秀专家的人才，经敦煌研究院党委研究，分别一次性给予最高200万元、最高100万元的科研项目专项资助。实施“莫高学者”培育计划，对遴选的“莫高学者”，以3年为周期，每年给予10万元的项目资金支持。支持敦煌研究院与国内部分高校联合培养敦煌学研究和文物保护领域博士硕士。要真心留才，落实领导干部联系服务人才制度；实行高级专家延长退休和返聘制度；畅通高技能人才入编通道。

《措施》明确，要大力聚才，打造国家级科研平台培养人才，支持敦煌研究院组建全国重点实验室，省级财政按照平台新增投入的15%给予一次性资助，并设置开放课题。实施重大项目奖励，给予科研贡献奖励。

近日，中国国产C919大型客机首次飞抵老挝万象瓦岱国际机场，并在当地开展地面静态展示和演示飞行。

新华社发



## 写生“画春”亲近自然

近日，江西省吉安市泰和县塘洲镇中心小学举办“户外写生亲近自然”兴趣课活动。

近年来，该县积极推进教育“双减”落地，开设兴趣课，举办户外写生活动，让学生们沐浴阳光，感受大自然的美丽，开阔视野，愉悦心情，提高学生的绘画水平。

邓和平摄（人民图片）



## 中国气象局首批高精度温室气体观测站业务运行

本报北京电（记者李红梅）近日，通过业务运行准入，中国气象局首批高精度温室气体观测站正式业务运行。

首批高精度温室气体观测站包含山西、江苏、浙江、广东四省的10个台站，涉及国家基本气象站、国家基准气候站、国家应用气象观测站（环境），均满足高精度温室气体观测站的观测系统组成及性能要求等，并历经3个月试运行。业务准

入工作持续近一年，并经过广泛调研和专家论证。

据中国气象局气象探测中心大气成分室高级工程师姜梦筠介绍，与此前的温室气体观测站相比，首批准入运行的台站技术标准高，直接对标世界气象组织全球大气观测计划及欧洲综合碳监测系统等温室气体监测指标。业务运行及质量要求高，观测过程质量保证对标国家大气温室气

体观测系统，能够实现温室气体浓度的准确、精密测量，以及对温室气体超低浓度变化的灵敏监测。通过严格把关，首批申请业务运行准入台站仅四分之一通过评估。

首批高精度温室气体观测站的正式业务运行将进一步增强我国气候变化监测评估能力，持续为我国碳达峰、碳中和行动成效科学评估与碳排放核算提供强有力的

数据支撑。

“十四五”是碳达峰的关键期、窗口期。未来，中国气象局综合观测司将继续坚持高标准、严要求，推进高精度温室气体观测站的业务运行准入工作。

中国气象局于2021年成立国家级温室气体及碳中和监测评估中心，建成了我国碳中和行动有效性评估系统，并发布了我国首份国家温室气体观测网名录。

下一步，气象部门将加快推进构建覆盖我国主要城市和区域的高精度温室气体观测网，进一步规范全国气象部门高精度温室气体观测的业务运行。