

# 孩子的教育更是家长的自我教育

化解升学焦虑,为培养创新人才夯实基础,在教育界,许多一线教师为此付出了巨大努力。但现实却是,当老师为学生减负时,有些父母却试图给孩子“加压”。这种情况,在上海一些头部高中表现尤甚。

上海科技大学附属学校高中数学教师张余婷曾长期担任上海交通大学附属中学仰晖班班主任、致远英才中心主任。在和学生家长打交道的过程中,她最大的感触是:很多时候需要成长的不是学生,而是家长。

当孩子成绩一落千丈时,父母该如何应对?为孩子规划未来时,父母怎样才能如何抓住要领?尤其是当孩子自我意识觉醒,偏离预设发展轨道时,父母又该如何处之?正如张余婷所言,孩子的教育,更是家长的自我教育。



■张余婷

在教育圈子里有这样一种说法:一个孩子成绩的好坏,是整个家庭托举的结果。几乎每个尖子生的背后,都跟着一个“专业团队”。这个团队包揽了生活服务、学习战略战术研究、信息搜集

和分析等各项繁琐的工作。只要在知名初高中附近兜一圈就能了解到,家长们在附近居民区租房子,一家老小都住进来,就是为了陪孩子读书。

每年寒暑假前,不少家长都要挖空心思到处打听哪个课外辅导班最好,然后千方百计把孩子送进去。有的家长

甚至跟着去上课,孩子坐前排,家长坐后排,这样一来,既可以监督孩子,也可以监督老师。

我曾经遇到过在全年级排名靠前、考分能轻松达到清华大学、北京大学录取分数线,他的父母对孩子的时间控制精确到小时。只要孩子有一小

时成为“断线风筝”,父母就会惊恐不安,不停地打电话寻人,直到孩子重新回到书桌前,父母心里的石头才算落了地。

但是,这样的掌控真的有利于孩子成长吗?家长究竟应该怎么做,才算真正帮助孩子?在此,我想向家长提出三点建议。

## 一、为孩子成长划定底线,要允许成长中的失败

“老师,孩子如果不适应高中生活怎么办?”“老师,这里的学生成绩都很优秀,我们会不会跟不上?”……每年新生入学时,部分家长的焦虑就会扑面而来,一线教师对此都有直接感受。

其实,家长必须充分了解自己的孩子,包括他们的长处与短处。要知道,每个人的学习能力以及性格都不相同,家长要做的是接受这种差异的存在。在此基础上,家长与孩子可以一起设定一个切实可行且能够实现的目标,并且划定一条底线,在目标和底线之间,应

该允许他们“有时的失败”。

记得2016届上海交大附中学生小A在高二期间打篮球上瘾,投入学习时间较少,因此在高二第一学期期中考试中,他的成绩全班倒数第一。然而,这位孩子的父亲并没有急火攻心,而是心平气和地和孩子说了三句话。

第一句话是:这次考试成绩不太理想,主要是因为爸爸妈妈平时关心不够,是爸爸的错。这让孩子吃惊不已,成绩一落千丈,家长非但没有严厉斥责,而是归责在自己身上。这句话瞬间拉近了家长与孩子沟通的距离。

第二句话是:你打了一学期篮球,强健了体魄,为今后的工作生活打下了很好的基础,爸爸给你点赞。家长不但没有把学业成绩下降归于打篮球的影响,甚至还肯定了打篮球对身体健康有益,这让孩子与家长的心更贴近了。

第三句话是:新学期我们一起努力,一定能取得更好的成绩,爸爸相信你!不难发现,第三句话体现了家长的教育智慧,充分调动了孩子学习的积极性,激发孩子的学习斗志,并且在行动上给予孩子充分的自由与信任。正是因为家长的理解与支持,小A

此后成绩稳步提升,最后以优异成绩考入复旦大学。

记得曾经有一位大学教授在公开场合谈及亲子之间的教育之道,即家庭教育要做的四件事分别是“替孩子做,教孩子做,陪孩子做,让孩子做”。尤其是孩子步入高中阶段后,家长要懂得放手,让孩子做主,给他们更多自主选择权,允许他们尝试和失败,只有经历过挫折,才能获得成长。

让孩子健康快乐地成长,就是最好的教育。我见过一些家长,平时对孩子的教育“风轻云淡”,而在孩子遇到困难时则懂得挺身而出,及时抓住这一教育契机,教会孩子如何面对挫折与困难,如何从自我出发,反省与超越,成为更好的自己。这样的家长,通达了教育的要义。

## 二、为孩子规划一条适合的路,不要太执着于“优秀”

在教育孩子的过程中,家长时不时面临着抉择。对此,很多家长最直接的想法是,为孩子选择最好的,至少不能比别人差。

为孩子择校,最能体现家长在面临选择时的心态。不少家长费尽力气打听“这所学校好吗,名气响吗?”“哪个班主任最好?”“哪些任课老师最优秀?”……家长一个劲地打听学校的方方面面,却很少关心这所学校适不适合自己的孩子,也很少询问孩子,到底想不想去这所学校读书。

记得我带教的2019届上海交大附中学生小B,她来自一所公办初中,虽然学科基础打得比较扎实,中考成绩很出色,但进入高中后,小B一时间并不适应高中阶段高强度、高难度、快速度

的教学方式,在学习上遇到了较大困难。她逐渐变得沉默寡言,喜欢待在角落里做自己的事。

伴随着一次次不理想的考试成绩,她开始独来独往,逐渐远离老师、远离同学,不与他人交流。后来,她的父母主动来咨询孩子在校学习情况,并向学校提出:在和孩子交流了当下学习困难、对未来学习做出规划后,希望能让孩子去平行班学习,那里或许是更适合她的地方。

要知道,一位曾经头顶“优秀”光环的孩子,要做出这样的选择并不容易。虽然在此期间,这位学生也由于一些心理上的不适应甚至有短暂的休学经历,但在孩子身处低谷时,父母始终耐心地陪伴着她,鼓励她不要太

在乎所谓的“优秀”标签,而是要和自己作比较,在自己原有的基础上做好自己。

同时,在全校大多数学生都在追求“清北复交”的氛围下,B同学的父母却在她和她多次沟通后,按照她的个性和特长,建议她走一条适合自己的发展之路——学习中医。终于,在休学一年后,B同学重新投入新的学习生活。记得有一次,我在学校散步时偶遇她,发现这名女孩的脸上又恢复了往日的自信笑容。2020年B同学参加高考,被上海中医药大学8年制医学专业录取。

如愿进入心仪的院校和专业,这对于一个内心曾经受挫的孩子而言是莫大的鼓舞。分析小B的成长经历,不难发现,父母的作用是无法替代的,他们不仅

做到了陪伴,而且用教育智慧帮助孩子走出困境,找到了适合孩子发展的道路。

如今,不论是学生的升学路径,还是走向社会的选择都很多元。家长需要不断思考并提醒自己:孩子接受教育仅仅是为了获得高分吗?如果不是,那么教育的初心是什么?

在选择学校时,建议家长千万不要只盯着高考分数和名校录取率来评估一所学校的办学质量,更要看学校里一些排名靠后的学生成长空间如何,他们是否得到了足够的关注。家长需要帮助孩子探索学科等方面的兴趣,即使孩子的能力有限,距离名校还有差距,也要和孩子一起探讨读大学的目的,选择什么类型的大学更有利于自己的成长发展。

每个人都有自己的使命和价值,教育的目的在于帮助我们认识自己,让生命更有质量。这些都需要家长拥有更超脱、更长远的眼光,唯有如此,才能在一定程度上缓解教育焦虑。

让孩子做个孩子,当然也不等于孩子的生活中只有玩。学习与快乐并非对立,有远见的父母不会唯成绩论,以“成王败寇”简单粗暴地评价孩子,而是会培养孩子的学习兴趣,发现孩子的长处,引导孩子不断完善自己。孩子的教育更是家长的自我教育,成为好父母应该明白,教育孩子的过程也是提升自己的过程,完善自我为孩子做出榜样比一味要求孩子“成为谁”更重要。(作者为上海科技大学附属学校高中数学教师)

## 三、懂得放手,父母可以为孩子创造更多可能

都说家庭是教育的主战场,所谓“家长是原件,家庭是复印机,孩子是复印件”。

在孩子的成长过程中,父母是孩子最早接触、最早模仿的对象,是对孩子影响最深的人。父母的一言一行、一举一动都会投射在孩子身上,进而对孩子产生潜移默化的影响。无数事例告诉我们:有教养的孩子背后站着有修养的父母,而“熊孩子”的背后往往站着不合格的家长。

我记得,2022届上海交大附中的学生里,有一名勤恳踏实的学生小C,理科优秀的他在高中语文老师的指导下大量阅读,喜欢上了哲学,最后,他坚定地选择报考复旦大学哲学系。值得一提的是,他的父母也一直鼓励他在高中阶段寻找自己真正喜欢的学科,自主决定未来发展的方向,并没有用世俗的眼光来评价或者“规范”孩子的选择。

记得小C是当时班级的劳动委员,很多时候都在为班级默默无私奉献,从不计较个人利益,同学都称他是非常靠谱的人,有他在心里就踏实。他的妈妈也是班级家委会主要成员,为班级活动出谋划策,为协调配合好学校工作尽心竭力,使整个班级的家长们都非常团结,展现出强大的凝聚力。心中有他

人,肩上有担当,从孩子身上,可以看到父母的影子,从C同学妈妈的身上也能看到父母对孩子的影响。

父母的眼界与格局,决定孩子世界的宽度。曾国藩说:“谋大事者首重格局。”父母有大格局,孩子才能走得长远。养育孩子,不是只有“养”还要有“育”。除了物质上的满足,父母更应考虑把孩子培养成什么样的人。

就在前不久,2025届上海交大附中学生小D的家长突然来找我,和我商量让孩子转学出国事宜。

我非常好奇地问家长,为什么要放弃这里优越的学习环境,而去选择更为不确定的未来。小D父母的回答让我震惊并且反思当下的教育。他们说,孩子努力拼搏,他们当然非常赞同,但是他们更在乎孩子的意愿与收获。因为孩子愿意为自己的选择与热爱去承担不确定的未来,作为父母,他们非常支持。父母其实可以创造各种可能,让孩子看到自己的能力,发现自己的价值,从而变得内心强大。确实,成为父母并不意味着失去自己,有大格局的父母不会把所有的劲儿都使在孩子身上,而是给孩子独立思考的空间。十年树木,百年树人,教育孩子不

能急于一时。养育子女,让孩子接受教育的目的不能被简单地理解为光宗耀祖、挣大钱、买大房子。就像纪伯伦在诗中写下的“你的儿女,其实不是你的儿女……他们借助你来到这世界,却非因你而来……你可以给予他们你的爱,却不是你的思想”。



本版图片:视觉中国

### 教育家论道

■本报记者 张鹏

新学期即将开始,准大学生们已经开始为人生的新阶段做好准备。今年,上海市松江二中高考成绩单十分亮眼:“强基计划”15人入选;综合评价招生67人录取;2名考生被北京大学、清华大学录取。过去四年来,松江二中“强基计划”录取人数逐年攀升,较去年,今年更实现了50%的突破性增长。近两年平均每3名学生就有一人考入985高校。

倘若用中考分数来衡量考入松江二中的这些学生,他们并非上海最顶级的生源。数据显示,过去五年,松江区共有213名高分考生考入区外知名高中。此外,区域内一些新学校的陆续开办,也对一些高分生源起到了分流作用。

作为一所老牌的郊区高中,如何在高中阶段帮助学生实现自我成长,一直是松江二中探索的方向。近日,记者采访了松江二中党委书记、校长俞金飞,试图揭开这所学校的育人密码。

### 立足学生未来发展,让每个学生都能实现自我飞跃

记者:包括今年在内,近五年来,松江二中的高考成绩持续稳定在高位,也让不少教育界人士关注到了“松江二中现象”。您觉得一所高中能在三年内培养这么多的优秀学生,密钥何在?

俞金飞:我个人理解,所谓的“松江二中现象”,指的是一个比较好的、顺应教育规律和学生成长规律的生态:首先是把区域优势转变为办学优势,松江区大力提倡高中优质特色发展,建设了一流的高中集群,为学校发展提供了很多机会和平台。其次是把师资优势转变为办学优势,我们有一批优秀的教职员工,大家对教育的目标认识一致、步调一致,当然还有社会各界的关心、关注,在这些合力作用下取得了积极成效。

从中考看,我们的生源成绩排名大概在全市第26、27名左右。但高考时,松江二中的综合评价录取成绩位于全市第10名左右,近五年来我们一共有13名学生能清北录取……这些数字都让我们充满信心,中学最重要的任务是关注学生的未来发展和学生、家长通过三年共同努力,最大程度实现学生的增值,让每个学生实现自我成长甚至飞跃。

有一位2019届的毕业生,她初中时成绩位列松江区150名左右。高一时,她的目标是考入上海财经大学;高二时,随着成绩的提升,她的目标改为复旦大学;高三时,她更加努力,将清华大学作为自己的目标,最终被清华大学人文社科类专业录取。不过,考入清华并不是学习的终点,进入大一后,她因为成绩排名专业前15%,成功转入经管类专业继续学习。这个暑假,我又接到了她的好消息,本科毕业的她成功被清华大学道口金融学院录取,继续攻读硕士学位。

这说明,我们在培养学生时,应该着眼如何为学生增值,而不是通过无尽的题海战术刷分,这看似提升了学生的分数,其实是耗尽了学生的潜能。

只有提升学生的综合能力,才能让他们在未来发展中有更广阔的空间可以施展。

记者:您多次提到,教育工作者要呵护学生的潜力,让他们在人生道路上越走越远。但高考分数是眼前的硬指标,这两者之间矛盾吗?

俞金飞:不矛盾。育好分不一定能育好人,但育好人,分数一定不会低。

当下社会发展迅速,高中要为大学培养面向未来的人才打下基础,如果只着眼提高学生的分数,忽略综合能力培养,一定程度上也害了学生。在我们学校,除了基础课程之外,还会通过跨学科项目化教学、研究性活动、学生社团活动等方式,培养学生的责任感,提升学生敢于质疑、敢于求异的思想。

跨学科思维和能力的培养,不仅在社团活动中完成,还渗透在教学、生活的各个领域。课堂上,我们一直反对教师“满堂灌”,要求教师从教学方式和学生学习方法上,都要实现课堂转型。

比如松江二中语文课的特色就是提倡学生进行课前3分钟演讲。演讲不仅展现学生的口才,还有思维能力、心理素质等方面,就连高三时这种教学模式还在延续。

### 搭建多元平台,用好身边资源贯通人才培养

记者:近年来,松江二中走出不少竞赛人才,尤其是生物学竞赛在全市中学处于领先地位。信息学、物理学等学科竞赛成绩也在逐年提升。学校在培养拔尖创新人才方面有什么举措?

俞金飞:培养拔尖创新人才,平台很重要。对学校来说,就是要尽可能多地为学生搭建多种舞台。这其中,与大学合作、以贯通思维培养人才是十分重要的工作抓手。

2018年,松江区教育局启动创新人才培养“高峰计划”。松江二中率先启动“基础学科拔尖创新人才一体化培养”项目,以基础学科为重点,先行试点数学、化学和生物学,与复旦大学、华东师范大学等高校合作,从学生的学科兴趣、基础素养、专业志趣、创新意识、学习能力等方面入手,深入探索基础学科拔尖创新人才培养模式。就在几天前,天津大学也向松江二中捐赠“化工创造美好生活”科普模型,开启高中与大学贯通人才培养合作新模式。

松江区有着丰富的教育资源,有东华大学、上海工程技术大学、上海对外经贸大学等7所高校,还有辰山植物园、佘山天文台等科研单位以及长三角G60科创走廊的一大批高新技术企业,这些都为高中人才培养提供了丰富的资源和扎实的基础。我们要抓好、用好手边的这些资源,尽早帮助学生认识到自身的兴趣和潜能。比如,松江二中与东华大学、上海对外经贸大学、上海工程技术大学、长三角G60科创走廊高新技术企业等合作,开展跨学科拔尖人才培养逐步形成一体化培养的有效机制。今年暑假,松江二中就有300多位学生走进高新企业、高校,在“双导师”指导下开展项目研究学习。

与企业、大学的合作能带给孩子什么?几年前,我们就与上海市第一人民医院松江区分院合作,对医学感兴趣的优秀学生,可以到医院实验室做实验、提前体验医学魅力。经过几年尝试,效果已经显现。这几年,报考医学类和师范类的考生数量明显增多。今年,好几名考生的所有志愿清一色填报为医学类专业。

### 教育者不仅要懂得教育规律,更要有教育情怀

记者:一所学校的发展,离不开一支优秀的教师队伍。松江二中如何为教师搭建发展的舞台?

俞金飞:从我自身经验来说,想要成为一名好老师,并不是一件容易的事。我大学毕业就到松江二中工作,至今已经30多年。其间,我做过12年班主任,连续带教7届高三毕业班,深知其中的不容易。教书育人是老师一辈子的事业,遇到好老师则是学生最大的幸福。

如今学生的知识面越来越宽广,他们也时时刻刻考验着教师。这几年,我们对教师的要求也在不断提升,首先要求老师要有格局和情怀,同时又要善于学习,老师必须在注重学科教学专业能力的基础上,注重跨学科能力,还必须懂一点心理学和教育学知识,甚至是懂一点管理学。

俞金飞:不矛盾。育好分不一定能育好人,但育好人,分数一定不会低。

教师的发展是学校发展的关键。培养优秀学生的根基,是要有一支基础扎实的教师队伍。对于中学来说,教师梯队建设,尤其是青年教师培养十分关键。我们的中层骨干中,除了75后、80后,还重点培养了三位90后年轻人在科级岗位进行锻炼;各个学科教研组长也是70末或80初,正值当打之年,备课组长中还有90后的身影。学校重视教师校本研修,重点加强青年教师队伍建设。

教育者不仅要懂得教育规律,更要有教育情怀。对学生的研究、对教育教学的探索是好老师一辈子的课题。

# 松江二中现象」探密

## 一所老牌郊区高中如何帮助学生自我成长