**“双减”背景下家校协同育人的实践与探索**

孙明丽[[1]](#footnote-0)

 内容摘要：总书记强调“孩子们成长的更好是我们最大的心愿”,这也是我们教育者共同的心声。只有学校、家庭和社会齐心协力，才能营造出孩子身心健康成长的美好空间。在“双减”背景下,我们更需要紧跟形势，拓宽思路，致力于信息技术与教育工作的整合。在本学期,我致力于让微信群成为教师与家长共同学习交流的平台，利用微课灵活简便、通俗易懂、针对性强等特点，将育人理念、心理健康知识等制作成亲子教育微课，通过“纵向引领、横向互补、外力提升”的三维机制，让家长灵活收看，随时与教师进行沟通交流、互动学习，转变家长原有育人理念，从而提升家校协同育人的水平和效果，更好地促进孩子们身心健康发展。

关键词：教育微课；身心健康；家校协同

总书记强调“孩子们成长得更好，是我们最大的心愿。”这句话道出了我们共同的心声。只有学校、家庭和社会齐心协力，才能营造出孩子身心健康成长的美好空间。特别是在“双减”背景下，我们更需要紧跟形势，拓宽思路，致力于信息技术与教育工作的整合。在本学期，我致力于让微信群成为教师与家长共同学习交流的平台，利用微课灵活简便、通俗易懂、针对性强等特点，将育人理念、心理健康知识等制作成亲子教育微课，让家长灵活收看，随时与教师进行沟通交流、互动学习，切实转变家长原有育人理念，从而形成家校育人合力。

一、缘起困惑

每次与家长交流时，总会听到这样的话：“我家孩子做其他事都挺快的，就是一到写作业就慢吞吞的，打也打了，骂也骂了，就是一点办法也没有”；“我家孩子做作业挺快的，就是每次做完就万事大吉，让他多看会儿书，他就要跟我急”；“我家孩子一点都不听我的话，只听老师的话”……如此这些，看似平常的生活琐事，却真实地反映了家长、孩子、教师三方面所面临的困惑。于是我着手做了一些调查工作：

（一）家长们的苦恼

为此，我设计下发了调查问卷，结果调查结果让我大吃一惊，原来有些问题不是家长没有管，而是家长不知道怎么管，或者是用了错误的管教。譬如孩子作业的速度太慢，家长只知道不停地催；孩子学习没有自觉性，读课文都要家长看着；孩子稍不如意就要发脾气，家长都束手无策；孩子一遇到挫折就灰心丧气，家长不知道怎样引导；孩子和同学之间经常发生了矛盾，家长不知道应该怎样处理……

（二）孩子们的烦恼

利用作文的契机，我给孩子们布置了一篇习作《我的烦恼》，在日记中不难看出孩子们的苦恼：爸爸妈妈忙于工作，平时几乎没有时间陪伴他们，甚至每天放学回家后，爸爸妈妈还没有下班；每个周六、周日的时间都被各种兴趣班挤得满满当当，不是书法、主持人的课外辅导班，就是舞蹈、美术的兴趣班，虽然“双减”了,依然没有玩的时间；还有就是明明自己很努力了，学习成绩还是没有上升；或者这几天又和好朋友闹矛盾了……

（三）教师的无奈

通过和其他任课教师的交流，我发现教师也很无奈。首先，第一个问题就是家校沟通没有效果。每次教师要跟家长交流孩子的学习情况时，家长总是以为老师是去告状的，然后不是把孩子一通骂就是直接上演“混合双打”，孩子苦不堪言，教师有苦难言，导致每次家访毫无成效可言。第二个问题是学校单方面努力。“双减”背景下，学校更关注孩子的身心全面发展，而家长却依然只把目光投注在孩子的学习成绩上，却忽略了孩子的身心健康成长的需要，而且一意孤行，越行越远，使得家校合力的劲使不到一处。第三个问题是每学期的家长会成效不大。学校每学期开展一次家长会，也会对家长进行培训，但有些家长当时听了十分激动，信心满满，却缺少持久的行动力，再加上没有及时的反馈，所以使得家长会流于形式。

纵观三方困惑，只有提升家长的教育理念，孩子的身心健康成长才能顺理成章。

二、实践创新

随着科技的进步，家校联系由一开始面对面的家访到后来的校信通、晓黑板、QQ群以及微信群，各种交流APP层出不穷，各种亲子教育微课也精彩纷呈，于是我决定利用班级微信群搭建一个交流平台，运用“纵向引领、横向互补、外力提升”的三维机制，开设亲子教育微课堂。使家长们在疫情期间学习先进教育理念和方法，帮助孩子们身心全面健康发展。

（一）纵向引领培训

通过对家长的调查问卷及沟通交流，再加上疫情现状，我确定了三个先后学习的模块：情绪管理辅导、亲子沟通技巧和孩子学习力的培养。并且根据每个模块，结合本班孩子的实际情况，再确定两个主题，具体见表1。

表1 各模块主题

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 模块 | 主题 | 微课时间 | 主持人 |
| 情绪管理辅导 | 我的情绪我做主 | 3月15日 | 中队长 |
| 和焦虑说“ByeBye” | 3月22日 | 副中队长 |
| 亲子沟通技巧 | 让聊天“起死回生”的招数 | 3月29日 | 学习委员 |
| 打开孩子心灵的钥匙 | 4月12日 | 纪律委员 |
| 学习力的培养 | 与压力同行 | 4月19日 | 文娱委员 |
| 和“拖延”说再见 | 4月26日 | 劳动委员 |

这六个主题分六周进行，每周开设一次微课堂，每次微课前先由教师录制好微课堂，再由家长带着孩子一起学习，每次听完微课后，家长、孩子可以先相互谈谈感受，然后再进入答疑解惑的环节，由老师负责线上回答或者私下一对一交流。这就是纵向引领培训。整个过程是长线活动，与下面的横向互补交流相辅相成。

（二）横向互补交流

除每周第一天由教师开设微讲堂外，接下来的时间会给家长们学习消化反馈的时间，由一些素质比较高、家庭教育能力比较强的家长来围绕本周主题进行交流学习心得，这些学习心得要联系孩子实际来谈，对有些不知道怎么在生活中实际运用的家长来说如沐春风。因为都是一个班的学生，所以家长也好，孩子也好，都感觉比较接地气，也会产生信心，想着只要努力够一够，也许也能够和他们一样。这种横向互补模式与光听老师说所产生的效果是截然不同的。第一期的交流以家长为主，到第二周就可以试着让学生自己来讲。疫情期间这样的微课拉近了彼此的距离。即使在线上，也让大家感受到了班集体的温暖。

（三）外力提升培训

通过学习，家长们不再满足于老师的微课堂，这时候，我们可以提供常州市未成年人成长指导中心主办的家庭教育公益直播课程以及常州新闻综合广播成长加油站，再相应介绍一些网上比较热门的学习平台给家长，让他们进行自主学习。因为好父母并非是“无师自通”的，他们也和我们教师一样，也需要职业训练和持证上岗。

三、收获颇丰

经过一个多月来的微课堂系列活动，也收到了可喜的成效。

（一）家长层面

1.提升了家长的反思能力

在这之前，家长们看到孩子的成绩不理想，总是想当然的认为不是老师的原因，就是孩子不努力的缘故。在经过一个月的亲子教育微课学习后，家长都明白了家庭教育对于孩子成长的不可或缺。小韦的妈妈说：“学习了今天的微课，我才知道一个家长的育人水平，对于孩子的成长来说实在太重要了。我们想要孩子成为怎样的人，首先就要自己先成为怎样的人。”

2.加强了家长的沟通能力

在开设微课堂之前，每次与家长沟通时，家长要么说：“我回来批评他”，要么说：“老师，你给我狠狠地罚他。”学习了微课之后，家长的说话方式也改变了：“非常感谢老师对孩子的关注。等他回家后，我一定会好好地和他沟通。”由此可见，家长的育人水平都有了很大的提高。相信家庭的整体素质一旦得到提高，孩子们的问题就一定能迎刃而解。

3.提高了家长的育儿能力

学习微课之后，家长改进了育人方法，懂得只有控制情绪，只有给予尊重，才能与孩子平等对话，有效沟通。班中小濮的妈妈，每次听课认真，还能联系小濮的成长写下反思。每次家长论坛总有她活跃的身影。她总是说：“我们要为孩子做好榜样，才能让孩子信服。”在平时的家庭教育中，她也真正做到了“最好的教育是陪伴”。实践证明：她的教育是成功的：小濮发言更积极了，每回课堂上总是妙语如珠，每次的作业也犹如艺术品一样令人赏心悦目，在学习成绩提高的同时，班级管理能力也愈加出色。

（二）孩子层面

1.唤醒孩子内在的潜能

在一开始的家长论坛时，我会选择一些教育素养较高的家长来主持，而每次被选中的家长都会积极准备。在交流过程中，一旦有精彩的观点呈现时，其他家长及老师都会纷纷点赞。此时候，不仅家长备感荣幸，孩子也会分外自豪，从而产生内驱力。我们班的小刘同学，在妈妈的帮助下，有了明显的进步。当他看到大家的点赞后，学习就从需要妈妈的督促变成了自己自觉学习。相信小刘品尝到了成功的喜悦后，未来定会更上一层楼。

2.解决孩子心理健康问题

在学校每年组织的心理测评中，总会发现一些孩子会有这样、那样的心理问题。在开设微课堂后，家长在自身能力得到提高的同时，孩子的问题已不再是问题。班上的小陈学生，每次只要没有完成作业，就会找各种理由不愿上学。妈妈用尽办法，可是没几天就又故态复萌。学习微课程《我的情绪我做主》之后，妈妈认识到是自己的消极情绪的传染影响了孩子，学习微课后，她掌握了正确的情绪调节方法，用积极乐观的态度面对生活、面对孩子。孩子的现状也得到了明显改善，脸上的笑容也更加自信更加阳光。

3.培养孩子口头表达能力

微课的主持人，一开始是由语言表达能力比较强的孩子来胜任，内容也会先让他们先写好，再由老师帮着润色，其他讨论沟通环节则让他们根据现场情况即兴表达。这样一方面使得他们的语言表达能力更加出色，另一方面也加强了他们的应变能力。而且在他们的示范下，积极参与的同学也越来越多。

（三）家校关系

1.建立互动合作的家校联盟

这样的微课堂，让大家都在为共同创设孩子身心发展的良好环境一起努力，每周第一天，老师通过微课堂，对家长进行培训、指导。再对接下来的论坛分配任务。接到任务的孩子会十分乐意，家长也积极配合。随着每一次深入学习，家校之间自然建立了互动合作的联盟关系。

2.推动家校教育的优势互补

学校的教育优势是面对全体学生，让孩子们能集体学习系统知识的同时培养社会规则意识，但缺点在于无法面面俱到，对于孩子的个体发展会有一点欠缺。而家庭教育的优势则在于面对的都是个体，这对养成孩子良好习惯及优秀性格具有很强的针对性。通过微课堂的学习，家校双方在各自明确培养重点的基础上，相互协调，更好地促进了孩子身心的健康发展。

3.构建家校共育平台

通过微课堂学习，家长们原有的育人理念发生了极大的转变，原先是信奉“学习成绩第一”，现在则向“多维度发展”转变；家长一旦发现问题，就会很自然地从孩子的身体、心理等多方面因素综合分析，寻求相关的对策。这样，自然而然形成了家校育人合力。

四、奋发拓展

亲子教育微课实施以来，大家都收获颇丰。但接下来，这条微课之路该如何继续，需要我们深入思考，并及早安排。

(一）思考

在纵向引领这一块，从主题的选择到视频的拍摄，教师需要做大量的准备工作。如果每个月都要准备这样的微课，时间上就显得捉襟见肘；而且论坛也需要有经验且善于表达的家长主持，这对忙于生计的家长来说也有一定的难度。

（二）拓展

开设亲子教育微课的主要目的就是为了改变及提升家长的育人理念。通过一个月的微课培训学习，这个目标基本已经达成。接下来该怎么做，如何往更高层次发展，值得我们思考。接下来酝酿的《亲子朗读者》，还在准备之中。

首先帮助家长选择一些有效沟通的书，再帮助孩子选择一些用来解决生活困惑的书，然后让孩子和家长分角色朗读。其他时间再以论坛形式让其他家长和孩子交流感受。

我们希望，在“双减”背景下，通过教育微课程的实施，能更好地推动家校之间的协同教育，给予孩子更美好的文化熏陶，帮助他们拥有更健康更快乐的童年。

参考文献：

[1].金慧慧.用微课构建班级家校心育共同体的实践与探索[J].中小学心理健康教育2017(31):74-76

[2].徐伟利.农村小学“家校心育共同体”建设与运作实践[J].中小学心理健康教育2013(5):31-33

1. 孙明丽 武进区崔桥小学学生中心副主任 国家二级心理咨询师 [↑](#footnote-ref-0)