



纠结的内心

我没有看过《小舍得》这部电视剧，但对剧情反映出来的教育现状却是深有体会。

有相当多的家长不停地抱怨，现在的课外班真是越来越贵了，一节课少则百元，多则几百元，更别说艺术类课程了。其实，冷静下来好好思考一下，为什么校外辅导越来越多，为什么所谓的提升班越来越贵，难道不是我们家长在推波助澜吗？我和老公在孩子上学之初也信誓旦旦，不给孩子报任何课外班，不给孩子增加负担，让孩子学好学校的知识就可以了。但是到了三年级，我们逐渐发现别的家长在一起聊的都是孩子报了什么辅导学校，又上了一个什么特长班，而我和他们却没有共同语言。为了不让孩子落伍，我们到处打听给孩子报课外班，放弃了双休日的休息时间，开始带着孩子东奔西跑。

孩子忙，我们累；孩子苦，我们痛；孩子抱怨，我们强笑；从最初的英语，到现在的数、语、英，并且正在考虑物理、化学，我们现在似乎已经走不出补课这个怪圈了。好像给孩子报了课外班，我们的心里就踏实了，而补课的效果却没有明显地显示出来。思来想去，我们当家长的真是好纠结啊。

进山中学
陆佳齐的妈妈

人生需要奋斗

最近，最时髦的词应该就是“内卷”了，各行各业都在被内卷搞得很不适应，教育只是其中一个方面。但是因为教育涉及到千家万户切身的感受，所以显得比较突出和激化。

教育内卷焦虑症往往在父母身上得到全面的展示，我们不得不层层加码，边喊着减负边刷卡给孩子报各种培训班，这就是当今社会教育内卷的一个突出表现。所有人都认为这样不正常，但都无法破解这个难题，因为每个人都想让孩子过上更好的生活，那就要付出比其他人更多的努力。

“台上一分钟，台下十年功”，这句话在任何时候都是至理名言。物竞天择，适者生存，不论怎么样，奋斗使自己更优秀，这是我们和下一代的必修课。

杏花岭小学
白欣雨、白欣冉的爸爸

坚持不报班

以前，我也因为孩子焦虑过。和其他家长聊天，知道很多家长都给孩子报了课外班，报奥数的人也大有人在。有不少家长劝我：你家孩子现在已经四年级了，再不报班就晚了，这会直接影响孩子的小升初。可我依然坚持不报班，现在就更加坚定了。

大多数孩子都是普通孩子，我的孩子也是如此，他们在学校学习知识就已经很吃力了，很少能在考试中得一百分。学校的知识他们尚且不能完全学好吃透，更别提再去学什么奥数了。真的就像《小舍得》中说的，是拔苗助长。家长不停地逼着孩子们去学这学那，对他们的身心就是一种摧残。

所以，家长要客观理性，更要有定力，不要盲目随大流。

杏花岭小学
芦秋水的妈妈



小记者刘晓瑶的妈妈：浮躁的世界说不焦虑那是假的，家长只能像陀螺一样跟着当下的教育潮流走。孩子不是在上学的路上，就是在赶往课外班的路上，每天忙得和我交流说话的时间都没有。我也想过要给孩子减负，可一面对现实却又退缩了。如今，看着孩子整天忙碌，我也特别焦虑，焦虑的不是孩子能不能学好，而是孩子的身体能不能吃得消。为了孩子的健康着想，我们不能再把减负当成口号了，正如文中所说，培养孩子的品格更重要，有了这些优秀的品格，其他就顺其自然吧。

小记者赵博胜的妈妈：最近，我看了《小舍得》这部电视剧，我虽然不是田雨岚妈妈那样的“鸡娃”家长，但为了孩子的成绩能够提高，我也给孩子报了各种辅导班。周末就是写作业、上补习班，之后又要完成补习班的作业，孩子总是向我抱怨没有玩的时间。我心里也觉得孩子太累，但看看周围的孩子都在外面学，如果自己孩子不上辅导班，总担心会比别的孩子差。看过这部电视剧后，我觉得自己应该放平心态，不要太看重孩子的分数，培养人格健全的孩子最重要。把孩子培养成一个终身的运动者、责任的担当者、优雅的生活者，这才应该是我的目标。

小记者张娅琪的妈妈：在教育孩子这件事上，家长一定要淡定，不能盲目跟风。家长要善于和孩子沟通，不能只谈学习，多和孩子分享一些快乐的事。培养孩子的兴趣爱好当然没错，但不是简单地给孩子报个兴趣班，而是发现孩子的喜好，鼓励孩子坚持努力，让孩子在自己的兴趣爱好中获得成就感。比起学习成绩来，更重要的是培养孩子的良好品格，良好的品格可以让孩子的未来走得更远。

知乎上有一个问题：我批评孩子钢琴作业没练好，孩子怼回来一句有本事你来呀，我来不了，咋回她？一个家长回答：我直接跟孩子说我做不了，你教我好。家长会示弱，孩子更优秀。一起来看看这篇文章《养废一个孩子最快的方式，90%的妈妈都中招！再不改就晚了！》，各位家长，你是一个强势的家长吗？你会向孩子示弱吗？

截稿日期：5月12日

别把焦虑带给孩子

最近上演的电视剧《小舍得》真实呈现了中国教育现状，引起了广大观众的共鸣。什么是“鸡娃”？就像打了鸡血的孩子。望子成龙的爸妈们为了让孩子学习好，考上好学校，就会逼迫孩子不断学习，给孩子安排各种各样的培训班。

什么是教育“内卷”？就是一种极端的应试教育模式，原本大家都在一个学习水平线上，但你却非要为了考清华北大加班加地点学习，大家看了急了，也跟着一起学。为了让孩子拉开差距，学习压力就会不断增加，最后大家都为了一块蛋糕，累垮了自己。《小舍得》仿佛就是当下中国教育环境的缩影，尽管学校国家大力推行素质教育，但依然不能改变这是个看分数的年代。学校学不够，校外继续加码学，结果孩子就像骆驼一样，背负越来越重的压力，最终崩溃在考场上。孩子喘不过气，教育令人窒息，家长到底该如何“舍”与“得”？我们扭转不了大趋势，但是我们可以不要把焦虑带给孩子。

关注孩子的心理健康

不难发现在孩子教育这件事上，家长们各有各的招，不少家长还会为了孩子的教育问题，据理力争，如果家长长期为此争吵，自然会影响孩子的心理健康，孩子会变得敏感，没有自信；孩子的学习压力大，家长偶尔的一句重话可能是压垮骆驼的最后一根稻草，家长要学会沟通，善于观察，了解孩子最近的学习情况，与孩子分享一些快乐的事，不能只谈学习；培养孩子一些兴趣爱好，这里的兴趣爱好不是指再给孩子加个兴趣班，而是发现孩子的喜好，鼓励孩子长期去钻研，学而有建树，让孩子在自己的兴趣爱好中获得成就感。

培养孩子的品格

比起学习成绩好，更重要的是培养孩子的良好品格，良好的品格可以促使孩子的未来可以走得更长远。如正直、诚实、善良、有爱心、坚韧、刻苦。正直就是为人处事，光明磊落，有原则地去竞争，捍卫自己的利益尊重他人的成果，给周围的人安全感，让人觉得可靠，值得信任。诚实让人信赖，这样的孩子讨人喜欢，会拥有更多的小伙伴，未来的路会更宽。一个善良有爱心的孩子，眼睛里都会发光，他关心人照顾人，像太阳一样温暖人，他懂爱不自私，内心豁达明亮，这样的孩子从心里就散发着幸福感，他怎么会不快乐呢？无论是生活还是学习，都需要坚韧、刻苦的努力，这样的精神可以让孩子，不畏艰难险阻，不轻易说放弃，他会通过自己的努力去实现自己的目标。只要不放弃，在再大的困难面前，都不畏惧，自然成功就离他不远了。

与孩子建立共同目标

如果家长总是给孩子制定过高的目标，孩子若是达不到目标，就会有强烈的挫败感，所以应当与孩子建立共同目标，和孩子沟通，协助孩子在自己力所能及的范围内，一步一步地实现自己的小目标，再从小目标走向大目标。不要一个人像赶鸭子一样，加速催产。不要让孩子一个人扛下压力，而是和孩子一起共同成长，实现目标。

潘潘虎

