

教师要为自己的教育生活“存档”

□杨明川

暑假即将到来,对于农村小学教师而言,日常教学、留守儿童管护、繁杂的基层教务工作交织,身心长期处于高压状态,假期的松弛与休整尤为珍贵。作为乡镇小学校长,我发现一个普遍且易被忽视的行业现象:多数教师假期要么彻底放空、全然脱离教育场景,要么被各类线上学习、临时工作裹挟,陷入“躺平”与“内卷”的两极困境。而那些学期中鲜活的育人故事、灵动的教学灵感、真切的教育得失,往往随时间流逝慢慢消散,最终遗失。

教育成长的遗憾,大多源于缺少复盘与沉淀。为此,我结合乡村教师工作特点,探索出一套柔性的假期成长方式:不搞强制培训、不增额外负担,引导教师在休息之余静心书写教育回忆录,为自己的教育生活“存档”。

日常乡村教育工作忙碌且碎片化。我们的教师常年扎根基层,既要完成教研备课、课堂教学、作业批改等常规工作,还要兼顾留守儿童心理疏导、家校走访、乡村校园管护等特色工作,终日忙碌却少有静心思考、系统复盘的时间。很多适配乡村孩子的教学方法、化解留守儿童心理问题的育人经验、课堂上突发的教育灵感,都只是短暂留存于脑海,来不及梳理总结,最终悄然流失。

这些藏在日常琐碎里的教育瞬间,是乡村教师最珍贵的成长财富,更是贴合农村学情的鲜活教育资源。漫长的暑假,正是教师回望过往、沉淀自我的最佳契机。不同于集中式、任务式的专业研修,书写教育回忆录节奏自由、内容自主、形式灵活,完美适配教师假期休息需求,是兼顾休息与专业成长的最优路径之一。

在学校的假期管理中,我始终坚持“先休整、再沉淀”的原则,绝不要求教师刚放假就投入复盘工作。我会提前告知全体教师,假期首要任务是放松身心、陪伴家人、缓解职业疲惫。待彻底休整、状态舒展后,再随心开启教育回望。

我们不设固定格式、不苛求文采篇幅、不做考核要求,只倡导真实、真诚、真切的记录。教师可随心梳理四类教育片段:一是课堂突破,记录适配乡村学情的创新教学尝试、重难点突破的有效方法;二是育人遗憾,复盘课堂设计疏漏、学生问题处置不当等待优化细节;三是暖心瞬间,记录留守儿童的成长蜕变、师生双向奔赴的温暖故事;四是履职感悟,总结团队协作、班级管理中的经验与不足。

我校一位年轻乡村教师的假期随笔,让我深刻领悟这份柔性复盘的

力量。她在回忆中写道:“三月的语文课上,班里常年沉默的留守儿童小宇突然举手,分享自己对课文里父爱的理解,那一刻我临时调整教案,和孩子们畅谈亲情。下课时分,小宇腼腆的笑容,让我瞬间读懂了乡村教育的真谛。”短短的真实记录,没有华丽辞藻,却让她深刻反思自身教学短板。新学期,她主动优化课堂模式,为内向留守儿童搭建温和的表达平台,课堂育人实效大幅提升。

很多教师会疑惑,书写回忆录是否是变相加负担?在我看来,这恰恰是为教师减负、赋能的暖心举措。区别于形式化的假期作业、强制性的线上研修,教育回忆录的撰写是一场教师与自我的深度对话,完全尊重教师的假期自主支配权,不占用休闲核心时间。

对乡村教师而言,回望成功经验,能够固化育人优势,让零散有效的教学方法形成体系;正视教育遗憾,能够精准查漏补缺,明确新学期成长方向;珍藏温暖瞬间,能够唤醒教育初心,缓解长期坚守乡村的职业倦怠感。这种自驱式的成长,远比被动式的培训更有温度、更具实效,我希望能以柔性暖心的方式,引导教师涵养身心、沉淀育人智慧,让教育经历凝结为成长底气,助力教师前行。

时光如白驹过隙,我在乡镇初级中学执教已近六年。从教之初,我单纯地将传授知识当作教师的全部使命,课堂上循规蹈矩,只要学生完成任务,我就尽责了。

为了树立威严,让学生心存敬畏,课下我刻意与学生保持距离,日常交流仅限于简单问候。我一度认为,保持距离才能守住师者的威严,学生心存畏惧,课堂纪律自然会更好。年级组长做过一次问卷调查,让学生写下自己喜欢的老师姓名及理由,随后将学生喜欢的老师的问卷送到本人桌前。办公室里,其他老师都收到了厚厚一沓问卷,我却只收到一张。

但我并未将此事放在心上,我始终认为,教师工作的核心是上好每一节课,不必刻意和学生拉近感情。师生之间本应有边界,温情过多容易丢失威严。

然而,有一件事,改变了我。那个上午,课堂上4名学生频频窃窃私语,严重影响了课堂纪律。我投去严肃的“眼神杀”,他们暂且收敛,可没过多久,趁着我讲课的间隙,又悄悄交谈起来。我怒火顿生,当场对他们提出严厉批评。下午延点时段,早上影响课堂纪律的明泽(化名)又一直在和同桌低头说话。想到明泽经常不穿校服,课本上好多字都不认识,我对他早已没有了耐心。我压抑不住心头火气,情急之下脱口喊道:“明泽,能不能安静下来?我今天苦口婆心说了一整天,你难道一点都听不进去?你真是个榆木疙瘩。”我的严厉呵斥,让他一时不知所措,他耷拉着脑袋,小脸涨得通红,整个

延点课程在不愉快的氛围中草草结束。

下班后,我静静回想,学生的表现为什么这么糟糕,问题究竟出在哪里,是我与学生的距离太过遥远吗?我陷入茫然之中。

第二天,班主任付老师告诉我,明泽要转学了,我心里一惊,忙问付老师:“是不是因为我昨天批评他了。”付老师连忙解释并非如此,因工作变动,明泽父亲对孩子的转学早有打算。可我心里始终放不下,距离学期结束还有一个多月,孩子突然提前办转学,会不会还是受了我昨天批评的影响。

课间操时,明泽跟着父亲一起来办公室办理转学手续。我赶忙拉住他,再次询问是不是因为昨天我的批评,他才着急办理转学。明泽告诉我转学的计划早就定好了,和我的批评没有关系。即便他这么说,我心里依旧沉甸甸的,满是愧疚与不安。

付老师提议让他回班里和同学作个告别,毕竟相处了一年时间了,我也一同前往。走进教室,同学们静静地看我们,付老师一开口说话,便忍不住哽咽:“明泽要转学了,这一年里,明泽给我制造的麻烦事确实不少,但他是个单纯善良的孩子,只是自控能力差一些,在学习上不够下功夫。不过以后在老师心中印象最深刻的估计就是他这样的学生,因为老师在他们身上付出的时间和感情都是最多的。”说着便将明泽的手拉过来:“去了新学校要认真学习,不要散漫度日。”一直沉默的明泽点了点头。

付老师问同学们有没有想对明泽说的话,同学们面面相觑,谁也不出声。付老师又问明泽有什么话想对同学们说,他顿了顿说:“希望同学们好好学习,考上一个好的高中。”从同学们的表情中,我看得出,他们对明泽的转学很是不舍。

这一刻,我猛然间意识到,我从未用付老师这种温柔的语气和学生说过话,也从未对受到委屈或被误解的学生给予肢体安抚。付老师拉着明泽的手离开教室的那一瞬间,我急忙开口,当着全班同学的面,解释了昨日的失态,并正式向明泽道歉,说到情绪失控时一度哽咽。

付老师对待学生的言行举止,以前我总感觉那么的熟悉,现在我懂了,那就像父母对待子女一样包容、呵护和关爱的常态。而我只重教书,疏于育人,对待学生的温情,是我欠缺的功课。往后我会跳出单纯授课的局限,用耐心与善意滋养学生,做到教书与育人并行。

教子有方

学会接纳孩子的慢节奏

□邱凌寒

“吃饭太慢了,边玩边吃,真磨人!”每天中午,是我雷打不动和母亲通视频的时间。视频里,我总能听到母亲那一头略带不悦的声音,语气里满是无奈和烦躁。镜头移到儿子面前,他慢悠悠地抬头,望向镜头,奶声奶气地反驳道:“我不是吃好了吗?哪有慢?”

写作业的场景,更是每日重复地上演。儿子一旦发现某个字不好看,就拿起橡皮反复擦拭,直到本子被擦得起皱。发现印痕还未擦干净,他便起身,去拿另一块橡皮,继续执着地擦拭。一旁的母亲急得直跺脚,敲敲桌子,不停地催促:“哎呀,不用擦了,可以了。擦来擦去,浪费时间。”“不好看,老师说写得好看,不然重写。”儿子头也不抬,语气坚定,小身板坐得笔直,目光紧紧地盯着作业本,依旧慢腾腾地修改。

我看着两幅截然不同的画面:母亲急得像热锅上的蚂蚁,眼神充满焦虑,全身紧绷着;儿子慢得像林间散步的蜗牛,不疾不徐,沉浸在自己的节奏里。俩人的鲜明对比,揪得我满是无奈,却不知如何调解。

这样的场景日复一日上演。我跟母亲谈过,劝她不要着急,不要老是催孩子。母亲却是满腹委屈,不解地反问:“我要是不催的话,他更慢。”我知道母亲的用心,她怕孩子耽搁误事,所有的催促都是藏在心底的关心。我也跟儿子谈过,希望他做事快一点,不要拖延,但效果也并不好。

带着疑惑和担忧,我把情况告诉儿子的老师。她说:“你不

可能保护孩子一辈子。你的孩子天生就是慢性子,这是与生俱来的气质。他有自己的内在节奏,会用自己的方式去感知生活。吃饭慢,或许是他是在品尝食物的味道,或许是享受当下的时光。写字慢,反复擦,是他在追求完美,这份认真难能可贵,你家的娃没多大问题。你现在要做的第一件事就是不带评价地去观察,学会闭嘴,改变自己。”一番话如拨云见日,让我茅塞顿开。原来我一直执着调解矛盾,却忘了先改变自己;一直担忧孩子被催促,却忘了读懂母亲焦虑背后的爱;一直批评孩子的“慢”,却忽略了慢里藏着的认真与谨慎。

自此,我试着改变自己,学会倾听、观察,不再急于给出评价。我不再打断母亲的抱怨,也不再急于劝说儿子快一点,只是静静地听,去理解他们。我像一位摄影师,定格每个瞬间:看见母亲忙碌的身影,理解她照看孩子的辛劳;看见孩子慢悠悠地吃饭,从容地整理书包,发现他慢节奏里的专注。

我开始安静地倾听母亲的语言,接住她的烦恼和焦虑,及时给予肯定和接纳。慢慢地,母亲的催促声变少了,语气也变得柔和许多。儿子依旧按自己的节奏生活,但他变得更自信、更从容,脸上多了甜甜的笑意,眼神多了自信的光芒,做事缓慢,却越发从容笃定。

这些改变,正符合积极心理学的核心:当孩子感受到充分的接纳与尊重,没有外在的评判和催促,他的内在动力才会被激发,才能从容地接住他人的情绪。

发展心理学早已强调,每个孩子的成长都有其自身规律,强行加速只会适得其反。于是,我放下焦虑,真诚包容,坦然接纳,给予他足够的爱与尊重。

吃饭时,我拿出许久未用的闹钟,笑着告诉他:“你自己定时间,按照自己的节奏去完成。我不催你,不管快慢,那都是你自己的事情,但你要学会对自己负责。”

当规则由自己制定,孩子反而变得主动积极。每天吃饭,他都会自己定好时间,在规定时间内吃完。写作业,他依旧认真地写,遇到不好看的字,还是会擦掉重写,但速度快了不少。他还是那个慢性子的孩子,却在被全然接纳的环境里,活成了最好的模样。

作为家长,我们不要急于求成,总想按自己的意愿塑造孩子,让他们跟上世俗的快节奏,却忘了慢养也是一种智慧。我们要放下焦虑,放下评判,接纳孩子的气质差异,用温柔的爱与足够的耐心,陪着他慢慢吃饭、慢慢写字、慢慢长大,在温柔的慢时光里,静待每一份美好的绽放。

育人故事

“偏见”消失术

□黎 雪

故事讲完,我走到莉莉身边,轻轻问:“如果你收集三样东西,你会收集什么?”她愣住了。几秒钟后,她用几乎听不见的声音说:“雨水落在树叶上的声音,奶奶讲故事的语调,还有……月光。”

教室里一片寂静,然后响起稀稀落落的掌声。

下课后,我留下了莉莉。没有质问她为什么没写完作业,只是请她帮我把刚才的故事画成画。她点点头,拿出彩色铅笔,开始描绘。我静静观察——她的画里有细腻的光影,有故事里没有的细节:一只小虫趴在叶片下躲雨,远处田鼠家的窗户透出暖黄色的光。

“你观察得很仔细。”我轻声说。“爸爸说这些都是没用的。”

她突然开口,“他只看分数。”

我的心被轻轻刺了一下。原来,那未完成的作业背后,是一片被“偏见”笼罩的小小天地——父亲的偏见、同学的偏见,也许还有她自己对自己的偏见。

后来,我调整了教学方法。每周设立“发现时刻”,让孩子们分享自己注意到的特别事物:一片形状奇特的叶子、一段有趣的声音、一个温暖的表情。莉莉从最初的沉默,到偶尔举起手,再到主动带来她收集的“雨水声”——用电话手表录下的不同雨声。

奇妙的变化悄然发生。她的作文里开始有了独特的比喻:“雨点像天空在玩跳格子游戏”“月光是夜晚静静的呼吸”。同学们也开始向她请教如何把作

文写得更生动。在一次“我眼中的同学”分享会上,有孩子说:“莉莉像我们班的‘观察员’,她总是能发现我们忽略的美好。”

期末家长会后,莉莉的父亲特意留下,有些局促地搓着手说:“老师,莉莉这学期变化很大……她以前总说自己是‘笨孩子’,现在竟然开始写诗了。”他的眼神复杂,有愧疚,也有骄傲。我递给他一本班级作文集,翻开其中一页,说道:“听听您女儿的文字——‘每个生命都是一首独特的诗,只有有的响亮,有的安静,但都值得被倾听。’”

那个总不写作业的孩子,最终成了班级的“诗歌小导师”。原来,教育不是筛选,而是看见。每一个孩子的闪光点,帮助他们驱散心头的阴霾,让自身的光芒自然绽放!

用“爱与自由”看见孩子的成长

□余才彬

孩子的成长不是被“教”出来的,而是被“看见”的。自由不是随心所欲,而是“在秩序中自主前行”。爱不是塑造一个“听话的孩子”,而是让孩子在安全感中学会独立。合上孙瑞雪老师的《爱与自由》,规则与平等、爱与自由,这些词反复交织在脑海中,映照着我每一天面对的教室和42张熟悉的面孔。

六年级的孩子,不再是需要事事帮扶的幼儿,而是正待破土的种子。如何真正走进他们的心?如何引导他们自主成长?我带着这些思考,试着在日常教学中,践行“爱与自由”的教育理念。

看见,比教导更重要

男生小语,曾是最让我头疼的学生。课堂上爱插话,老师的思路还没说完,他就抢着开口;作业更是马虎应付,字迹潦草,错题也常常不及时订正。我批评过他好几次,道理讲了一箩筐,效果却很差。直到读完《爱与自由》,我才认真反思:是不是我给了他太多“规矩”,却从没真正听过他的想法?是不是我只看到了他的“调皮”,却忽略了他背后的需求?

后来,我换了种方式走近他。课后,我把他单独请到办公室,没有居高临下的说教,只是像朋友一样问他:“你上课时是不是有很多有趣的想法,怕不说就忘了?”小语愣了一下,眼睛亮了,用力点了点头。原来,他不是故意捣乱,只是思维太活跃。我笑着鼓励他:“以后再有想法,先记在专门的小本子上,课后再找我分享,好不好?”小语欣然答应。

慢慢地,小语在课堂上的插话少了,听课也更专注。更让我惊喜的是,他成了班里的“创意担当”。元旦游艺会,他主动请缨策划主持,还设计了好几个互动小游戏;运动会入场式,他结合班级特色,巧妙改编了队形和口号。

小语的转变,让我真切体会到:爱从不是简单的约束和批评。六年级孩子的自我意识正在快速萌芽,他们需要的不是命令,是被信任、被理解、被看见。

自由,是允许按自己的节奏绽放

女生小欣,是班里的“隐形才女”。她文笔特别优美,写的作文常常惊艳全班,可奇怪的是,课堂上她从不主动举手发言。一次家长会后,小欣妈妈拉着我的手,满脸焦急地问:“余老师,我家孩子是不是太内向了?我真怕她这样,上初中会吃亏。”

看着家长焦虑的眼神,我想起《爱与自由》中对“自由”的诠释:自由不是放任不管,是给孩子成为自己的空间,允许他们按自己的节奏成长。我安慰小欣妈妈别着急,也悄悄找小欣做了个约定:“你不用强迫自己举手发言,怎么舒服怎么来。可以用文字、图画,甚至是纸条,把你的想法告诉我,不一定非要站在讲台上。”小欣紧绷的肩膀,慢慢放松了下来,轻轻点了点头。

后来写《有你,真好》这篇作文时,小欣没写父母、师长,也没写朋友,而是把心里话写给了“老己”——她自己。“我总是靠着老己,还好你总靠得住。爱我的人是你,我就不用害怕了……”这篇作文,没有华丽的辞藻,却满是真诚与勇敢,深深触动了我。后来,这篇作文还荣获了“同步作文”征文比赛的银奖。更让我惊喜的是,在作文讲评课上,小欣竟然主动走上讲台,向全班同学分享了自己的作品。她的声音不大,却很坚定。

我忽然明白,自由从来不是放任,是允许孩子以自己舒适的方式绽放。

爱,是土壤,也是空间

进入六年级,升学压力悄悄

笼罩着每个家庭,不少家长变得格外焦虑。班上的小轩就默默承受着这样的压力。有一次课后,他低着头,小声对我说:“老师,我觉得我永远也达不到爸爸妈妈的期望,我真的太累了。”这句话,让我心疼了很久。我知道,小轩的父母爱他,可这份过度的期待,却成了沉重的枷锁,压得他喘不过气。

后来在校门口偶遇,我特意拉住小轩妈妈,聊起小轩的近况,也分享了《爱与自由》里的观点:爱是土壤,能滋养孩子成长;自由是空间,能让孩子舒展天性。过度期待,只会压缩孩子成长的空间,适得其反。小轩妈妈听后,沉默了很久,最后红着眼眶说:“余老师,谢谢你,我从来没有想过,我们的爱,竟然会给孩子这么大的压力。”

从那以后,小轩妈妈渐渐改变了想法。她不再逼小轩刷题、上辅导班,还允许他周末拥有半天完全自主的时间,他可以做自己喜欢的事。慢慢地,小轩眼里的疲惫少了,脸上的笑容多了,学习也变得更专注、更高效。

真正的爱,不是控制,不是强迫,是给他们破译自己内在密码的自由与勇气,让他们在爱与安全感中慢慢长大。