

# 论“双减”政策背景下家庭教育的转变

陈立云

湘中幼儿师范高等专科学校

**[摘要]**“双减”政策主要是指减轻义务教育阶段学生作业负担、减轻校外培训负担。“双减”政策的颁布和实施，强化了学校教育主阵地作用，使得孩子在家里的时间增多，家长负担减轻，在孩子教育方面的参与度得到提高。家庭教育内容调整和转变势在必行。家长应该认真对待自己家庭教育的责任和压力，理性思考家庭教育所使用的理论和方法。家庭教育内容调整和转变势在必行。

**[关键词]**双减；家庭教育；转变

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.601

## 前言

《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》主要是指减轻义务教育阶段学生作业负担、减轻校外培训负担。它关系到师生、家庭、社会等各方面的利益，也牵动着社会治理，影响着每个学生家庭。“双减”政策的颁布和实施，强化了学校教育主阵地作用，把家庭教育真正融入家校社协同教育生态结构中。家长经济和精力负担减轻，孩子在家里的时间增多，在孩子教育方面的参与度得到提高。多数家长可以正常上下班，不用给孩子检查作业，不要接送孩子去上校外培训班。与此同时，一些家长产生新的焦虑情绪：担心自觉性差的孩子会因没有足够作业训练和课外培训的“保护”，和别的孩子的学习成绩差距越来越大；对于孩子而言，到底怎样才是有效的学习、是对终身发展有益的学习。由此，家长应该认真对待自己家庭教育的责任和压力，理性思考家庭教育所使用的理论和方法，家庭教育内容调整和转变势在必行。文章探讨在“双减”政策背景下，家长在教育孩子过程中应该发挥的作用和家庭教育内容发生的转变。

## 一、家庭教育的实际内涵

家庭教育，有广义和狭义之分。广义的家庭教育是指家庭成员之间的相互教育；狭义的家庭教育就是指父母或其他监护人对未成年人实施的道德品质、身体素质、生活技能、文化修养、行为习惯等方面的培育、引导和影响。家庭教育作为现代国民教育体系的重要组成部分，是学校教育和社会教育的基础，是一种基础教育。同时，家庭教育更是终身教育，从孩子出生那天开始，也是家庭教育的初始之日，所谓“人之初”便是如此，对我们一生的成长起着奠基作用。良好的家庭教育对孩子茁壮成长的作用举足轻重，也是不可替代的。因此，家长良好的教育理念、教育思维、教育方法和教育途径更是对孩子的成长产生了重要的影响，也有利于“双减”政策的落地实施和长远推进。

## 二、“双减”政策背景下家庭教育的重要性

### 1. 家庭教育促进学生知识的学习

根据“双减”政策，校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假组织学科类培训。这意味着随着家长陪伴孩子的时间加长，家庭教育对孩子各个方面的发展也

就有了更加突出的作用。爱模仿是孩子的天性，在家长和孩子长时间相处过程中，孩子的很多行为都是靠模仿家长得到的。在日常生活中，我们不仅要孩子的教育者，更要通过自己的一言一行给孩子树立正确的人生榜样。因此在家庭教育方面尽量减少社交和休闲，积极主动指导和帮助孩子在学习和生活。为了营造一个良好的家庭学习的氛围，可以结合孩子学习内容，和孩子一起进行一些相关的游戏体验活动，为知识的学习和迁移打造一个良好的基础。比如，在孩子学习白居易的《琵琶行》时，家长可以在教师课堂讲解基础上，在课余时间带领孩子参观相关历史遗迹和查阅作者生平资料，以激发孩子主动探究的兴趣，从而更加深入体会诗词的内涵，了解作者因遭到贬谪、处在仕途失意的心绪。还可以为孩子讲授清楚重农抑商社会环境中，商人社会地位的卑微，让孩子能够进一步掌握诗中的内容。家庭教育应该及时引导孩子对所学知识进行归纳、巩固和运用，着重引导孩子养成良好的学习习惯和阅读习惯。同时要保证孩子充足睡眠和锻炼的时间，使其保持一个最佳学习和生活状态。

### 2. 深化教育评价引导家长教育理念

观念是指导人行为的系统化集合体，却也是最难转变并长久固化于人内心的。通过对家长、学校、学生等情况的调查发现，他们都认为，“减负”是一件好事，应该支持，但他们心中也有顾虑，担心实行“减负”政策之后学生的成绩得不到保证，这其实也是影响“减负”工作顺利开展的重要原因。要引导家长扭转不科学的家庭教育理念，转变对教育目的的片面理解以及对教育机会的偏颇认识，消解升学过程中对孩子更大作业量的不当需求，树立科学的教育质量观和人才培养观。其实，教育中“教”和“育”是两个蕴含不同含义的概念词汇，其中家庭的作用对“育”的诠释和作用发挥更大。家庭教育正是要在实现“育”的基础上体现出“教”的合法得当，最终实现“教”“育”的共同指向。家长在保护孩子生理和心理健康方面负有不可推卸的责任。比如，家长在看待孩子作业的观念上，要正确树立主动学习意识。了解孩子成长发展的心理规律，理性帮助孩子设定人生目标，用欣赏的眼光看待孩子，用平等视角与互动心态理解和探寻孩子内心世界。家长在提升孩子发展能力和潜力方面也有着不可替代的作用。发现和尊重孩子的兴趣爱好，提供

适当的条件将孩子的兴趣爱好转化成个人特长。在家庭教育过程中,注意呵护孩子的好奇、专注、坚毅,有勇气等精神特点。平时还应给孩子学习生活主动“松绑”,有魄力给孩子生命状态自觉“留白”,引导孩子培养良好学习习惯和社会责任感,培养孩子成为大格局、有理想、有情怀的人,为孩子快乐成长和幸福生活营造自由宽松的环境。

### 3. 创设民主型的家庭教育氛围

除了校园课堂,家庭也是孩子活动生活的主要场所。家庭作为一个“小社会”,对于培养孩子各项能力的作用是巨大的,我国传统故事“孟母三迁”讲的就是这个道理。良好的家庭环境和人际氛围对孩子健康发展的影响以潜移默化的方式影响孩子终身。瑞典教育家爱伦·凯指出:“环境对一个人的成长起着非常重要的作用,良好的环境是孩子形成正确思想和优秀人格的基础。”“民主型”的家庭氛围是教育工作者极力倡导的。与“权威型”的家庭氛围相比,民主和谐的家庭一般能给孩子提供一种在自由和约束之间自由转换、保持张力的成长环境。和谐轻松的家庭氛围有助于培养孩子稳定的性格情绪,这对以后良好的人际关系处理能力建构也有巨大作用。父母作为家庭教育的主要实施者,首先应该维持好和谐夫妻关系。父母间的亲密关系会直接影响孩子日后健康的婚姻观和择偶观的形成,父母给孩子提供的温暖港湾将成为他们内心最踏实的依靠,是孩子幸福生活的奠基石。在日常家庭生活方面,要和孩子建立平等坦诚的朋友关系,用心沟通,善于发现他们的困惑,及时给予他们正确的价值导向、心理疏导和情感支持。当然这里所讲的陪伴是指一种高质量的陪伴,不是强求我们把所有精力、生命中的每一分钟都花在孩子身上,而是强调陪伴孩子时对孩子的无条件的积极关注。陪伴的本质其实也是一种特殊的教育,通过陪伴才能走进孩子内心,了解他们的成长需求,及时发现问题并解决问题,给予孩子爱的正向教育。

### 4. 在恰当的指导时机下开展家庭教育

家庭“减负”是影响“减负”工作实施的关键。“双减”政策的内容除了要求义务教育学校开设课后延时服务,提升课后服务水平,还要求相关政府机构和学校给予家长就家庭教育方面以积极正面的引导。比如,要发挥社会各方资源力量促进家庭教育,利用各种时机,配合行动,加强孩子网络行为监管。其实,家庭教育指导的时机会对家庭教育指导的质量造成一定的影响。所以,教师在开展家校合作工作时,一定要选择恰当的家庭教育指导时机,推动家庭教育指导工作的顺利进行。在实际操作的过程中,部分教师为了能够减轻自己的工作量,通常选在家长会的时候进行“减负”政策的宣讲。这时,家长已经知道了学生的成绩,这可能不是一个好时机。教师可以结合学生的具体情况,开展不同主题的指导活动。为了能让家长保持一个良好的心态,教师可以在考试之前对家长进行减负指导,告知家长一些指导陪伴

孩子学习的方法,避免孩子在家里受到心理上的“压迫”。对孩子减负,不仅是从作业上减轻负担,还要在心理上进行减负。

### 5. 加强家校社联合育人

“双减”以后,孩子的作业都是在学校完成,家长不需要给孩子检查和辅导作业,家长了解孩子学习方面情况的机会大大减少。就家长自身而言,除了及时改变自身在家庭教育中出现的问题,也需要加强和学校老师的沟通和联系,积极参加学校组织的家校联系活动或者家委会等。家长应该定期主动和老师进行联系,获取孩子的最近学习内容和思想发展动向,和老师商量对策,有的放矢进行引导和培育,促进孩子健康全面成长。家长陪伴和指导孩子参加适当劳动,学习基本的劳动技能,在劳动锻炼中建立起为家庭和社会的责任意识。加强社会、学校、家庭协同育人,关键在于建设好三者之间的交流渠道,搭建优质平台,充分整合各项资源,利用社会各类人才,为家庭教育提供可靠帮助,为学生提供高品质的教育资源。同时,我们社会也要做好监管工作,强化教育行为治理。家长是家庭的核心成员,家庭教育也是国家教育的重要组成部分。每个家庭都是一个独立的教育场景,都应该根据自己的实际情况有清晰的目标建设。“双减”的意义不仅仅在于减,还在于“双减”背后的提升,尤其是家庭教育的促进。“双减”关系到师生、家庭、社会等各方面的利益,也牵动着社会治理,影响着每个学生家庭。家长需要树立正确的教育观,践行社会主义核心价值观,注重培养良好习惯,督促孩子形成自律意识,重视榜样作用,言传身教,营造民主型的家庭氛围,用家长的努力和老师的专业支持,制订有针对性的家校联动教育方案,催生学校、社会合作共育的“磁场效应”,避免出现“养而不教”的现象,为“双减”政策的落实和家庭教育的可持续发展保驾护航。

### 三、结语

综上所述,实施教育不能只依靠学校,还必须借助家庭和社会的力量,建设家校社协同合作教育体系,让孩子在学习文化知识同时有更多时间和机会参与到家庭和社会事务当中,训练孩子人际交往和解决实际问题能力,为孩子终身幸福打下基础。“双减”政策下,家长作为孩子家庭教育的主要承担者,要积极主动地调整和转变观念,履行监护和培育责任,提升家庭教育水平,使孩子在良好的家庭教育环境中全面发展和健康快乐地成长。

### 参考文献

- [1]冯晔.新时代学校如何实现“减负”与“增效”双赢[J].甘肃教育,2020(11):18.
- [2]王贵红,吴红梅.家庭与家庭教育[J].东方青年·教师,2013(17):156-156,157.