

# 刘晓华：用心呵护学生成长

■文图 本报记者 姚晓晓  
“每当孩子们围在我身边分享自己的喜怒哀乐，我就觉得选择做老师是非常正确的决定。”6月13日，在召陵区实验中学的校园里，九年级老师刘晓华向记者展示学生制作的感恩卡片。从教19年来，她不忘初心，用爱与责任浇灌教育之花，在奉献坚守中让自己的人生熠熠生辉。  
“要说不辛苦那是假的。累并幸福着。”面对记者的提问，作为班主任的刘晓华带着幸福的微笑回答。  
刘晓华告诉记者，教室就像家：学生发烧时，她从储物柜翻出退烧贴；考试前，课桌上有她手写的鼓励小纸条；家长会后，她常和家长坐在操场边的石凳上，一聊就是半小时。对她来说，教育没有什么秘诀，不过是用爱点燃心灯，温暖学生的心扉，也滋润自己的心灵。  
“让每个孩子都能在这个充满归属感的集体里找到自己的位置。”刘晓华说，她秉持“我的班级我做主”的教育理念，带领学生布置图书角、绿植区、荣誉墙，培养学生自主管理能力。同时，她尤为重视家校共育——在微信群分享学生成长瞬间；利用休息时间家访，针对不同的学生采取不同的沟通方式，耐心与家长交

流，在家校之间架起了沟通的桥梁。这种双向奔赴的教育模式，让原本内向的学生变得开朗、自信。  
她的班上有一名性格内向的学生小李（化名），由于偏科逐渐失去了学习信心，甚至产生厌学情绪。刘晓华发现后没有急于批评或说教，而是悄悄在他的课桌上放上一些写有鼓励话语的小纸条，并在小李有进步时及时表扬。小李变得越来越自信，遇到难题主动请教老师，学习成绩稳步提升，弱势学科也经常拿高分。  
像小李这样的例子，在刘晓华的教育生涯中还有很多。她力求走进每一名学生的内心世界，成为他们成长道路上的引路人。如今，虽然很多学生已经毕业，但是他们与刘晓华的联系从未中断，在工作和生活中遇到困难时依然向她咨询、求助。  
“每当看到学生有进步或是家长感慨‘把孩子交给刘老师我们放心’，我觉得一切的付出都值得了。”刘晓华说。  
在教育的道路上，刘晓华追光而行。她注重总结教学经验与研究成果，努力从经验型教师向科研型教师转变。她积极参加各类教研活动，探索新的教学方法和理念，并将研究成果应用于教学实践，取得显著效果。省级优秀教学案例、市级或区级公开



刘晓华在备课。

课展示、多篇论文发表……这些成绩的背后，是刘晓华的辛勤付出与不懈努力。  
刘晓华用实际行动诠释了教育不

仅是知识的传递，更是以心育心、静待花开的坚守。她坚守教育初心，让更多的孩子在知识的海洋中快乐遨游、在梦想的天空中自由翱翔。

## 教育锦囊

## 中考前与孩子交流该注意什么

别轻易批评孩子。影响考试成绩的因素是多方面的，其中智力与体力、考试技能与技巧、学习与考试心态非常重要。因此，这一时期看到孩子方方面面的所谓“毛病”不要急于纠正，让孩子保持平稳的心态很关键。家长可以适当陪孩子聊学习以外有趣的事。对于还在打“时间战”和“题海战”的孩子，家长需要提醒，但不要批评。  
别问“复习得怎么样了”。这个问题过于笼统，孩子是无法回答的。事实上，题目永远做不完书永远看不

完，没有人是“复习完了”才去参加考试的，“有点儿不放心”“没把握”很正常。一般问此类问题的家长内心往往是焦虑的，他们试图通过孩子的回答让自己安心。如果孩子实事求是地回答“没复习好”，这个信息会增加孩子的应考压力；如果孩子回答“复习好了”，家长又会觉得孩子容易自满，对自己要求太低，考不出理想的成绩。  
采取开放的沟通方式。孩子向你诉说心中的压力时，家长不要说人人都

知道的大道理。急于评价、过早劝慰都是不可取的。比如孩子说“担心考不好”，粗暴型的家长可能会说：“现在担心有什么用？跟你讲多少遍你听了？赶紧看书去！”温和型的家长可能会说：“考不好没关系，爸妈也不怪你，只要尽力就行。”孩子说自己压力大时，家长可以用“三明治沟通法”帮孩子疏导情绪：先肯定努力（“最近复习很认真”），再理解困难（“压力大是正常的”），最后给予支持（“需要帮助时找我”）。

家长要管理好自己的情绪。家长的心态对孩子影响很大。建议家长每天安排5分钟-10分钟的减压时间，挑选适合自己的放松方式稳定情绪，如简单的深呼吸、肌肉的渐进式放松训练、配合图片和文字想象放松法和积极暗示法等，在放松身心的同时，向孩子展示积极应对压力的态度。当家长自身情绪稳定，就会有足够强大的心理包容孩子的情绪，做孩子的“情绪容器”，给孩子足够的支持。

据《文摘报》

## 育儿宝典

## “丢”出来的成长

儿子小乐今年10岁，性格活泼，聪明伶俐，但有个让我头疼的毛病——东西随手乱扔。每次推开他的房门，总能看到乱卷风过境般的壮观景象。我和妻子苦口婆心讲道理，但小乐总是左耳朵进，右耳朵出。一天，我灵机一动，决定换个方式教育他。  
那天，小乐放学回家，和往常一样把书包里的东西随意往沙发上一扔。晚饭后，我主动提议：“小乐，今天爸爸帮你收拾书包。”我把他乱扔的作业本、水彩笔、尺子塞进了玩具堆里。  
第二天早上，小乐着急去上学，翻遍书包找不到作业本，急得直跺脚：“爸爸，我的作业本呢？”我故作惊讶：“昨天收拾的时候没有看到，是不是你乱扔了？”他气得小脸通红，只好先去学校。  
当晚，小乐一脸委屈地说被老师批评了，我趁热打铁对他：“你看，乱扔东西多误事。以后东西要放好，好不

好？”他耷拉着脑袋，小声应了句“好的”，破天荒自己收拾了书包和房间里的各种玩具，甚至提醒我：“爸爸，你别乱动我的东西！”  
看着他物品归置得井井有条，我既欣慰又忐忑。我意识到，这种“小心机”虽然有效，但可能让孩子产生被欺骗的感觉。于是，我决定坦诚相待。  
一天晚上，我把之前藏起来的東西摆在他面前，小乐先是一愣，随即恍然大悟，扑过来捶我：“原来爸爸是个大骗子！”我搂住他，说：“爸爸不是故意欺骗你，是想让你明白乱扔东西的后果。你看，现在你变得更细心了，是不是？”他点点头，眼里满是自豪。这堂“丢”出来的成长课也让我明白：教育孩子有时需要“小心机”，但更重要的是真诚和理解。家长需要根据孩子的性格特点摸索出最适合的教育方式。

据《教育导报》

## 习作园地

## 夏天

■源汇区嵩山路学校六（2）班 张卓阳  
天气突然热起来了，夏天风风火火地来了。  
夏天有些任性——正汗流浹背，忽然一阵大风吹起来，不一会儿，黄豆大的雨点就落了下来。夏天的雨来得快去得也快，就像孩子的脸——说变就变。  
夏天，很多人喜欢到树荫下、池塘边乘凉。我家附近就是堤河公园，那里的树郁郁葱葱，大人们在树下聊天、打扑克、唱戏等，孩子们喜欢在树下做游戏。公园里有一池荷花，还没走过去，就能闻到一股清香。到了跟前，翠绿的荷叶丛中，一朵朵粉色、白色的荷花像仙子在风中摇曳，好看极了。  
天色渐渐暗了下来，夕阳映在河面上，远远望去好像铺了一层金色的毯子，闪闪发光，特别好看。不一会儿，太阳就看不见了。孩子在大人的催促下上了岸。回到家，饭已经做好了，一家人坐在一边吃边聊，分享着开心事和烦

心事。吃完饭，大人收拾家务，孩子开始写作业。  
夏日的夜晚有时是宁静的，可以去楼顶看璀璨的星空；有时是燥热的，连知了都在不停“喊热”；有时是“恐怖”的，雷电交加、大雨倾盆。  
每一个季节都有自己的特色，但我最喜欢夏天。

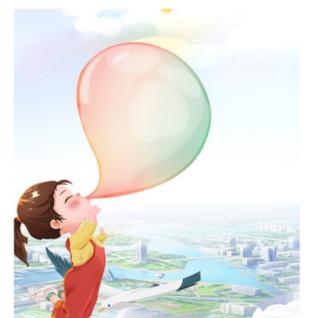
指导老师：胡松涛



## 成长课堂

轩轩是一名初中生，在最近的一次数学测试中没考好。老师在讲评试卷时说：“轩轩，要对基础知识加强巩固。”这句话被同学们传开，甚至有同学叫他“数菜”，还常常开他的玩笑，玩起了“菜就多练”的梗。轩轩感到很委屈，他一直对数学有浓厚的兴趣，只是这次没考好。被同学们这样“贴标签”后，他开始怀疑自己的能力，甚至对数学产生了畏惧感。

青少年时期是孩子自我认知和社交认同的关键发展阶段，他们开始逐步对自己形成稳定的看法，并且越来越重视



## 帮助孩子摆脱“标签”

同伴和权威人士的评价。然而，这种对外界评价的敏感性也让孩子更容易受到“标签”的影响。作为家长，我们该如何引导孩子正确看待并突破这些“标签”，唤醒其内在潜能？

### 第一步：重新定义自我

心理学家乔瑟夫和哈里从自我概念的角度出发，通过“我知—我不知”和“他知—他不知”两个维度，将“自我”分为四个区域：公开区、盲点区、隐秘区和未知区。这个理论被称为“乔哈里窗”。“乔哈里窗”能让孩子更清晰地了解自己，通过适当改变发掘自己的潜能促进与他人的有效沟通与协作。当孩子被“贴标签”，家长可以这样建议孩子：扩大公开区，主动分享自己的想法、感受，建立良好的沟通基础；积极展现自己，适度袒露一些隐藏信息，缩小隐秘区；自省盲点区，主动寻求反馈，全面了解自己；探索未知区，持续学习，挖掘自我潜能，提升能力。

实例演练：轩轩通过记录每日学习进展，总结数学学习方法，自省“盲点区”。他每天在笔记本上写下数学学习中

出现的小问题，如“今天我在解方程时计算错误，缺少了验证步骤”，明确数学学习上的弱点，以便改进。同时，轩轩开始探索“未知区”，尝试参加学校的各类活动，如科学小发明比赛等，发掘自己在空间智能和动手能力方面的潜力。

### 第二步：改变他人评价

孩子为什么会重视他人的评价？社会认同理论认为，个体渴求在社会交往中觅得归属与认同，而他人评价恰是个体获取社会认同的关键渠道。“贴标签”是别人对我们某个方面的评价。一旦被贴上某种负面“标签”，我们的情绪就会受到影响，在社会交往群体中的价值感和幸福感也会减弱。当孩子听到“你总是”“你永远”这类绝对化的评价，家长要让孩子明白，如果这只是对方的片面看法，就对自己说“做这样的我也很好”；如果的确是做得不够好，可以通过调整自身行为、主动与他人沟通，展现自己的努力与能力，赢得更多正面评价。

实例演练：轩轩利用课间主动向老师表达自己在数学学习上的思考：“老

师，最近我在解方程有了很大进步。这是我的纠错本，请您看看。”同时，轩轩在数学小组讨论中积极发言，分享自己的解题思路，让同学们看见他有“数学脑”。

### 第三步：强化外部助力

社会支持系统指的是个人在社会关系网络中获得来自他人的物质或精神帮助。这就像一张大网，能帮助孩子减轻压力，让他们有勇气面对挑战。当孩子遇到“标签”困扰，帮助他们建立一个强大的支持网络特别重要。家人的温暖、老师的鼓励和朋友的理解，都会让他们更有信心突破自我。

实例演练：轩轩与爸妈会定期交流学习和生活，每周日晚上是他们的“数学之夜”，一起回顾本周的数学学习内容，解决尚有疑惑的问题。轩轩加入了学校的数学学习小组，与同样喜欢数学的小伙伴交流切磋，共同进步。他们还会在小组活动中合作完成数学项目，通过团队协作进一步提升彼此的能力。

据《文摘报》

## 教育监督热线

13303958277 13503959800

微信公众平台



- ◆政策信息
- ◆教育视窗
- ◆投诉建议
- ◆违规举报

## 教育快讯

## 中华汉字文化教育基地落户我市

本报讯（记者 李文斌）6月11日，说文解字国际文化传播（北京）有限公司、中国训诂学会汉字文化专业委员会、郑州大学汉字文明研究中心、漯河市教育局在示范性综合实践基地签约，共同打造中华汉字文化教育基地。  
打造中华汉字文化教育基地旨在扩大《说文解字》应用推广实验学校师生的学习范围。该

基地集汉字文化研究、教育实践、国际交流于一体，以汉字为载体，弘扬中华优秀传统文化，将开展汉字文化大讲堂、《说文解字》研学旅行、汉字文化普及等活动。  
该基地的成立，对提升慎故里的知名度和中华汉字文化名城的美誉度、进一步推动《说文解字》在全社会的传播和普及具有重大意义。

## 市教育局联合中裕燃气开展校园燃气安全检查

本报讯（记者 范子恒）6月13日，市教育局联合中裕燃气，在市第二实验中学海河路校区开展校园燃气安全检查，并举办燃气安全知识讲座。  
当日，中裕燃气工作人员携带专业检测设备走进该校食堂后厨，用燃气泄漏检测仪对灶具连接管、供气总阀等关键部位进行扫描。

在随后举办的燃气安全知识讲座上，中裕燃气工作人员结合燃气事故案例，用通俗易懂的语言，从燃气性质、正确使用方法和日常安全注意事项与应急处置措施，全方位为同学们普及燃气安全知识。  
同学们纷纷表示，听了讲座后对燃气安全认识更深刻了，也掌握了实用安全技能。

## 郾城区举行中小学教师“人人讲公开课”活动

6月11日上午，郾城区中小学教师“人人讲公开课”（小学学科）活动在太行山路小学多功能报告厅举行。  
此次活动共分四项流程：从与会学校随机抽取四名教师，教师按顺序提前半个小时到备课室抽取课题备课；由漯河小学的刘洪远老师讲六年级示范

课《图形的认识与测量（一）》；四名教师依次授课，评委现场进行点评；全体参会教师进行教案展示、互评。  
授课完毕后，评委从教学理念到教学环节的设计、从师生互动效果到学生思维能力的培养进行了专业的评价。

郭果果

## 市第一中专开展禁毒警示教育

6月12日，市第一中专组织开展青少年禁毒警示教育。在禁毒教育展厅，一幅幅触目惊心的图片、一段段发人深省的文字，向同学们全方位、多角度展示了各种毒品的种类、特征、危害。  
戒毒所工作人员通过生动的案例，讲解了毒品如何恶魔般侵蚀人的身心健康、摧毁幸福的家

庭、扰乱社会的和谐稳定，并提醒同学们不要轻易接受陌生人的食物，远离人员复杂的环境，谨防沾染毒品，杜绝毒品侵害。  
参观结束后，同学们表示对毒品有了更深了解和认识，今后在确保自己远离毒品的同时也要争做拒毒防毒的宣传员，向家人和朋友广泛宣传禁毒防毒知识。

张涛

## 召陵区初级中学开展防溺水安全教育

6月11日，召陵区召陵镇初级中学开展防溺水安全教育，保障学生生命安全，构筑坚实防线。各班班主任利用班会引导学生深入了解防溺水知识，深刻认识溺水事件的危害性和严重后果，了解防溺水“七不”“两会”“四知道”，提升知险、识险、避险和自救、自护能力，进一步掌握相关救生与自救知识，增强安全意识。

该校还在操场开展了溺水救援演练，医护人员系统讲解心肺复苏术（CPR）操作流程，借助人体模型演示胸外按压、开放气道、人工呼吸等关键步骤，并通过情景模拟与学生进行实践操作和互动问答。  
该校还通过悬挂防溺水警示横幅、播放防溺水动画短片等方式进行宣传。

付文涛

本版组稿：李永祥