



教师读书

一场关于“爱”的和解

——《不咆哮，让孩子爱上学习》给我的双重启示

□丁明月



曾经，我以为自己同时拥有两副清晰的面具，一副是讲台上循循善诱的语文老师，另一副是家中忧心忡忡的母亲。直到那个寻常的黄昏，我的孩子，也是我班上的普通学生，又一次将一份并不出色的作业推到我的面前，而我的焦虑像墨汁滴入清水般在心头晕染开来。那一刻，讲台上的自信与家中的无力感交织成一张无形的网，将我困在其中。

正是在这样的心境下，我无意中翻开了田宏杰老师的《不咆哮，让孩子爱上学习》。最初，我带着教师惯有的审视，以为这不过又是一碗“快乐教育”的鸡汤，一个吸引眼球的标题。然而，当那些基于儿童心理学的科学分析、具体可操作的方法像一束光穿透教育的迷雾时，我作为教师的职业理性与作为母亲的本能情感，同时被触动了。

我首先看见的，是那个坐在教室角落里的，我的孩子。

田老师书中的一句话如重锤击中心扉：“每个孩子都有自己的成长季节。”站在讲台上，我能如数家珍般说出每个孩子的闪光点，能宽容地等待一朵花的绽放。可当这朵花是我自己的孩子时，我的目光却不由自主地变得短促而焦灼。书中揭示的“焦点效应”——我们总在关注孩子的问题，却看不见他的进步，这像一面镜子，照见了我的失衡。原来，那个在课堂上能对别的孩子温柔说“没关系，我们再想想”的我，回到家却会因一道反复出错的习题而声调陡升。我恍然意识到，我给予自己孩子的，不是双份的爱与理解，而是双重的标准与期待。教师的“公心”与母亲的“私心”在拉扯，受伤的却是孩子望向我的，渐渐失去光彩的眼睛。

接着，我重新审视了手中那支批改作业的笔。

田宏杰老师从心理学角度剖析学习机制，让我对“教学”本身进行了深刻反思。作为语文老师，我熟知如何分段驱动大意、传授写作技巧，却可能忽略了驱动这些知识被真正接纳、内化的底层心理动力。书中关于“习得性无助”的阐述令我警醒：当孩子长期体验挫折又得不到有效支持，他就会在心理上“躺平”。我的孩子，是否也在我混合了教师严格与母亲急切的双重压力下，悄然滑向这种无助？书中提供的“小步快走”策略——将大目标拆解为孩子跳一跳能够到的小目标，及时给予积极反馈——不仅是给家长的策略，更是对我教学方法的叩问。我是否在课

堂上，也为那些“不优秀”的孩子铺设了足够多可见的阶梯，让他们能体验“我能行”的喜悦？

最为珍贵的启示，是关于“关系”的重建。

田老师反复强调，良好的亲子关系是教育的地基，而信任则是地基中的钢筋。这句话解开了我双重身份中最深的结。当我用教师的角色去“管理”自己的孩子，无形的权力关系便侵蚀了亲子间的平等与亲密。书中所倡导的“情感连接先于问题解决”，让我学会了在辅导作业前，先给孩子一个拥抱；在指出错误前，先肯定他过程中的努力。我开始有

意识地在家摘下“老师”的面具，只是做他的妈妈。我们一起聊书中的笑话，分享学校的趣事，让学习的话题自然流淌在亲密时光里。奇迹般地，当我不再把他的学习当作一个需要严加监管的“教学项目”，而是看作一段需要陪伴的成长旅程时，他的抗拒少了，眼里重新有了好奇的光。

读完这本书，我并未立刻成为游刃有余的“超人妈妈”或点石成金的“神奇教师”。我的孩子依然会写错别字，作文也远非范文。但改变确实发生在，它细微而坚定。我不再为一份不如意的试卷而内心海啸，转而与他一起分析“我们”可以从哪里开始改进。在课堂上，我也对那些眼神躲闪的孩子有了更深的共情，我的批评里少了尖锐，多了建设性的指引。

这本书于我，是一次双重身份的校准与融合。它让我明白，最好的教育者，无论是在学校还是家庭，首先都是一个深刻的观察者、一个耐心的倾听者、一个坚定的支持者。教育的艺术，或许不在于将一切塑造得完美，而在于怀着敬畏，看见每一个生命的独特性，并为他们提供适宜生长的土壤。我不再是那个在教师与母亲角色间撕裂的焦虑者，而是在两种爱的交汇处，找到了一个更从容、更完整的自己，一个依然会为孩子操心，但学会了如何将焦虑转化为静待花开的守望者。

如今，我依然站在讲台上，依然在夜晚的灯下检查孩子的作业。但心中的风暴已息，取而代之的是一种清澈的平静。我知道，我与我的孩子，正在学习如何共同成长。而这，或许是《不咆哮，让孩子爱上学习》馈赠给我，一位教师妈妈，最宝贵的一份礼物。

(作者单位：全椒县江海小学)

单车岁月里，母爱声声

□定远县第三初级中学八(6)班 沈诗瑶 指导老师：张辉

儿时的风里，藏着母亲单车的吱呀声，也藏着一声声化不开的母爱，声声入耳，句句暖心。

我清晰地记得，儿时那辆旧自行车上的时光，瘦小的母亲奋力蹬着脚踏板，沾满泥土的链条吱呀作响，像一首重复却温暖的歌谣，而坐在后座的我，常常泪水浸湿双眼，将脸轻轻贴在母亲的背脊。

童年的清晨与黄昏，我总坐在母亲自行车的后座，伴着清脆鸟鸣与道旁树木沙沙的轻响，度过一个被母亲接送的日子。每次放学铃响，母亲总会准时守在学校正门口，远远望见我，便笑着喊我的名字，眉眼间满是温柔。我总会开心地三步并两步冲过去，一头扑进她温暖的怀里，所有的疲惫都烟消云散。

可不知从何时起，我渐渐发觉，母亲的旧自行车，和我们的“香车宝马”格格不入。我总觉得同学们看我的眼神带着异样，就连见到母亲，也没了往日的雀跃欢喜。母亲似乎察觉到了我的心思，此后便悄悄改在僻静的小巷等我，往日明亮热情的呼喊，也换成了温柔的低语，生怕让我觉得难堪。

踏入初中校门后，我开始独自上学，那辆载满童年的自行车，便渐渐被搁置在角落，许久无人触碰。日子一天天过去，母亲的叮嘱却从未停歇：“路上要注意安全啊！”“过马路要看车，晚上早点回来，我给你烧爱吃的菜。”“对啦，记得带伞，天气预报说会下雨……”每次她的话还没说完，匆匆出门的我便“砰”地一声关上门，将那些细碎的叮嘱关在了门内。

果然，那天放学，天空骤然阴沉，乌云迅速铺满天际，一场倾盆大雨来得猝不及防。同学们一个个钻进温暖的车里离去，我却孤零零站在屋檐下，满心迷茫又焦急，后悔没听母亲的叮嘱。

就在这时候，一声熟悉的呼喊穿透嘈杂的雨声与人群，传入我的耳朵。我在五颜六色的

伞海中张望，一眼便认出了母亲。她冒着大雨，从马路对面跌跌撞撞地跑过来，雨水打湿了她的头发与衣衫。我心头又惊喜，更藏着深深的愧疚，连忙快步迎上去。母亲抬手轻轻摸了摸我的头，语气满是心疼：“赶快穿上雨衣，别被淋湿了，小心着凉。”

大雨中，我们手牵手走向那辆久别的旧自行车。母亲快步上前，用自己的衣袖细细擦干后座的雨水，生怕弄湿我的衣服。我坐上车，刚坐稳时竟有些生疏，母亲扶着车把轻声说：“妈妈自从不送你上学，就很少骑它了。”

简单一句话，像一根细针轻轻扎进我的心里，我瞬间听懂了她话语里的失落与牵挂，低下头沉默不语，滚烫的泪水不知不觉滑落脸颊。良久，沉默化作满勇气，我伸出双臂，隔着薄薄的衣衫紧紧搂住母亲的腰，声音带着哽咽：“妈，明天，明天你还在学校门口等我吧！”

那天，我和母亲轮流蹬着自行车，穿行在茫茫雨幕中。我为母亲撑着伞，母亲也时时将伞往我这边倾斜，小小的伞下，隔绝了风雨，氤氲着满满的温暖与生活的细碎美好。一路上，我们说了很多很多话，像我小时候那样，絮絮叨叨，没有一丝隔阂，雨声、车声、说话声，交织成最动听的旋律。那辆旧单车，载着我的童年，也载着母亲沉甸甸的爱；那些细碎的叮嘱，藏着母亲的牵挂，也藏着最绵长的温情。原来，母爱从不是惊天动地的壮举，而是藏在岁月里的声声叮咛，藏在单车吱呀声里的岁岁年年。

【点评】本文以旧自行车为线索，串联起母爱里的温暖点滴，情感真挚细腻，动人心弦。标题新颖生动，贴合文章主旨，细节描写传神动人，母亲的温柔隐忍、“我”的懵懂愧疚与幡然醒悟跃然纸上。全文质朴中藏温情，平淡中见深意，是一篇情真意切的佳作。

明光三件套

□明光逸夫小学四(4)班 邹诗景 指导老师：朱友玲

最近这段时间，“明光三件套”火遍全城！它们是明绿液酒、奶绿波奶茶、旺绿波绿豆糕，都是用明光特产绿豆做的，清香又好吃，是我们家乡的新名片。

周末，爸爸妈妈带我去打卡，奶绿波奶茶，豆香浓郁、甜而不腻；旺绿波绿豆糕软糯糯，入口即化，都是我爱喝爱吃的。爸爸喜欢明绿液酒，说这是明光老味道，醇厚又有情怀。妈妈总说三件套好看又好吃，走到哪儿都想分享。我们一家人都为明光三件套感到自豪。

其实，明光还有好多好吃好玩的。我们常去吃小鱼锅贴，火山湖的鲜鱼炖得喷香，锅边贴的面饼一半酥脆、一半吸满鱼汤，每次我都能吃好多。周末，爸爸妈妈还带我去黄寨草场，那里一望无际，绿草如茵，牛羊悠闲散步，像一幅美丽的画，风一吹特别舒服。

我希望明光三件套能走出安徽、走向全国，让更多人品尝到它的风味。也欢迎大家来明光，品尝明光美食，体验明光美景，爱上这座温暖又可爱的小城！



议论风生

“体测不过不能毕业”，大学生体质要管了

□戴先任

3月17日，南京航空航天大学发布消息，该校新出台的《卓越体育教育行动方案》将对学校体育教育进行全面升级，其中最受关注的是——体质测试成绩将纳入毕业资格审核，未达标者不予毕业。

在很长时间内，学生体质没有受到应有重视，这导致学生身体素质连年下降。近年来，国家重视学生体质，尤其是中小学，体育教育不再在学校教育中“靠边站”，而是纳入了对学生的整体评价之中，纳入了中高考，青少年体质也由此有所回升。

但一些大学生的身体素质却仍然不容乐观，甚至有所下降。原因就在于一些高校不够重视学生身体素质，而大学

生已经成年，一些大学容易因此放松管理，让大学生处于“放羊”状态，这就让人看到不少大学生缺乏体育锻炼，一些大学生甚至整天在宿舍打游戏等，身体素质每况愈下。

早在2007年，大学体测成绩与毕业挂钩的规定，就出现在教育部文件中。2019年，教育部发布相关意见，要求“加强学生体育课程考核，不能达到《国家学生体质健康标准》合格要求者不能毕业”。但现实是不少大学生身体素质较差，如果严格执行体测成绩与毕业挂钩的规定，恐怕会有不少大学生无法毕业，这让不折不扣执行这一规定的高校并不多，让这一规定成了“纸上规定”，大学生的身体素质也难有改观。

南京航空航天大学出台“最严体育校规”，明确：体测不达标不能毕业，并非对相关规定的“加戏”“加码”，而是对规定严格执行。如果不动真格，大学生就不会重视体育锻炼，学生身体素质也难有效提升。不只是南京航空航天大学，此前还有云南大学等一些高校出台“体测不达标不能毕业”的相关规定。

当然，也不能简单将体测成绩与毕业挂钩，学校更要开足开齐体育课，要重视过程性考核，要为学生开展体育活动提供充分条件，要避免学生只是在临近考试时突击训练，而不是进行日常锻炼。这样有利于学生加强日常体育锻炼，在日积月累的体育锻炼中增强体质，养成良好的锻炼习惯。

拥有健康不一定拥有一切，但失去健康一定会失去一切。现在的一些大学生，在基础教育阶段，受到的是重智育轻体育思想的影响，很多人没有养成体育锻炼的习惯。给散漫自由惯了的大学生套上“笼头”，才能让大学生得到“身体自由”。

“最严体育校规”，将学生体育成绩与毕业证捆绑，重视学生身体素质发展，这是对学生负责，是用“刚性约束”纠正他们错误的行为习惯，是用“力度”“严度”传递育人“温度”，有助于补齐大学生体质健康短板，也是学校育人责任的回归。这样的“体育校规”传递出的育人观念尤为珍贵：大学生也不能“放养”，大学生身体素质要好好“管起来”。



教育故事

蹲下来，与孩子一起成长

□查君书

“理想在岗位上，信仰在行动中”。从刚开始的如何完整地上一节课而努力，到后来的为上一节课更高效而钻研；从如何做一名合格的班主任而发愁，到如何成为一名学生喜欢的班主任而思索；从如何让班里的学生有兴趣而摸索，到现在如何让班里的后进生感受到成功而探索。三十多年来的种种改变，让我对教育慢慢有了更深的领悟。

语文课上，我正讲解着《琥珀》，讲台下的孩子们有的跃跃欲试，有的相互交流。唯独小宇，身体扭成一道倔强的弧线，下巴搁在椅背上，眼睛盯着窗外。我走过去，轻声提醒他听课，他却只是把课本往怀里收了收，闷声说：“我不想上课。”

这已不是第一次。小宇的沉默像一堵墙，我几次想推门进去，却总被挡在外面。课后，我拨通了他妈妈的电话。电话那头，妈妈的声音带着疲惫，说家里最近总在争吵，小宇看眼里，却从不开口。

我明白了，那堵墙的背后，是一个被大人世界的风雨淋湿的孩子。

我决定不再用命令去敲门，而是试着蹲下来，从墙的另一边开始。

第二天，我带了一盒彩泥走进教室。我没有提出要做什么，只是把彩泥分给孩子们，自己也拿了一块，坐在小宇旁边，慢慢捏着。我捏了一个简单的房子，又在旁边捏了个小小的人。小宇的目光从窗外挪到了我手上，那眼神里，有好奇，也有警惕。

我轻声说：“我小时候，也总盼着家里能安安静静的。”小宇的手顿了一下，随后，他也拿起一块彩泥，开始笨拙地揉捏。他捏的，也是一个房子，但房子没有门，四周立着高高的墙，把小小的人围在中间。

我指着那个小人问：“他好像有点孤单，他在想什么呢？”小宇的指尖摩挲着彩泥，声音细若蚊蚋：“他想爸爸妈妈不吵

了，再出来。”

我的心被轻轻揪了一下。我没有说教，只是把那个没有门的房子，轻轻加了一扇小小的窗。“你看，墙再高，也可以有一扇窗，能看到外面，也能让光照进来。”

小宇盯着那扇窗，忽然伸手，在自己捏的房子上，也开了一扇窗。他的动作很轻，却像一道裂缝，让一直紧绷的他，泄出了一丝情绪。那天，我们没有谈学习上的事，只是用彩泥，捏出了房子、树木，还有天上的云。

接下来的习作课，我不再强求他完成命题作文，而是允许他用任何方式表达自己。结果，他把自己想的心里话都写了出来。

后来，我不再总站在讲台上，而是常常坐在他身边，听他讲心里的话，也讲家里的事。我学着不去评判，只是倾听。慢慢地，小宇改变了沉默，课上发言，课下和同学们活动、游戏。

他不再把自己藏在墙后，而是开始用笔，一点点把心里的世界，铺展在纸上。一次，学校举办绘画比赛。他画了一家人围坐在一起，桌上是热气腾腾的饭菜，窗外是和煦的阳光。他告诉我：“老师，这是我画的，以后我们家也会这样。”我看着他眼里的光，忽然觉得，我教给他的，从来不是学习的方法和生活的态度，而是如何面对心里的风雨。

由此，我觉得：教育，从来不是居高临下的给予，而是蹲下来，与孩子站在同一高度，看见他们眼里的世界。当我放下老师的权威，用倾听代替说教，用陪伴代替催促时，才能真正走进孩子的内心。

小宇在成长，他用画笔驱散内心的阴霾；我也在成长，学会了用谦卑的姿态，去拥抱一个孩子最真实的世界。俯下身的那一刻，我不仅托住了一个孩子，也重新认识了教育的温度与生命的重量。