

“双减”政策下家庭教育的指导途径研究

宋哲, 郑楠, 赵旭, 王志萍, 蔡萌萌

摘要: 随着社会经济的快速发展, 现阶段的家庭教育面临一系列问题, 如何在“双减”政策下发挥家庭教育的功能, 成为现阶段关注的重点话题。基于此, 文章首先介绍了“双减”政策的内涵, 分析了“双减”政策给家庭教育带来的影响, 进而提出了指导家庭教育有效开展的建议。

关键词: 家庭教育; “双减”政策; 政府宏观调控

“双减”政策的提出促使义务教育展现全新的面貌, 义务教育阶段的学生、教师和家长都应该对“双减”政策予以关注, 并结合“双减”政策优化教育活动。针对家庭教育而言, 同样需要关注“双减”政策的落实, 家长需要发挥教育主动性, 与学校和社会一同推动“双减”政策的落实, 促使家庭教育不断优化改善, 取得更好的教育效果。

一、“双减”政策的内涵

所谓“双减”, 是指减轻学生作业负担和减轻学生校外培训负担。2021年7月, 中共中央办公厅、国务院办公厅印发《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》, 对“双减”工作做出了全面安排, 要求各地区认真贯彻落实。之所以提出“双减”, 根本原因在于近年来义务教育阶段学生面临的学业压力越来越大, 不仅要面对较多的课外作业, 还需要面对各种培训班、补习班和兴趣班, 这导致中小学生的课外时间被大量挤占, 甚至影响到学生的睡眠时间。相关统计数据显示, 在过去十年的时间里, 我国中小学生平均睡眠时长呈现逐年下降的趋势, 年级越高, 睡眠时长下降越多。不仅如此, 中小学生的近视率也一直保持在较高水平。在过重的学业压力下, 学生的身体发育受到影响, 心理健康受到干

扰, 身心发育的健康程度呈现下滑的状态。为了改善中小学教育面临的困境, 为了促进中小学学生身心健康成长, 国家提出了“双减”政策, 为中小学教育指明新的方向。

二、“双减”政策给家庭教育带来的影响

(一) 对家长教育理念的影响

家长是家庭教育开展的核心主体, 长时间以来, 很多家长的教育理念过于刻板 and 传统, 这也是孩子压力增大的原因之一。部分家长总是抱着“赢在起跑线”的想法, 给孩子报各种培训班、补习班, 将孩子周末及节假日的时间安排得满满当当, 导致孩子很少有属于自己的时间。这导致孩子的压力很大, 逐渐在生理和心理方面出现问题。“双减”政策的提出, 对家长的教育理念带来影响, 引导家长正视孩子承受的负担, 转变自身的教育理念, 不再给孩子施加太大的压力。

(二) 对家庭教育方式的影响

“双减”政策的提出, 给家庭教育方式也带来了影响。从以往的家庭教育来看, 家庭教育方式较为单一, 主要是家长给孩子报名各种学习班, 指导或监督孩子完成家庭作业。“双减”政策提出了减轻学生作业负担和校外培训负担的明确要求, 并且取缔了大量培训班, 严禁违规补课, 这中

断了校外培训的路径，从而推动家长选择其他的教育方式来开展家庭教育。

（三）对家庭亲子关系的影响

亲子关系在家庭教育中扮演了重要角色，良好的亲子关系可以让家庭教育更加有效地开展，家庭教育的良好开展也可以加深亲子关系。如果家庭教育不佳，可能导致亲子关系恶化；而亲子关系恶化，会影响家庭教育的效果。通过落实“双减”政策，减轻学生的作业和培训负担，可以减少家长和学生之间因为学习而产生的矛盾，有助于亲子关系的良性发展，亲子关系良性发展可以为家庭教育营造和谐的氛围。

三、“双减”政策下家庭教育的创新路径

（一）重新定位“双减”政策下的家庭教育

在“双减”政策实施的视角下，要想有效指导家庭教育开展，需要对家庭教育重新定位，要重新确定家庭教育的目标、内容和方式等，确保家庭教育和“双减”政策的要求契合。第一，减轻学生的培训负担。家长需要合理对待各种培训班，不能盲目给孩子报班，要充分尊重孩子的意愿，并且控制报班数量，要给孩子留出自主时间。第二，优化作业指导。在家庭教育中，指导孩子完成家庭作业是一个重要的环节。“双减”政策提出了减轻学生作业负担的明确要求，因此在家庭教育中，家长要对家庭作业指导予以优化，要帮助孩子尽快完成作业，缩短作业时长，从而达到减轻孩子负担的目的。第三，拓展家庭教育范围。目前，家庭教育的开展多局限于家庭之中，而“双减”政策要求社会各界都参与进来，发挥各自的作用。因此，家长需要突破传统思维的局限，跳出家庭的限制，在家庭之外构建家庭教育活动。

（二）体现政府宏观调控作用

“双减”政策下家庭教育的推进应该跳脱传统的思维框架，政府需要体现出有效的主导责任，建立相应的组织机制，在政府支持下保证家庭教育工作有极强的针对性和操作性。家庭教育需要专业人才，这涉及心理学、社会学和管理学等专业，基于“双减”政策，政府要对家庭教育的内容、人才发展情况等进行合理评估，体现政府的引导和监督作用，让家庭教育指导人员执证上岗。此外，政府需要从家长的角度分析，完善休假制度。家庭教育需要时间、物质和精神上的支持，组织家长到学校参与家长会议，通过短期的亲

子活动推动家庭教育工作的顺利进行，这些都需要在带薪休假的情况下完成。同时，政府要倡导相关部门、机构为积极组织家庭教育的家庭提供福利，按照《中华人民共和国未成年人保护法》的相关规定采取有效措施，鼓励和支持动物园、红色旅游景区、图书馆等社会机构免费向未成年人开放，为家长和子女参与活动提供良好的环境。

除此之外，在“双减”政策下家庭教育建设工作的实施中，为着重发挥政府的宏观调控作用，需要明确认识政府的职能定位，结合地方经济发展情况制定针对性的政策规定。例如，家庭教育咨询机构的建设主要是为了调节家庭矛盾，在了解孩子的心理发展特点和需求的基础上找出家庭教育的问题，让孩子正确认识自己，接受和相信自己，避免家庭教育问题的扩大。地方政府要结合当地的发展情况，对家庭教育的方式和内容进行补充说明，适当设置教育奖罚机制，以制度的方式约束家庭教育的行为。对于一些特殊家庭，政府需要在资金、政策方面有所倾斜，要创造条件，让外出工作的父母时常和留守儿童沟通，提供合理的资金保障，让留守儿童有机会接受更好的教育。

（三）打造家、校、社一体化教育模式

第一，在“双减”政策下开展家庭教育，需要学校、社会积极参与，调节教育矛盾，避免家长的思想观念出现偏差。部分家长的思想观念存在偏差，认为教育孩子是教师的责任，自己只需要负责孩子的生活即可，殊不知自己也是教育的执行者。为转变家长的理念，学校可通过座谈会、交流会等形式让家长及时了解学生的在校学习情况，并使家长发挥督促和引导作用，让家长认识教育的重要性。此外，可充分利用互联网搭建教育平台，教师在校园网上传关于家庭教育和“双减”政策的专题内容，提供相关视频、文章等，家长点击链接即可进入，通过观看这些内容提高自身的认识。

第二，从学校角度分析，学校的主要职能是为学生创造良好的活动环境，提供优质的教学资源，全面提高学生的认知水平。因此，学校要创建良好的校园环境，激励学生积极学习，体现自身的导向优势，打造优秀的教师队伍，保证课堂教学的效果；要体现自身的辅导优势，与社区合作，定期开展家庭教育的宣讲活动，为家长普及家庭教育方面的知识，为家长开展家庭教育给予指导。

第三，社会对家庭教育的参与。以社区服务为例，

社区要细化社会服务工作,采用精准化服务的方式指导家长选择合理的社会教育机构,尽量不要增加孩子的课业负担,不要压缩学生的自由时间。尤其是在社会结构的建设和完善方面,社区要遵循政府相关政策,及时对组织活动进行分析,组织多样化的社区活动,推动家庭和睦相处。

(四) 加大对家庭教育的管理力度

家庭教育对一个人的成长有着极为深远的影响,影响着人们的思维和行为。我国有着非常深厚的传统文化,格外重视家风家教;习近平总书记多次强调,“家庭是社会的基本细胞,是人生的第一所学校。不论时代发生多大变化,不论生活格局发生多大变化,我们都要重视家庭建设,注重家庭、注重家教、注重家风。”可结合习近平总书记对于家庭教育的重要论述,提高人们对家庭教育法治化的重视程度,形成“四位一体”的工作模式。例如,构建和谐的家庭关系。家庭是社会发展的一个单位,也是人们心灵的港湾,以家庭伦理的运行行为基准,弘扬社会主义核心价值观,要求子女孝敬父母,父母呵护子女;从新时代的家教家风建设方面分析,以社会主义核心价值观为出发点,建设和谐、温馨的家庭关系。

结合现有的家庭教育条例来看,一般是在家庭教育理念指导下开展教育活动。要实现家庭教育的发展,不能制定过于严苛的规章制度,而是要留有余地。例如,从离异家庭子女的教育问题来看,无论是在精神上还是物质上,孩子因为父母离异受到了不同程度的伤害,因此离异家庭的父母应该对亲子关系作出正确处理,要鼓励和支持孩子正常且健康的人际关系,让其能拥有健康的集体生活。国务院妇女儿童工作委员会要积极参与其中,做好离异家庭孩子的心理辅导工作,与家长共同参与孩子的教育,一起应对家庭教育法治化建设中的难题,使家长认识到家庭教育不再是孤立无援的存在,需要社会、校园积极参与其中,打造更为完善的家庭教育法治化体系。

(五) 打造高水平的教育指导队伍

在“双减”政策下推动家庭教育的实施,需要打造高水平的家庭教育指导队伍,将家庭教育纳入指导人员学习的范围内,培养更多的高素质人才。例如,当地的教育部门、妇联等单位依托家长和学校建设指导工作站,积极和学生家长、学校展开深度合作,对未成年人的教育问题展开深度探索。为进一步优化家庭教育的内容,为家庭教育指导工作赋予全新的特点,需要联合各个部门打造高水平的指导队伍。

例如,某地区教育局对现阶段家庭教育中存在的各种问题进行合理分析,主动梳理家庭教育中比较突出的问题,积极探索下一阶段的工作要点,推动家庭教育与“双减”政策的结合。为了形成一支专业化、规范化的家庭教育指导服务队伍,当地妇联还调整、充实了家庭教育讲师团,吸纳在儿童教育、卫生保健等方面具有专业知识和实践经验的成员参与其中,为家庭教育的建设和发展贡献一分力量。讲师团以培育和践行社会主义核心价值观,加强未成年人思想道德教育为核心,以强化家长的责任意识为重点,通过家庭教育宣传活动的开展,让家长对自身的教育工作有全新认知,进而构建正确的学习观念,掌握科学的家庭教育方式,自觉履行各项教育责任和义务。不仅如此,当地博物馆和文化馆也积极参与进来,博物馆构建了多项科普学习活动,面向广大青少年提供科普教育,为家庭教育提供指导;文化馆组织了多种文化活动,构建了亲子文化项目,给家庭教育提供了平台和机会,为家庭教育的开展营造了良好的氛围;博物馆和文化馆也组建了家庭教育的指导工作队,立足博物馆和文化馆工作,对家庭教育提供指导。

“双减”政策下,家庭教育的建设和发展应该从个人层面延伸到国家层面。从目前的发展情况来看,家庭指导教育和服务模式比较单一,缺乏相应的指导教育工作者。因此,需要地方政府发挥宏观调控的作用,积极落实家庭教育工作的职责和规划,通过财政预算、购买服务等多种方式,支持家庭教育相关工作的开展。不仅如此,在“双减”政策下,需要实现家、校、社的深度互动,引导多部门、多单位参与进来,促进家庭教育建设发展,为“双减”政策的执行落实提供辅助。[作者单位系保定理工学院管理科学与工程学院。基金项目:河北省高等学校人文社会科学研究项目“‘双减’政策下家庭教育的指导途径研究”(SY2022072)]

参考文献

- [1] 黎嘉欣.探究“双减”背景下的家校社协同共育[J].教师博览,2022(18):4-5.
- [2] 黄碧娥.家庭教育应回归“生活”和“生命”立场[J].中小学心理健康教育,2022(18):1.