

| 清廉家风 |

做人民的勤务员

被誉为“延安五老”的谢觉哉，是中国共产党的老一辈无产阶级革命家、政治家，杰出的社会活动家、我国人民司法制度的奠基者之一。谢觉哉育有多名子女，他常常对子女们说：“我是共产党人，你们是共产党人的子女，不许有特权思想。”在他的身体力行和严格要求下，谢家形成了严于律己、勤劳本分的优良家风。

谢觉哉1884年5月出生于湖南宁乡，早在青少年时代，他便对家乡豪绅们的所作所为深恶痛绝。他认为共产党的干部是人民的公仆、人民的“勤务员”，是为人民服务的，而不是谋求个人私利的。

延安时期，谢觉哉主持中央党校工作，担任中央党校副校长，他把自己当成一名普通学员，跟学员同吃一锅饭，同坐一块石头学功课。管理员见他身体虚弱特地炒了一点油菜送他补养身子，他却转送给生了孩子缺奶的女同志。进城后他担任内务部

部长，当时机关的房子十分陈旧，有人主张改建或大修。他说：“房子只要不塌、不漏就可以住人，维修一下就可以了。”有人提出盖办公大楼，他说：“只要我在内务部，你们就别想盖大楼。”

谢觉哉不徇私并且以身作则，对子女言传身教，希望子女们明白“居新社会学新本事”才能立足，而不是借助长辈的权势。

新中国成立初期，他在湖南老家务农的亲属想凭着谢觉哉的“官位”到北京来找个工作、谋个前程。但谢觉哉并未让他们如愿。1953年10月，谢觉哉写了一封家书，批评这种找关系、走后门的作风。他在信中强调“求学做工要靠自己”“父母管不了许多”，他反复教育儿孙、亲友们要安心农村生产，学习新知识，跟上新时代，做一个自食其力的劳动者。

谢觉哉告诫孩子们，作为共产党人的亲属应该“工作在先享受在

后”。他经常利用周末时间为孩子们集体上课，忆苦思甜。为让他们得到锻炼，他把院子里的一块空地利用起来，一有空就带着孩子们翻地，种菜，养猪。

1964年4月27日是谢觉哉八十岁寿辰，湖南老家的儿子们早早就商议要给老人家祝寿，给谢觉哉写信希望得到他的同意。谢觉哉回信写道：“老人的喜欢是后一辈工作做得好，尤其是地方工作做得好，而不在乎什么庆祝。”

于是，大家放弃了去京祝寿的念头。八十大寿那天，谢觉哉在扬州考察工作。这天他未告知当地的同志，上午轻车简从视察了一个村镇，和农民亲切交谈，了解他们的生产生活情况。晚上，他在日记中写了一首《生日在扬州》的诗抒怀。后来，谢觉哉把这首诗抄寄给了故乡的儿孙们。

来源:《清风十二师》公众号

| 家校共育 |

让每一朵花都微笑
新邵县芙蓉学校 吴妹晖

周五下午，我准备去做一次家访，这源于不久前的一次阅读交流课。

那天下午，我发阅读材料《藏羚羊的故事》，带孩子们读：“忽然，一只藏羚羊从对面的草坡上飞奔下来，一直到狭窄的路中央‘扑通’一声跪了下来……”

读着读着，有几个孩子情不自禁地叫起来：“好感动啊！”“我都想哭了！”“母爱好伟大啊！”

就在这个时候，教室角落传来一个声音：“我妈妈再也不要我了！”声音很微弱，可是大家却都听到了这个声音。顿时，教室里变得静悄悄的。我望着雯雯那红了的眼眶，心里不安起来。

雯雯爸妈离婚的事，我早就知道的。开学初，在检查寒假作业时，雯雯的一篇周记让我印象深刻：“过年，别人家是团团圆圆，而我家是冷冷清清。我永远忘不了妈妈推着行李箱离开时对我说她再也不会回来了。妈妈，你真的不要我了吗？我好想你呀！”

此刻，我看着雯雯红了的眼眶，想起了这学期以来她的一些变化：上课总是发呆，下课也总是一个人待着，作业也好几次拖欠。我知道，没有妈妈陪伴的孩子心理是多么脆弱和敏感。

我在雨后的乡间小路艰难行走，终于找到了雯雯妈妈。一见面，她的眼泪如泉水般涌出来，那些泪水仿佛滴在了我心上，我知道这个母亲其实深深爱着孩子。我拿出准备好的绘本递给她：“这本书送给你看，我也给雯雯爸爸送了一本。你们是离婚了，但依旧是雯雯的父母，希望你们能够找到一个平衡点，让孩子快乐健康地长大。”

周末过去了，我早早去到学校。刚进校园，我一眼就看到了雯雯，她和几个孩子一起欢快地走着，说着话，这个周末她妈妈陪她看了电影呢！我注意到她手中正好拿着那本绘本，嘴角上扬，微微笑着。我跟在她身后，心情格外地舒畅。

望着孩子们欢乐的背影，我想，如果说老师是园丁，孩子是花朵，那么，我希望我花园里的每一朵花都微笑！

| 漫话家教 |



教育就是
我的目光，一直
注视着你脚下的路

网络图片

| 教子有方 |

别用电子产品打发孩子

□ 乘川

昊昊今年只有4岁，却已是玩手机的高手，不仅会玩游戏，还能用表情符号替妈妈回复微信信息。最近，昊昊总是揉眼睛，看医生后确诊患有假性近视。

5岁的琳琳没有昊昊幸运，她被确诊为眼干燥症，原因是每天用平板电脑玩游戏。琳琳妈反省，自己工作忙，没时间陪琳琳，如果琳琳闹，她就把平板电脑塞到琳琳手里。琳琳妈后悔不已。

眼科专家表示，电子产品对孩子健康的伤害首先表现在视力上。6岁以下的孩子，视觉系统还没有发育成熟，任何增加用眼负担的行为和不良刺激都会影响视力发育。手机、平板电脑等电子产品因此被称为孩子视力的头号杀手。

孩子迷恋电子产品，受伤害的不仅是视力。长时间坐着不活动，不注

意坐姿且保持低头姿势，极易对骨骼和肌肉造成不良影响。过早地专注于电子产品，创造力、想象力和注意力也很难得到锻炼。

在科技迅猛发展的时代，不让孩子接触电子产品似乎做不到。对此，家长应该冷静思考，摆正心态，帮助孩子摆脱对电子产品的依赖。

第一，净化家庭环境。孩子可以适当接触电子产品，但一定要控制接触时间，每天接触时间不要超过30分钟。家长要尽量减少家里的电子产品数量，或隐藏起来，比如下班手机关机或处于静音状态、不当着孩子的面使用电子产品等，给孩子营造一个相对健康的生活环境。

第二，擦亮眼睛，拒绝忽悠。在科技迅猛发展的大潮流中，家长必须不断提升认知水平，增强辨别能力。绚烂多彩的电子产品或许标志着时

代的进步，但对孩子未必适合。家长要擦亮眼睛，不可盲目从众。

第三，重视陪伴，不拿电子产品当“电子保姆”。孩子之所以迷恋电子产品，有一个重要原因是家长陪伴孩子的时间太少。家长应该重视陪伴，多抽时间陪孩子聊天、运动，想方设法提高陪伴质量。

第四，带孩子亲近大自然。如果孩子已经对电子产品产生了依赖心理，最好的矫正方法就是带孩子亲近大自然，给孩子真实而良性的感观刺激。在大自然中，孩子不仅能开阔视野、增强生理适应能力，还能开发并锻炼认知能力、艺术欣赏能力、感悟能力、语言表达能力和人际交往能力。

带孩子参加体育运动也是亲近大自然的方式之一，这样做，不仅能造就强壮的体魄，还能从小养成健康的生活方式，使孩子终身受益。

| 指点迷津 |

多子女家庭，不宜强调『大让小』

□ 高一帆

房女士有两个儿子，大儿子阿鲲今年5岁，小儿子阿鹏今年3岁。兄弟俩几乎每天都要因争夺东西而大打出手，玩具、绘本、零食，甚至吃饭时更靠近妈妈的座位，只要不是两个一模一样的东西或同等的权利，兄弟俩都要纠缠一番。

“阿鲲是哥哥，应该有兄长的样子，大让小是中国家庭的基本规则，但他太让我失望了。”前来咨询时，房女士一脸无奈。

“分享的真正意义在于通过心甘情愿地共享东西，激发孩子的愉悦心情，拉近孩子间的距离，建立起温暖的关系。”我告诉房女士，“所谓大让小，表面看是培养哥哥的责任感，而弟弟是弱者，理所应当享受更多的爱，但实质上是损害哥哥的利益、溺爱弟弟，是双输的规则，万万要不得。事实上，由于力量对比悬殊，哥哥大多会主动让着弟弟，如果家长过于强调大让小，反倒会激起哥哥的对抗情绪，同时让弟弟有恃无恐，原本合理的大让小规则就变味了。”

“家有两个熊孩子，我实在招架不住。”房女士抱怨，“请您教教我，如何培养他们的分享意识？”

我建议她，培养孩子的分享意识，可以从以下几个方面入手：

1. 发挥榜样的示范作用。家长要努力构建亲密的夫妻关系和亲子关系，营造良好的家庭氛围，给予孩子安全感和归属感，这样孩子才会向兄弟姐妹释放爱、表达爱。

2. 引导孩子在思考中共情。兄弟姐妹间玩耍时，家长应该将主动权交给孩子，让他们学会站在他人的角度理解他人的情绪和感受，在此基础上再讲解具体的分享方法和分享规则。

3. 教会孩子认识东西的所有权。兄弟姐妹间的冲突大多牵涉东西的所有权，家长应教会孩子正确认识这个问题，同时还能保护孩子的物权意识，有利于其分享意识的发展。

4. 建立分享原则。孩子之所以不愿意分享，可能是担心分享后的东西不再属于自己。因此，家长要帮助孩子建立起分享原则，让孩子明确哪些东西可以分享、哪些东西不能分享。

5. 用鼓励、表扬等方式强化孩子的分享行为。家长发现孩子有分享行为，要及时用鼓励、表扬等方式强化孩子的这种行为，使孩子将分享行为内化为习惯。

家长还可以引导孩子对兄弟姐妹的分享表达感谢。这样做可以让孩子明白，分享是一件令人感动的事情，从而进一步强化孩子的分享行为。