

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子

“双减”政策和《中华人民共和国家庭教育促进法》(以下简称《家庭教育促进法》)相续而来，家庭教育的“依法育儿”时代开启；教育，不唯培训与补习，也不只着眼于分数和考试，而变得更为多元、宽广。在这样更为自由、更为宽松、更为丰富的教育背景下，和我们家长最息息相关的家庭教育到底是更难了还是容易了？在养育孩子这件事上，我们如何站得更高，看得更远，想得更深，着眼于孩子的终身发展？对孩子来说，什么才是真正重要的，什么才是真正需要我们着力培养的？这些，都需要我们在新的家庭教育时代，展开新的思考——



爱，是一场自我教育

1月1日，我国施行《家庭教育促进法》，结合刚刚实行的“双减”政策，在“家事”升格背后，体现了国家对社会最小单位——家庭，在教育中的重要角色和担当的关注。《家庭教育促进法》的颁布适逢其时，其中不少亮点可缓解“双减”政策实施后家长们的焦虑，也为茫然不知所措的家长提供了教育转型期的指引。

家长对孩子的教育问题向来十分关注，也形成了一些达成共识的教育观念。以往的家庭教育是“家事”，在《论语》《三字经》《孟子》《增广贤文》等国学经典中，有许多为我们熟知的金句。

比如，“苟不教，性乃迁；教之道，贵以专”是强调教育孩子的重要性和持久性；“香九龄，能温席”教育孩子懂得孝敬父母和感恩；“见贤思齐，见不贤而内自省也”教育孩子以他人作为镜子，正衣冠知对错……这些教诲的使用场景和发生场景多以家庭为中心，孩子是家庭教育中接受教育需要管教的对象。儒家文化中关于育人树人里“修齐治平”的理想，优良文化和家风的传承，都散落于这些经典中。

在这些关于家庭教育经典的劝勉和规训中，藏着中国文化的价值观和思维方式，深刻地影响着每一代中国人。体现古代圣贤推己及人、由内而外修养形成君子之风、君子之礼的理想，成为了中国人育人的重要依据和参照。这里面含着对华夏子孙品质、行为、气质的具体要求，在各种合乎礼仪的言行中，修养品格、砥砺精神、克己自持，但是较少涉及家长自我教育的内容。

因此，在我看来，刚刚颁布的《家庭教育促进法》与国学经典中的育儿话语一起，可以形成一种家庭教育、亲子教育的互补，形成家庭成员全员教育的合力，也为推动家庭教育健康发展提供依据和方向。

这样一来，家庭教育由“家事”变为“国事”，由一种柔性的约定俗成，或迫于环境压力的“跟风带娃”，变成了刚性的有法可依的“依法带娃”。

比如，《家庭教育促进法》第十六条“未成年人的父母或者其他监护人应当针对不同年龄段未成年人的身心发展特点，以下列内容为指引，开展家庭教育”中就明确提出六点内容作为方向，意在指出“双减”政策落地后，有大量时间与与孩子相处的家长在进行家庭教育时，应该从哪些方面着力。

我简单理解就是家长应教育孩子如何爱国、爱自己、爱他人。这六点内容字数不多，但家长如何将这内容技巧性地融入不同教育场景中让孩子接受，并内化为他生命成长中的指引，成为他立足社会时的核心竞争力，确实需要我们去学习和反思。

从宏观角度看，国家在现代化的过程中，必然是发展和困难并存。发展阶段不同，家庭教育的理念和使命自然不同，《家庭教育促进法》强调国家、社会、学校、家庭“协同育娃”的理念，为新时代背景下培养建设社会主义接班人保驾护航。

从微观的角度讲，让我们重温苏联教育家苏霍姆林斯基说过的一句话：每个教育的瞬间，看到孩子就是看到自己，教育孩子就是在教育自己。原来，我们在教育孩子的过程中去完善自身的品格，不正印了那句：爱，是一场自我教育。

家长们，教育孩子先从教育自己开始吧！



本版图片均为资料图片

父亲回归家庭教育有法可依

四川省社会科学院青少年发展研究中心特约研究员 李卫国

我在做家庭教育的分享时，常常有妈妈问我：“李老师，孩子调皮管不了，爸爸忙于工作没时间管孩子，我说的话孩子又不听，你说怎么办啊？”

父亲在家庭教育中的缺失已是当下普遍现象，而这样的家庭往往是：孩子特别调皮、心理叛逆，行为失控；妈妈既要工作，又要承担教育孩子的重任，身心俱疲，自然对丈夫产生诸多不满，常常处在抱怨和情绪失控中；而丈夫多半是忙于工作或以此为借口，消失在家庭教育中，只有当孩子行为失控时才突然跳出来，显示父亲威严，紧急制止，难免简单粗暴。结果是孩子遭殃，亲子关系受挫，相互疏远；妻子抱怨管还不如不管，丈夫委屈，“我不管说我没责任感，我管又说我这不对那不行”，夫妻感情跟着受影响。自此，丈夫能躲就躲，全面放手，跑得远远的。

每每听到这样的情况，我总是感到惋惜，惋惜父亲们看不到自己在家庭教育中的价值，在孩子成长过程中的重要职责和作用，而这一切都是有时效性的，一旦错过很难弥补；我也会感到难过，难过在家庭教育中，因父亲的缺位让孩子们感到被抛弃、被忽视，认为自己不够

好，认为自己是负担，是累赘，是父母争吵、抱怨、家庭不和的根源。

可喜的是，这样的情况将会得到好转，因为我们将迎来关于家庭教育的第一部法律——《家庭教育促进法》。

法律中明确规定了，父亲参与到家庭教育中成为法定义务，更是明确了家庭教育的要求和内容，贴心地给出了九个方面的具体方法。

所以，妈妈们再也不用发愁了，爸爸们要是不参与，请拿起法律的武器——爸爸必须参与；如果他们不知道教什么，请让他们学习法律条文第十六条——身体上、心理上、品格上、习惯上都有指导；如果他们不知道怎么教，请让他们学习法律条文第十七条——亲自养育，加强亲子陪伴；共同参与，发挥父母双方的作用；相机而教，寓教于日常生活之中；潜移默化，言传与身教相结合；严慈相济，关心爱护与严格要求并重；尊重差异，根据年龄和个性特点进行科学引导；平等交流，予以尊重、理解和鼓励；相互促进，父母与子女共同成长……如果觉得这还不够，放心，政府、学校、社区、家长学校等多个相关部门都会提供相关帮助、指导和支持，有如此强大的后援团，绝对是信心满满！

作为三个孩子的父亲，通过我这十几年陪伴孩子的践行，我深深地知道父亲在孩子生命中的分量，更明白父亲的职责在孩子情感、性格、心理、情绪和能力培养各方面都有不可替代的重要作用，我也在陪伴孩子的过程中收获了很多快乐和自我的成长。

孩子不是我们的负担，他们是上天给我们的礼物。这也是个奇妙的礼物，上天没有给我们礼物的所有权，只给了我们管理权，上天给我们这个管理权不是要无端地增加我们人生的负担，而是让我们的人生在这个过程中变得更加圆满，让我们获得人生的第二次成长，让我们明白爱的价值，明白什么是幸福，明白生命的意义。而《家庭教育促进法》是为这份管理权指明了方向，告诉我们如何帮助孩子健康成长，这部法律对你我的家庭都将产生深远的影响。

父爱是孩子勇气的源泉，让他们敢于面对人生的挑战，从容走好人生之路，愿《家庭教育促进法》的出台，能让越来越多的爸爸们回归家庭教育，回归父亲职责，愿天下所有的父亲都能成为他们孩子眼中的大英雄！

为孩子营造和谐的家庭氛围

电子科大附中·华西中学初一家长 周琪

作为一名初一学生的家长，我在家长的路上已经走了12年，但仿佛“家长”这个职业与担任的时长没有必然联系，我仍然觉得自己很难轻松驾驭，相信不少家长和我一样，在家庭教育这条路上一直不断探索，自我学习。

都说父母是最应当持证上岗的职业，那么谁来教我们走向“合格”？2021年10月，《家庭教育促进法》公布，该法明确了监护人在家庭教育中的职责，未成年人的父母或者其他监护人负责实施家庭教育，同时国家和社会为家庭教育提供指导、支持和服务。

其中，我个人很关注《家庭教育促进法》第二章“家庭责任”中的第十五条：未成年人的父母或其他监护人及其他家庭成员应当共同构建文明、和睦的家庭关系，为未成年人健康成长营造良好的家庭环境。

心理学家李玫瑾教授曾说：“毁掉一个孩子很简单，不用游戏和贪玩，只要父母常年吼骂他。”没有完美的孩子，我们也不是完美的父母，

陪伴孩子成长的过程，也是不断接受孩子不仅不完美，甚至非常普通的过程，而在这个过程中，我们都有控制不好自己情绪的时候，讲一个我女儿的故事吧。

都说“不谈作业母慈子孝，一谈作业鸡飞狗跳”。那天，因为她的学习态度，我对她发火了，甚至说了狠话。好在，我不认为给自己的孩子道歉是一件丢脸的事情，所以我冷静下来时，我跟她道歉，说：“对不起，妈妈今天对你发火了，妈妈还经常跟你说，发脾气是本能，控制脾气才是本事，妈妈今天没本事，对你说了狠话，对不起！”我女儿当时很认真地对我说了一句话，一句瞬间让我破防的话，她说：“妈妈，可是你想想，我从来没有对您说过一句狠话！”那一刻，哪里还有什么妈妈和孩子，她就是我的老师，那是我听过最有哲理的一句话。

家长也有情绪失控的时候，但是带着情绪去教育，都是失败的教育。如果我们没能忍住真的对孩子吼叫了，这个时候就要放下家长的

姿态，道歉不是一件丢脸的事，而是弥补亲子裂痕最强力的黏合剂。没有谁生来就会当好父母，教育孩子时总会遇到各式各样的问题，但我们要牢记：父母是孩子最亲密的朋友，本该与孩子的心理距离最近。

我一直觉得，诸如“情感、态度、价值观”这类东西，是不能够“教”的，只能感染。如果你爱读书，你的孩子会有大的几率爱上阅读；如果你乐观，你的孩子就善于在生活中发现美好；如果你坚强，你的孩子才更容易独立；如果你温和，你的孩子才能学会如何去爱别人。

这个社会，加诸在教师身上的东西太多，而对“父母”这一角色却少了苛求，忽略了“家庭教育”至关重要的作用。一个内心不温和不丰富的家长，一定培养不出五彩内心的孩子。所以，作为父母，我们一定要铆足劲儿变好，最好变成我们想让孩子成为的那个样子，因为，和谐的家庭氛围，才是孩子最好的成长环境。

家长说

父母是世界上最了解孩子的人，比起老师，父母最清楚孩子的性格特点，在因材施教这一点上，父母可以做到最好。孩子不一定能碰到伯乐一般的老师，但父母永远可以是他的伯乐。

《家庭教育促进法》的出台，能够让父母回归教育本位，让家长自觉承担起教育重担，而非只依赖学校。在真实地参与孩子的成长后，或许就有更多家长发现，孩子可以走的路有很多。在我个人看来，孩子健康、快乐就已经足够了，因此，他今后想怎样生活、做什么工作，我都支持。如果我的孩子不是“读书的料”，那么他去当一位木匠、一位厨师，我觉得没问题，都很好。

——广元市剑阁县新晋妈妈 陈殊宇

《家庭教育促进法》对家庭、学校、社会在孩子教育上应该怎么做，做了一些要求，相当于给了家庭教育立了一个框架。这个框架规范了我们在实施家庭教育时需要做什么和不能做什么，对于本身重视家庭教育的家长来说，它可以指导家长更好地实施家庭教育；而如果是一些本身对家庭教育不重视，或者教育方法欠妥当的家长，也可以起到一个纠正的作用。

通过立法，可以引起社会大众对家庭教育的关心和重视，现在社会仍然有部分人对家庭教育缺乏正确认识，认为孩子学校教育就可以了，殊不知，从孩子出生教育就已经开始了，良好的家庭教育对孩子的成长至关重要。作为家长，我也希望媒体可以多多宣传，相关学校、政府机关也可以组织讲座，开展全方位的宣传指导。

——电子科技大学附属实验小学五(4)班 张译文妈妈

我认为国家出台《家庭教育促进法》是“双减”政策的必要辅助，以法律的形式促进了家庭教育。但是，法律起到的毕竟还是“兜底”的作用，具体怎么教育孩子，还是看家长个人。重视家庭教育的，就算没有法律都会去关注孩子的成长；意识薄弱的，可能还要看后续怎样落地。

总的来说，我觉得《家庭教育促进法》是有很大的积极作用的，毕竟我们也是第一次当父母，都是要“边当边学”的。有些问题不知道如何处理，有国家指导，至少有个参照，不会很茫然。

——成都市第十九幼儿园大一班 董濯耀妈妈

《家庭教育促进法》的出台，体现了国家对家庭教育的重视，明确了家庭、国家和社会在促进家庭教育方面的角色。在国家“双减”政策的背景下，作为家长，我对该法律的第二十二条涉及学习负担的内容最为关切，期盼各地方政府及相关机构加快推进家庭教育研究，服务人员队伍建设和培训等相关工作，加快制定“后双减时代”的配套考试制度、评价体系、用人制度等，消除家长们的焦虑心情，以满足家长依法带娃，科学带娃的需要。

——成都市菁蓉小学三(3)班 周子又爸爸

少年儿童的健康成长，关乎家庭的幸福，国家的未来，民族的希望。政府痛下决心，出台“双减”政策并贯彻落实，这次又进行家庭教育立法，为的就是让教育回归理性发展通道，促进少年儿童健康成长。

《家庭教育促进法》的出台非常适应我们国家现阶段的国情，作为家长，我们要学习正确教育孩子的方法，不要固执己见，要站在孩子的角度理解孩子、教育孩子。

——成都天府新区第六小学三(1)班 彭嘉行妈妈

国家出台《家庭教育促进法》，我觉得非常好，非常有必要。父母是孩子的启蒙老师，孩子的成长与家庭教育息息相关。每个孩子的成长、成才，都需要家校社共同完成，教育永远不仅仅是学校的事情。为《家庭教育促进法》的出台振臂欢呼！

——成都市七中育才学校(汇源校区)八(8)班 刘子墨妈妈

(记者 梁童童 采访整理)