



家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子

诗人北岛曾说过，父亲是一本书，没有华丽的词句，却有道不尽的真实。一个肩膀、一个背影，父亲带给我们的安全感，不可替代。他总能在最需要的时候出现，为我们遮风挡雨。

又是一年父亲节。每到这个时候，我们总会思考，父亲到底应该给予孩子什么？父爱在孩子的成长过程中是如何发生影响、起到作用的？什么样的父教让孩子一生受用？

爱与陪伴 父亲给孩子最珍贵的财富

■ 王莉

当下，父亲缺席，父爱缺位，父教缺失的情况依然常见。不少父亲的育儿观念似乎还十分陈旧，觉得自己只要赚钱就好，养孩子，那是妈妈的事。还有一些年轻的父亲，自己当爸爸了却还很依赖父母，把孩子扔给老人带。每年暑假，我会去乡村推广家庭教育和亲子阅读，但是来听讲座的人里90%都是女性，寥寥可数的男性听众里，爸爸也并不多，有些是爷爷、姥爷、叔叔甚至邻居。

一些父亲成了“影子父亲”，长年不在孩子身边，或者在孩子身边也不用心陪伴孩子。父亲教育孩子的重要性被低估，父爱对孩子的深刻影响也被忽略。

因此，我们需要唤醒父亲们对父爱、父教的重视。父亲缺席，孩子可能问题百出。我接触到的家庭教育咨询案例中，很多亲子矛盾、青少年问题就是源于父亲的缺席、父教的缺失。初中生小勇(化名)的父亲在孩子刚出生时就去了外地工作，和孩子相处的时间少之又少，即使偶尔回家，也极少拿出专门的时间陪伴孩子。等到小勇进入青春期，出现各种问题，父亲每次回家又对小勇粗暴打骂，导致孩子与自己的感情更加疏远，甚至反目成仇。独自一人带孩子的小勇母亲难以架架，和孩子的矛盾也是与日俱增。在这样的家庭里最容易发生孩子叛逆、辍学、离家出走的情况。

积极参与育儿，父教不可或缺

在孩子的成长过程中，父亲与母亲各担其责，父教有其独特作用，与母教形成有益互补。父教是孩子的力量源泉。男孩从父亲身上学习如何成为一个男子汉，父亲给男孩自信、力量和榜样；女孩从父亲身上学习如何与异性相处，父亲给女孩自尊、温暖和安全感。如果在儿童早期，父亲长期缺席，将对孩子的成长造成无可挽回的负面影响。缺少父爱的男孩容易向两个极端发展，要么缺少阳刚之气；要么攻击性强，不能与人和谐相处，因为男孩没有从父亲身上习得如何成为一个宽容、阳光、有自制力的男人；缺少父爱的女孩也容易向两个极端发展，要么极度自卑，和异性有交往障碍；要么缺乏自爱，容易早恋，因为女孩没有从父亲身上习得如何与异性得体相处。

父亲积极参与育儿，对母亲的情绪稳定也能起到重要作用。在孩子长大成人的十多年里，父母要承担太多的责任，付出太多的心血，每天要面对各种各样的育儿事务。如果这些事务长期由母亲一人承担，不仅对孩子的成长不利，也容易让母亲身心疲惫，导致家庭关系失去平衡，爆发家庭矛盾。因此，父母双方一定要责任共担，在合理分工的基础上合作，才能让孩子健康地成长。

学会与时俱进，陪孩子面对成长的烦恼

当父亲意识到亲自参与育儿的重要性并采取行动，接下来就要面对第二个问题：面对孩子的日新月异的成长，面对时不时出现的成长的烦恼，父亲如何见招拆招，及时为孩子排忧解难、指点迷津？这就需要父亲与时俱进，做学习型家长。这个与时俱进的“时”，一方面指时代特色，育儿要紧跟时代步伐；另一方面又指孩子的成长阶段，孩子在不同的年龄段会遇到学业、交友等方面的不同问题，父母要有学习的意识和习惯，用科学的方法正确应对。

做家庭教育研究与咨询工作多年，我发现很多家长来倾诉孩子的问题时，恰恰是“孩子没问题，家长有问题”。而家长有问题的原因，又很大一部分来自于家长的“无知”：不了解这个年

龄段的孩子特点，不理解孩子在这个时候为什么会有这样的情绪和行为。儿童成长是分阶段循序渐进的，每个阶段都有不同的需求和特点，所以，我常给家长们推荐《你的N岁孩子》系列书籍。这套书的作者持续20年对数以千计的男孩和女孩进行了观察与研究，探讨不同时期儿童行为(动作、语言、社会行为和情绪发展等方面)的发展特点及规律，详细解释了各年龄段孩子的成长规律、行为特征和心理需求，让家长有章可循。

当你了解了孩子的成长规律，你就会知道，原来孩子在每个年龄段都有自己的秘密，原来今年的孩子和去年的孩子已经有那么大的不同。

所以，请父亲们先了解你家的N岁孩子，对照书本看看里

面的每一条是不是与自家孩子出现惊人的吻合。我特别有体会的是我家两个孩子虽然性格迥异，但是在同样的年龄段时出现了“惊人的巧合”。人类行为的发展是有规律可循的，我们必须尊重客观规律，在家庭教育中顺势而为。

建议父亲们再好好读一读蒙台梭利，读一读奥地利精神病学家阿尔弗雷德·阿德勒的《儿童教育心理学》，读一读由三位科学家母亲结合亲身育儿经验和科学研究成果写成的《孩子的世界：从婴儿期到青春期》等书。这些书都曾指导我对孩子按年龄段做研究并及时提供适当的陪伴和教育。常常捧起书本学习，结合孩子的特点来分析问题，能更好地陪孩子面对成长的烦恼。

投入时间与爱，给孩子高质量的陪伴

担起育儿责任、学习育儿方法之后，父亲还要投入时间与爱，做孩子成长路上的良师益友。

父亲节到来之际，我又想起了我和父亲相处的点点滴滴。今年已是父亲离开我的第22个年头，但有些东西并不会因为年深日久而斑驳、淡漠，反而历久弥新、刻骨铭心，那就是父爱、父教，它从未离开，从未淡薄。我常常想，之所以在父亲去世后这漫长的时间里，我对父亲的一切还念念不忘，不仅仅因为他是我的父亲，更因为他是一位深度陪伴过我，给过我真挚深沉的爱，对家庭、对孩子高度负责的好父亲。

儿时的一个个夜晚，母亲忙家务，父亲在工作之余坚持每天给我读书。读《伊索寓言》《山海经》等，我的文学启蒙和对书籍的热爱就是在父亲给我读书的一个个夜晚里开启的；母亲出差的日子里，父亲一下班就系上围裙给我和姐姐们做饭；姐姐们去学校上晚自习的一个个晚上，父亲在书桌旁看书，陪我写作业；周末，母亲在家搞卫生，父亲提着竹

篮子带我去买菜，买完菜必定记得买五分钱一个的灯盏糕给我吃，那是我一个星期里最开心的时刻，牵着父亲的手，我们俩一路有说有笑。儿时的我是浸润在父母的爱里长大的，父亲把工作之外的全部时间投入到家庭里，投入到对我们的爱与陪伴里。这一点让我无比自豪：我的父亲很爱我，舍得花时间陪伴我，陪我时他很开心，他也很享受那属于我们两人的快乐时光。

我的父亲并非完美，他也有着这样那样的不足，但他热爱我们的家，对家庭高度负责，对孩子尽心尽力，他投入地享受着陪伴孩子们长大的过程。仅此一点，我可以自豪地说：“我的父亲是个好父亲！”是的，孩子对父亲的要求其实并不高，父亲也不必想着非要家财万贯、声名显赫。很多时候，一点点用心的陪伴，一点一滴的父爱，足够了。父亲给予我们的陪伴与爱是我们最珍贵的财富，给了我们最牢靠的安全感和温暖，这让我们一生受用！

父亲们，请多和孩子一起做他喜欢的事情吧。孩子喜欢玩

乐高，你就静下心来陪他搭乐高，虽然周末一上午就搭了一个消防车，但看到孩子眉开眼笑，你会感觉很欣慰；孩子想读那本以前你为他读过的书，你觉得重复没意思，但当你陪孩子再读一遍时，看到孩子眸子亮了，你会感到很开心；孩子喜欢打篮球，好久不运动的你只好陪着打，在陪伴孩子的过程中你也找回了年轻时的自己……孩子的生命就这样在与你的精神交流中，在你无条件地接纳、关爱中，被认同、被珍视、被呵护了。父子、父女之间的亲密关系就这样在点点滴滴的陪伴中建立起来，渐入佳境。

父亲的陪伴是有力量的，只要你愿意放下手机，愿意蹲下身子，愿意凝视孩子清澈的眸子，愿意倾听孩子稚气的童言，愿意给孩子多一点耐心与欣赏，愿意为了孩子投入时间与爱，那么，陪伴不仅滋养了孩子，也滋养了我们的生命。今天，我们如何做父亲？不需要什么高深理念，也不需要豪言壮语，只需要抛弃陈旧观念，勇担父教责任，持续学习知识，真诚陪伴孩子，你就是一位有担当的好父亲。

别让父爱缺位

■ 记者周睿

母爱如水，父爱如山。相对于母亲的温柔，父亲的爱多了几分静默和深沉。随着时代的进步，人们越来越重视父亲对孩子成长的重要性。如何让父爱不缺位？在父亲节即将到来之际，成都市第六幼儿园百仁园园长朱陈丹老师分享了她的观点。

父亲陪伴下成长的孩子更具逻辑性和动手能力

父亲的陪伴对孩子成长的重要性不可替代，但现实中，父亲的缺位却是一种普遍现象。曾有一位妈妈跟朱陈丹吐槽，孩子都是她一个人在带，爸爸几乎很少在家。好不容易爸爸有时间陪孩子了，结果只是在一旁玩手机，孩子还是自己玩自己的。为此，她和孩子爸爸经常吵架。她认为，孩子4岁多了，依然非常缺乏安全感都是爸爸的原因。

其实，这个案例映射出了当下的一种普遍现象——家庭教育中父亲的缺位。母亲对父亲期望越高，失望越大。而父亲对育儿有着自己的理解和主意，当妻子不停地唠叨或指点时，他们可能会不耐烦，导致夫妻间的争吵，而孩子在这种争吵的环境下会不知所措，迷失方向。

哈佛大学的一项研究发现，家庭教育对孩子最大的影响是社会关系的发展，主要体验在亲密性和独立性上。在培养孩子亲密性方面，母亲具有天然的优势，但在培养孩子独立性方面，父亲更具有优势。朱陈丹说，父亲能教会孩子自信、勇敢以及如何竞争，父亲的陪伴更能强化孩子对性别的认同。男孩如果缺乏父亲的陪伴，可能会影响他们男性特质的形成，对母亲产生过度依赖；而对女孩而言，父亲是她们接触到的第一个异性，影响着她们的择偶观和婚恋观。

“在父亲陪伴下成长的孩子更具逻辑性和动手能力。”朱陈丹说。比如，在一个游戏中，母亲或许会因为孩子哭鼻子而故意输掉比赛或者破坏游戏规则，但父亲却常常是说不二一的，这样更能培养孩子的规则意识和逻辑意识。相比于母亲的感性，父亲更理性、更公正。同时，大多数父亲的动手能力胜于母亲，这种能力会潜移默化地影响孩子。

家庭教育的最佳状态是父母协同育儿

一项对3万余个美国家庭的调查发现，孩子在情绪、行为和学业方面的表现很大程度上都与父母的幸福感和教养有关，因此，父母关系以及父母创造融洽家庭氛围的能力才是对孩子最大的影响力。

建立良好家庭氛围是做好家庭教育的前提，而补充父亲缺位的短板是其中的关键。朱陈丹介绍了三个小妙招。

母亲助力，让父亲角色缺位不缺失。父母对待彼此的方式，会影响孩子今后的社交以及家庭经营的方式。有一位妈妈在孩子的生日会上播放了一段孩子成长的影片，整个影片没有爸爸的身影，当大家都在感叹爸爸的缺位时，这位妈妈的发言语惊四座，大意是在孩子成长过程中，前台亮相最多的是妈妈，爸爸永远是那个扛着镜头、准备道具的人。她希望孩子记住这个为家庭默默付出的人。这位妈妈的发言在孩子心中树立了好爸爸的形象，也通过赞美表达了自己对爸爸的爱，教会了孩子爱的能力。家庭教育中，父母要相互适应、相互支持，为对方提供安全和依赖。父母关系亲密稳定，才能让家庭和谐，孩子健康成长。

父亲高效陪伴，填补时间空白。现在很多家庭出现这样的场景：爸爸陪孩子的时候，妈妈担心爸爸不会带孩子，会在一旁嘱咐再嘱咐。这样的情况只会让爸爸更不愿意带孩子。有一个全职妈妈，将全部精力放在孩子身上，因为不放心，所以从没让爸爸单独带过孩子。一次因为有不得不亲自去处理的事情，让爸爸单独带了孩子一天，回家时却发现孩子和爸爸玩得很开心。所以，妈妈也要相信爸爸带孩子的潜能，及时退位，让爸爸的教育价值发挥作用。爸爸在家时，可以多陪孩子玩一些球类、跑步运动，或者智力游戏、竞赛等，把缺失的时间从质量上补回来。

父母良好沟通，营造坚定而温和的家庭氛围。生活中不可避免会有矛盾和分歧，良好的合作不等于不能争吵，父母要学会怎样使争吵更具有建设性。建设性的争吵意味着就事论事，表达情感，说事实、讲感受，尽量少挑剔、少指责，不要把问题留到下次更大的爆发。父母必须学会友好沟通，比如，通过家庭会议来表达观点，实施民主管理；客观公正地抒发情感而不进行人身攻击；不在孩子面前激烈争吵。父母营造良好沟通的家庭氛围，孩子也能从中学会乐观、互动和欣赏。