

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子



孩子们期望的父母画像是什么样？孩子们最不喜欢的父母行为又是什么？什么样的亲子相处模式可以给孩子更多的支持和力量？

去年底，在亚洲教育论坛家庭教育分论坛圆桌论坛环节，成都市树德实验中学（西区）初一学生林森臻作为唯一的学生代表和各位教育大咖们一起，自信、大方地分享了自己对家庭教育的看法，也为我们描述了孩子心中所期望的父母画像——懂我，懂我的需要，相信我的选择，和我共情，帮我想办法。近日，本报记者采访了这位温暖的家庭，感受了这个家庭里“信任”的力量。

## 林森臻：信任是父母给我最好的礼物

■ 本报记者 张玥（图片由受访者提供）

### 信任，从平视孩子开始

曾有一本家庭教育杂志从孩子那儿收集了父母的“十宗罪”：拿我和别的孩子比较；啰嗦、唠叨；随意侵犯隐私；忽视我的需求；父母吵架或者是冷暴力……在这十种行为里面，林森臻和自己的小伙伴们最不喜欢的是父母的啰嗦和唠叨。“我们是完全可以自觉去做好很多事情的，但家长非要反复把这些事情说一遍、说两遍，这会造成我们的反感。”林森臻说，家长啰嗦和唠叨的根源是亲子之间缺乏沟通和交流，家长对孩子不信任。

而信任孩子，是林森臻的妈妈何萍在家庭教育中特别重视的一环。何萍认为，信任孩子的第一步，是做到平视孩子，把孩子看作一个具有独立人格的个体，而不是家长高高在上地指点孩子。

在林森臻的家庭，有一个颇有仪式感的活动——家庭圆桌会议。何萍说，每当家里遇到需要讨论的事情时，就会举行一场“圆桌会议”，成员不光有大人，还有刚刚上初中的森臻。每个与会成员都可以自由发表自己的意见，也都有表决权。

“举行会议的目的是为了让孩子深度参与家庭决策的过程，培养她独立思考的能力。”何萍说。那么，森臻的“表决”是否同大人一样有分量？何萍讲述了家中由森臻“做主”的一件大事。

有一次，父母同森臻商量，他们决定把姥姥的旧房子卖掉，让姥姥搬到离他们更近的新房子里去。平日里大大咧咧的森臻一反常态地投出了“反对票”。原来，森臻是由姥姥带大的，姥姥的旧房子是她长大的地方，那座旧房子于她而言充满了成长的回忆。全家在反复讨论后，最终决定留着这处旧宅，也留住森臻的童年回忆。

但平视不是听之任之，想要让孩子在成长过程中既有主见，值得信任，又不至于过度任性，这就需要家长在教育的启蒙阶段为孩子树立规则意识。

在林森臻上小学一到三年级时，何萍着重培养了她的规则意识。这一阶段，森臻每天的学习和生活都会由父母为她制定一个任务表，几点写作业、几点娱乐、娱乐可以有哪些形式……这些都需要在大致确定的时间段进行。何萍工作再忙，也会抽出时间陪孩子共同把每天的计划完成。“那段时间，我的工作正处在上升期，为了不影响工作，又能参与到孩子规则意识的养成中，我常常在下班回家辅导完她的功课后再去单位加班。”何萍说。

规矩的养成并非仅仅停留在学习层面和上学期间，在寒暑假里，森臻的学习任务相对轻松的时候，她的日程表中就会增添一些去博物馆、科技馆之类的内容。“要为孩子安排一些他们喜欢的、有益的娱乐活动，这样他们才能感知到父母对自己的关怀是全方位的，而不是只在意学习成绩。”何萍说。

### 用沟通搭起信任桥梁

“信任”的种子种下了，怎样才能让“信任”的树苗茁壮成长？林森臻和妈妈共同的答案是“沟通”。

小学一到三年级，森臻的日程安排是由父母协助她制订的，这段时间内，她一直乖巧地按照去。平日里大大咧咧的森臻一反常态地投出了“反对票”。原来，森臻是由姥姥带大的，姥姥的旧房子是她长大的地方，那座旧房子于她而言充满了成长的回忆。全家在反复讨论后，最终决定留着这处旧宅，也留住森臻的童年回忆。

今年儿子上三年级了，列计划也不用父母帮忙了，他的计划表上，早已把每周的休息日都排满了。

今年春季开学时，这位宝妈都会让儿子列一个新学期的家庭计划，这个计划与学习无关，只和放学后的业余活动有关，所有丰富生活的吃喝玩乐，只要是有意义的，父母都会满足他，费用则从儿子的压岁钱里支出。

今年儿子上三年级了，列计划也不用父母帮忙了，他的计划表上，早已把每周的休息日都排满了。

今年儿子上三年级了，列计划也不用父母帮忙了，他的计划表上，早已把每周的休息日都排满了。

成，是时候多听听孩子的意见，了解她想要什么，而不是为她做好安排了。“我们从来不会要求她去参加某种兴趣班，学习什么技能，而是看她喜欢什么，再让她去参加自己喜欢的活动。”何萍介绍，森臻热爱运动，而她和孩子爸爸则对运动兴趣平平，但这并不影响他们支持孩子去做自己想做的事。在征得父母同意后，森臻常常去参加各种体育锻炼，在校运动会上，她参加的三个项目都取得了理想的名次。

后来，森臻还向父母提出了想要学习长笛的请求。何萍和丈夫非常支持她的选择，但也提醒她：“自己选择的兴趣爱好要好好坚持，不要浅尝辄止。”

和孩子有效的沟通不仅要停留在“有事说事”的层面，还应该在日常多听听孩子的声音，了解孩子和孩子所在年龄段的动态。

平日里，何萍和森臻既是母女，更是一对无话不谈的“好姐妹”。有一次，森臻主动询问妈妈，“有男生追求我，还给我写纸条该怎么办？”

何萍并未将女儿的“感情生活”视为洪水猛兽，而是进一步和女儿交流：“那你喜欢他吗？如果你不想接受他的好意，你要礼貌地告诉他，不要伤害他的自尊心，也不能肆意接受别人的好意或馈赠。”在何萍眼里，青春期的悸动是人之常情，作为母亲，引导孩子正确认识和处理好青春期的悸动是关键。

正是因为何萍和女儿“知无不言”地有效沟通，当别的孩子还要藏着掖着自己“初恋的那件小事”时，森臻却可以大声地说：“我妈都知道，她还给我支招呢。”

### “信任和尊重给予我力量”

“在我家，父母把选择的权利

交给我，给了我信任的力量。”林森臻说。

在亚洲教育论坛家庭教育分论坛上，当被问到，“假如你觉得明天的课太烦了，不想去上学，爸爸妈妈一般会有什么反应？”时，林森臻回答：“我的爸爸妈妈很信任我，如果我不想去上学，他们会先安慰我，然后跟我沟通，了解事情的原委，再给予我解决这个问题的方案。这在我看来是比较舒服的一个相处模式，我会觉得这个家庭是值得依靠的。”

信任的力量即是如此，润物细无声。孩子在充满信任和尊重的环境下，能更好地成长为具有自信心和自驱力的人。

何萍说，女儿在论坛上铿锵有力而富有逻辑的回答和表现，让她眼前一亮。“面对这么多人公开发言，换作是我，也会非常害羞和紧张，但女儿却能落落大方地发表自己的看法，让我刮目相看。”

当时，森臻在得知自己要到台分享发言时，丝毫没有面露难色，何萍问她：“你会紧张吗？”森臻告诉妈妈，自己在学校受到过很多类似的锻炼，让妈妈相信她，何萍便没有过多干预。在森臻看来，妈妈的不干预是一种信任，自己站在台上也没有了心理包袱。



林森臻一家

当妈妈的你，是否喜欢这样做呢？给女儿买一大堆五颜六色的橡皮筋，再配上美丽的蝴蝶结和各式的飘带，总想把闺女打扮得漂漂亮亮，这似乎能弥补自己曾经的缺失。

我挺喜欢这样做的，奈何有个不配合的闺女。

“妈妈，我不要当女生，我要当男生。”女儿一边撅起小嘴，一边皱着眉头抗议道。

我依旧挥动着手中的梳子，心中却不由得愣了一下。我寻思：莫非女儿想当男生，是觉得我偏爱弟弟？身在疑云丛中的我开口问道：“宝贝，你为什么想当男生呢？”

“女生要梳头发，像弟弟那样的男生就不用梳头发，梳头实在太痛了！”我瞬间长舒一口气，看来问题没我想象的那么严重。我呵呵笑出声，安慰女儿：“可是现在你已经是女生，妈妈梳一点梳就不痛了。”

确实，女儿的头发展来越长了，但她的发质不太好，又细又黄。现在，即使面对一根根漂亮的头绳和精致的发饰，我也只好在她的阵阵哀嚎中妥协。这个5岁的小姑娘，发型多为高马尾，我再也不给她弄那些花里胡哨的小辫儿了。但现在的她，居然连高马尾都快接受不了了，还总找借口要剪寸头。

这天一早，梳头的困难模式又开启了。一边给她梳头的我，即使背对她，也能想象出小姑娘那“龇牙咧嘴”的夸张模样。

“妈妈，我知道我的头发为什么梳起来这么痛了。”这丫头仿佛顿悟一般，“因为昨天晚上，有一只蜘蛛爬到我的头上，它看到小美女的头发实在太漂亮了，于是就在上面吐了几口水，今天早上我的头发就梳不顺了。”我一听，笑得合不拢嘴，这小家伙的借口找得着实巧妙。我追问道：“这么漂亮的头发，蜘蛛怎么舍得吐口水呀？”“就是啊，我的头发这么漂亮……”女儿也跟着我生了气。

我借机解释道：“宝贝，是不是蜘蛛嫌头发脏了，才吐口水的呀？今天我们必须洗头了，香香的头发，蜘蛛才不会吐口水，梳起来才不会痛。”女儿听了，连连点头。于是当晚，洗头这个难题迎刃而解。

头发洗完，我一边给小丫头吹干，一边开启赞美模式。我先低下头，用鼻尖凑近丫头的头发，再深吸一口气，无比享受般地眯眼赞叹道：“宝贝，你的头发真香啊！今晚蜘蛛肯定不会在上面吐口水了。我从来就没闻到过，哪个小朋友的头发有这么香！”在我的连连夸赞下，小丫头可乐坏了，竟忍不住笑出了声：“妈妈，因为我今晚洗了头的，你也洗洗吧。”我连连应承，今晚的吹头发项目正式宣告成功。

给女儿收拾完后，我也开始洗漱，并准备将脏了的鞋子洗一洗。我前脚提鞋进去，小丫头后脚就跟来了，并大方地表示：“妈妈，我也要洗自己的鞋。”于是，孩子提上她最爱的那双粉色运动鞋跃跃欲试。我知道，机会来了！

对于孩子想要尝试劳动的想法，我一般不拒绝，因为这是教她成长的绝佳机会。做家长的我们，千万不要以“你不会做”或“等你长大点再学”为理由，打击了孩子的积极性。孩子的潜力是无限的，实践可以帮助他们快速掌握技能，从而提升各方面的素质。孩子的优秀品质，也绝不是在某天的某个瞬间凭空生成的，它需要家长的发现和挖掘，还要善于抓住契机，这样常常可以事半功倍。

我一见女儿主动申请劳动，立马答应下来，并迅速给她挪出一个位置。小家伙学着我的样子开始洗起鞋子。以往的她洗过袜子和内裤，也帮着洗过碗，但独立洗鞋这还是头一次。只见她先把鞋子泡湿，用刷子认真地刷掉鞋底及鞋身的泥土，再抹上肥皂，在鞋面上来回仔细地刷，这双粉色运动鞋瞬间被白白的泡沫包围住了。看着这一幕，我悄悄会心一笑。很快，我把自己的任务完成了，但女儿依旧在埋头苦干，想要继续“精雕细琢”。虽然在我眼里，这双鞋已经洗得够干净了，但我却并未阻拦她。孩子在追求她眼中的完美，我有什么理由去搞破坏呢？

于是我先上床，随手拿起一本《教师博览》静静地读起来。“唰唰唰！”卫生间里传出阵阵有节奏的声音。我知道，女儿此时一定蹲在地上，弓着腰，小手用力地创造着她想要的成果。第二天一早，阳台上那双干净的粉色运动鞋，竟让我有些自愧不如。我不禁感叹，蜘蛛在头发上吐了口水后，还去给粉色运动鞋买了件新衣裳。

## 新学期的“玩”计划

■ 马海霞

最近，在朋友圈看到一位宝妈晒了给儿子准备的开学礼物，有风筝、有滑雪装备，还有一只小奶猫，另外还有好几盒乐高玩具。

这位宝妈说，乐高玩具和风筝是儿子用自己的压岁钱从网上买的，小奶猫则是儿子收养的流浪猫，只有滑雪装备，是丈夫出钱给孩子买的。

跟宝妈聊了聊，她告诉我，春节期间，他们一家回丈夫的东北老家过年，丈夫领儿子去滑雪场滑了一次雪，儿子便喜欢上了滑雪，他们一家人还没从东北返程时，丈夫便已经悄悄从网上购买了滑雪装备，快递回了奶奶

家，想等儿子开学时，给他一个惊喜。

每年春季开学时，这位宝妈都会让儿子列一个新学期的家庭计划，这个计划与学习无关，只和放学后的业余活动有关，所有丰富生活的吃喝玩乐，只要是有意义的，父母都会满足他，费用则从儿子的压岁钱里支出。

今年儿子上三年级了，列计划也不用父母帮忙了，他的计划表上，早已把每周的休息日都排满了。

当一名合格的“铲屎官”。因为养一只猫需要照顾它的吃喝拉撒，生病了要带它去宠物医院看病，花钱是其一，主要还需要有责任心。

儿子当时有些不高兴，宝妈说先考察他一年，考察合格了，便可以养猫。过去的一年，儿子自己洗内衣和袜子，还学会了自己煮方便面，休息日还主动承担了扫地和洗碗的活儿，而且坚持做了一年，表现良好。今年，宝妈和丈夫双双同意儿子养猫。

他们通过小动物救助协会，领养了一只流浪猫，因为之前宝妈便和儿子一起做了养猫“攻略”，在网上浏览了很多猫博主的

视频，“云”养了一年的猫，这只小猫到家后，儿子俨然一副“老铲屎官”的姿态，他还打算训练小猫自己用抽水马桶上厕所，他说，这样可以节约猫砂钱，还可以让家里空气清新。

宝妈说，她早就跟儿子说好了，日后小猫的日常费用，都从儿子压岁钱里支出，儿子为了省钱，在网上看了很多如何教小猫用马桶的视频，还网购了猫咪如厕训练器。

我问宝妈，新学期开始了，就没对儿子的学习提出要求吗？宝妈回答，现在的孩子，很多从幼儿园就开始“卷”了，上了小

学后，老师也会督促他们学习的事情，他们耳朵里关于学习的事情听得够多了。作为家长，她暗中观察过，儿子是个听话的孩子，虽然学习成绩一般，但他尽力就好了，家长不能在家再给孩子念学习的“紧箍咒”。

家长需要做的就是负责好孩子的后勤工作，让孩子身心健康发展，培养孩子热爱生活，乐观向上的性格。

如今，新学期已经开始了，先让孩子充实课余生活，对春天充满期待和向往，心情如沐春风，由衷地热爱生活，孩子才能带着轻松的心态坐在教室里学习。