

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子

尊重孩子的选择

■ 施训洋

小鹏是我朋友的孩子，正读高一。前不久，朋友打电话给我，抱怨儿子不听话，找我帮忙做做思想工作。

知道原因，才好对症下药。我问明了缘由，原来是选科引发的家庭矛盾。这让我想起了自己与女儿曾经因为选科发生的糟心事。

女儿是2018年升上的高中，当时还没有实施新高考改革，分科方式就是文科、理科二选一。高一入学时就得提交分科意向表，我想让她选择理科，毕竟和文科对比，理科招生规模大，就业渠道更多。女儿却不乐意，她不喜欢物理。其实，她物理还是有一定的基础，就是缺乏自信。

为这事，我和女儿冷战了一段时间。那时，我认为女儿不想选择物理是想偷懒，女儿生气地说我不尊重她的选择。接连好几天，我一回家，女儿要么跑回房间，要么去阳台上背书，就是不和我呆在一个地方。看到女儿这态度，我很是生气，差点就要动起手来。

开学的日子一天天临近，女儿态度有所转变。我也开始反思自己，应该先听听女儿的想法，毕竟这也是她人生路上的选择，理应得到尊重。于是，我特地买了她最爱喝的饮料，我们坐在客厅的沙发上，开始谈心。

“老爸，我知道您的考虑非常有道理。但我确实不适合物理，若是违心选择，我学得不开心，以后问题会越积越多。”没等我开口，女儿抢先说话了。

“那我们可以先不急下定论，反正也是到下学期才正式分科。你可以在物理上先尝试加强一下。”我有些不死心地劝说。

“老爸，您想一想，如果让您去做一件您本来就不喜欢的事，您会怎样？”女儿拿起茶几上的饮料，喝了起来。

我也觉得自己有些过分，但还是不甘心，总想找到更充足的理由来说服她。就在我陷入困境时，窗外传来悦耳的琴音，那琴音如展翅欲飞的蝴蝶，扑闪着灵动的翅膀。楼上邻居女儿是中央音乐学院的高才生，当年文化课也是名列前茅，但因为爱好选择了艺术。这乐音，令我恍然大悟。

“大宝，爸爸尊重你的选择。”

女儿怔怔地看着我，有些吃惊。

我又重复了一遍。女儿放下手中的饮料，跑到我跟前，双手抱着我的胳膊，将头斜靠在我的肩上：“老爸，我也不是不想学物理，主要是觉得自己不一定学有所成。这样，我也不放弃物理，等到正式分科前综合研判再做决定。”听到女儿这话，我觉得她长大了。我开始顺着女儿的话和她聊了起来，女儿一下子便打开了话匣子，聊起了同学、前不久的军训，还有新学校的环境。

就这样，多日的冷战至此告一段落。

最后，根据一学期考试的分数与班主任的建议，女儿在文科与理科中，选择了文科。如今已上大二的她在大一就通过了英语四级，正着手准备英语六级考试。看到她能正确地选择自己喜欢的事情，并为之奋斗，我也很开心。

周末，我来到小鹏家，而小鹏正巧出去打篮球了。我和朋友先聊了起来，自然是聊我与女儿的事，还有邻居女儿的故事。我还举了外侄的例子，外侄虽是理科生，后来却进入了四川大学的中文系，研究生读的也是南京大学的哲学系，现在考上了公务员。朋友听了，颇受启发，言语间，我能感受到他的想法已开始动摇。

正聊着，小鹏回来了，他比先前又高了许多，看起来都快有一米八了。小鹏很有礼貌地和我打了个招呼，我趁机喊他过来一起聊聊。

小鹏有些小情愿，但还是坐了下来。我们先是聊篮球，聊CBA，聊NBA。小鹏见我也喜欢篮球，便开心地同我聊了起来。越聊越投机，我渐渐地开始转移话题，聊学习，聊他最近的困惑。

小鹏说自己喜欢历史，想选历史，但爸爸不同意。我看过他之前的成绩，确实，小鹏的历史不错，成绩更是班上的前几名。小鹏爸爸早在我们刚刚的聊天中有了转变，自然就没有了什么解不开的结。他发话了：“小鹏，今天当着叔叔的面，我来表态。先前，是爸爸不对，没有尊重你的选择。但选科是一件大事，我们要从多方面考虑。你也可以问问老师，听听老师的建议，反正还有时间，我们慢慢来。”

闻言，小鹏激动地站了起来，欣喜地点头。望着这对和好如初的父子，我默默地退出了门外。

瞧，尊重孩子的选择，是每一位家长的必修课。

进入高中，“3+1+2”选科要如何抉择？高考结束，怎样选择专业？如何填报志愿？刚刚结束中考、高考的学生正面临着人生重大的选择，许多学生及其家长，正为之焦头烂额。”资阳中学教学副校长屈小林说：“这仅仅是人生规划中两个比较重要的部分，要将它们做好，离不开更长远、更宏观的生涯规划。”

生涯规划不仅仅是选科和填志愿，它关乎孩子成长、学习、生活的方方面面。6月21日，在“早做规划 不负此生”家庭教育公益讲座“教育大家谈”环节，四川师范大学体育学院党委副书记、全国生涯规划专业委员会认证专家曾侯森，正高级教师、资阳中学教学副校长屈小林，资阳中学一级心理教师、国际青少年生涯发展指导师余萍，资阳中学专职心理教师、国际青少年生涯发展指导师张凤与资阳中学的近500名初中生家长面对面交流，探讨如何指导孩子规划人生、成就幸福。

“扬长”“胜守”“补短” 助孩子规划人生

■ 本报记者 钟兴茂

家长要当好孩子生涯规划的第一责任人

“一提到生涯规划，许多家长都觉得那是高考后填报志愿才考虑的事情，中学阶段，孩子只需要把成绩考好就行了。”余萍说，近年来，她从事学生的生涯规划教育，发现大多数家长缺乏为孩子进行生涯规划的意识，还停留在“以分数论英雄”的认知里。“殊不知，除了分数，孩子的兴趣爱好、性格特征也影响着孩子在大学学习和社会工作的发展状态。”

曾侯森非常认同余萍的观点，他说：“指导孩子做好生涯规划，第一责任人是父母。越早进行生涯规划，孩子的成长发展就越顺利。”在曾侯森看来，孩子的生涯规划最好从小学开始，而大中小学不同阶段，生涯规划的侧重点也不相同。

“小学是培养孩子生涯规划意

识的最佳时期。”曾侯森说。他常常带着自己的女儿到川内外知名的大学参观，有机会时就带着孩子认识名人，偶尔还会将孩子寄养在好朋友家里。“开拓了孩子的眼界，他们才会更清楚自己的兴趣爱好、优势特长，知道哪些东西适合自己，才能更加精准地确定生涯规划的目标。”曾侯森说。

唤醒了生涯规划的意识后，曾侯森建议，初中阶段要给予孩子系统化的生涯规划指导，到了高中，孩子就需要独立制订行动计划。他强调：“行动计划不能记流水账，而要遵循smart原则，符合具体化、时间限制、可衡量、可行性、与生涯目标相关性等要求。”比如，“提升英语成绩”这样的计划就太笼统，而“每天记50个单词，一个月内英语成绩提升20分”就更具体、

更能指导行动，也更好衡量。大学的规划则要围绕实现高质量就业来展开。

“人生不是短跑冲刺，而是漫长的马拉松，生涯规划也绝不是专业选择和职业规划，它包含了事业、家庭等诸多方面，最终的指向是实现人生的幸福。”曾侯森补充说，“分数、兴趣、性格、能力等因素也影响着孩子的生涯规划，但归根结底是人的个体素质与社会需求相匹配。”

他向家长们提供了一个公式：高兴趣+高能力+高社会需求=好的生涯规划，家长在指导孩子做具体的生涯规划时，首先要坚持兴趣导向；其次要评判能力是否匹配、有没有足够的学习训练机会；最后要满足社会需求或创造出新的需求。

警惕误区，生涯规划不是为了成为“人上人”

“不仅是生涯规划，许多家长在日常教育孩子的过程中，常常将孩子与‘别人家的孩子’作比较，这其实很不好。”曾侯森提醒家长，“生涯规划不是为了让孩子成为‘人上人’，而是帮助他成就更好的自己。”他再次强调，好的生涯规划是孩子的个体素质与社会或行业需求的匹配。

曾侯森有个学生高中时数学、物理怎么也学不好，但这位学生在高二时就下决心要成为国内优秀的平面设计师，于是开始学习美术。进入大学后，该学生做的第一件事就是收集大学生能够参与的所有平面设计比赛，然后一心一意学习、备赛。如今，这位学生在国内的平面设计行业已经小有名气。

此外，曾侯森还告诫家长们，不要陷入急于求成的生涯规划误区。他建议家长们要对孩子的成长多一些“耐心”。“只要孩子有良好的道德修养，就不至于在成长的路上‘走歪’。”他希望家长们以身作则、修身养性，用良好的家风为孩子的成长发展注入强大的精神力量。

“父母是孩子的镜子。在帮助孩子做生涯规划时，爸爸妈妈也要想一想自己的人生是不是也需要进一步规划。”屈小林认为，指导孩子规划人生，家长最好不要纸上谈兵，不妨和孩子一起行动。她自己就是如此，每周和女儿一起制作“学习计划卡”“学习收获卡”“人生幸福卡”，审视每个星期的成长变化，制订下一步的行动计划，已经坚持了5年之久。

屈小林还认为，生涯规划中“扬长”的效果远大于“补短”，希望家长们多用发现和赞美的眼光看待孩子，充分发掘孩子的优势、特长。首位中国整理师韩艺恩，从事法律工作多年默默无闻，却凭借自己在收纳整理方面的爱好和特长，成为了国内家政整理收纳服务行业的领跑者。

“韩艺恩的案例不仅告诉我们兴趣爱好、优势特长在生涯规划中的重要性，还提醒我们，生涯规划并不是一成不变的。”余萍补充说。她希望家长们用更长远、更多元的眼光对待孩子的生涯规划，可以根据孩子的自身情况和社会现状的改变做出调整。



钟兴茂 摄

学校要守住生涯教育的“责任田”

“同学们想过今后要做什么工作吗？”

“没有。”
“那你们读完书要做什么？”
“挣钱。”
“什么职业能挣钱呢？你们要学什么专业呢？”
“不知道。”

张凤分享了她的第一次给学生上生涯规划课的经历。她说：“许多学生对自己的兴趣、特长都缺乏清晰的认知，学校对学生开展系统化、课程化的生涯规划教育很有必要。”张凤任教的资阳中学从2017年开始开设生涯教育课程，如今已经形成特色校本课程，从初一至高三，内容涵盖生涯规划意识、了解自我兴趣特长、探索社会职业需求、认识大学专业设置等诸多方面。

“除了校本课程，学校还有许多与生涯规划相关的活动。”余萍

介绍说。今年5月，资阳中学的“5·25”心理健康系列活动就设计了“我为梦想打call”“大学专业手抄报”等活动。“这些活动既帮助学生向内认识自己的兴趣爱好，又能向外了解所需的专业素养。”余萍说。

2019年，国务院办公厅印发的《关于新时代推进普通高中育人方式改革的指导意见》把“加强学生发展指导”作为普通高中育人方式改革的重点任务之一。在曾侯森看来，学校确实应该守好学生生涯教育的“责任田”，但现在许多学校也存在生涯规划专业师资不足的短板。

因此，曾侯森建议，学校首先要舍得投入，加强生涯规划教育师资的培养；其次，要用好家长资源，邀请不同行业的家长进课堂分享职业信息；最后，可以跟高等教育

学校合作，加强大学生和中学生的沟通交流、经验分享。“四川师范大学就很乐意与高中学校合作，加强师生间的沟通。”曾侯森说。

屈小林请家长们多多参与学校的家校协同工作，她表示，后期，资阳中学将通过“家长开放日”等活动，邀请各行各业的家长参与学校的生涯规划教育。与此同时，学校还会加强与社区、企业的合作，带着学生走出校门、走进企业，真切地了解社会需求。

最近，资阳中学就组织初一和初二学生参观了中车资阳机车有限公司，与不同岗位的工作人员对话交流。初一学生贾嘉说：“在车间里，我看到了流水线上的工人，也看到了管理人员，还了解了研发设计人员的工作。我觉得每一个岗位都不可或缺，这也坚定了我认真学习，从事科研工作的决心。”

向阳而生

“妈妈，他围着垃圾箱在找什么呢？是掉了什么东西吗？”车刚停稳，孩子就拉着我的衣角怯生生地问道。抬头望去，一位轮椅上的老人正围在垃圾桶旁翻找废品，“那位爷爷是在收集可回收的物品。”“哦，我明白了，爷爷是环保卫士呢！”孩子恍然大悟。

轮椅上的老人，脸上布满了沟壑，灰白的胡须参差不齐，戴着一顶昏黄的头灯。只见他左手用力拉住一米多高的垃圾桶，右手拿着一根铁钩钩住垃圾桶沿外侧，他攥紧拳头，用尽全力地往回拉，随即使用胸口抵住桶沿内侧，再费力地

腾出左手在垃圾箱里翻找可回收物品。他全神贯注地扒拉着，一个又一个纸箱被翻了出来，他那紧锁的眉头才渐渐舒展开来。那一个个垃圾桶仿佛就是他的“战场”，寻找废品就是他的事业。那一刻，我突然想起少年时老师经常给我们讲到的张海迪的故事，眼前的这位轮椅老人不也正是身残志坚的模范吗？

“妈妈，爷爷把纸箱送到哪里回收呢？”孩子继续开启了“十万个为什么”模式。“可以送到废品收购站，还能卖些钱补贴家用。”“还可以赚钱吗？那以后我也把纸箱

着去卖废品。”孩子一听到赚钱就露出了小财迷般的神情。“你看，眼前的爷爷比我们更需要废纸箱，我们还是留给他吧。”我劝孩子放弃售卖废品的念头。孩子望着轮椅上的老人，若有所思地点点头。

我家所在的小区，物业在地下停车场的每个单元门口都设置了垃圾箱，回家的时候常常遇见几位拾荒人。其中，印象深刻的有两位，一位是眼前的这位轮椅老人，还有一位是戴鸭舌帽的老人。

戴鸭舌帽的老人大约60多岁，一年四季都戴着一顶灰灰的鸭舌帽。他的右臂总是弯曲着，走路也

不便利，看起来是偏瘫的后遗症。他总是左腿先迈一步，再艰难地移动僵硬的右腿。如果遇到停车场里的减速带，移动右腿就越发地艰难了。在安静的停车场里，他拖动右腿挪步的声音显得格外清晰、格外沉闷。有一次，刚停好车，我就听见附近传来熟悉的“吡吡”的脚步声，便主动把后备箱的快递拆掉，把纸箱送到他面前。他欣喜地接过纸箱，虽然口齿含糊不清却一个劲儿地冲着我点头道谢，眉宇之间是藏不住的欢喜雀跃，那笑容如同冬日里明媚的阳光。

两位身体抱恙的老人是不幸

的，但他们身处逆境也没有向命运低头，依然竭尽所能去做力所能及的事情，年复一年，令人敬佩。

从那以后，我家孩子热衷于拆快递，主动承担起下楼扔垃圾的任务。他习惯把可回收的纸箱放在垃圾桶旁，还告诉我：“这样一目了然，回收纸箱的爷爷就不用费劲去垃圾桶里翻找了。”听了孩子我的话，我倍感欣慰，想起那句古语：“勿以善小而不为。”为孩子的同理心和小善举表示赞同。我也明白，不管生活给予我们的是艰辛苦难，还是幸福快乐，我们都要学会向阳而生。

■ 蒋媛媛