

# 只是辅导功课? 别把家庭教育想简单了

它包括多方面内容,需要家长终身修炼



## 1 家庭教育是“非常复杂”的工作

家庭教育是儿童青少年健康发展的起点和基础,是国民教育的重要组成部分。家庭教育开展得如何,关系到孩子的终身发展,关系到千家万户的幸福,也关系到国家和民族的未来。

正在审议中的家庭教育促进法草案认为,所谓家庭教育,即父母或者其他监护人为促进未成年人健康成长,对其实施的道德品质、知识技能、文化修养、生活习惯等方面的培育、引导和影响。

李浩英告诉记者,从广义家庭教育的概念来看,一个家庭的发展,需要4个方面的能力:家庭中成年人的自我成长和规划能力;家庭建设的能力,比如为

家庭提供基本的物质保障,为家庭进行有审美地布置;处理大家庭关系的能力;教育子女的能力。

李浩英坦言,如果前三个父母都做得不好,把精力一股脑投入到教育孩子上,效果也不会好。

做好家庭教育,确实不容易。“如果我们把一件事分为‘简单’‘复杂’和‘非常复杂’3种类型,那么家庭教育无疑属于最后一种。”李浩英说,一般来说,一个人在进入职场前,往往有了一定的知识储备,具备履行岗位职责的基础能力。但当父母的不一样,没有岗前培训,都是第一次当爸妈,一开始都是“菜鸟”家长。而且一般的工作总

有确定性,工作一小时,就能有一小时的产出,但教育并非如此。你投入的时间,可能无法即时产出可被量化的成果。更何况,教育的对象是人。人,特别是孩子,在不断变化,必须用发展的眼光看待教育对象。教育这件事,也没有终点可言,家长终身都得为之操心。

但越是难,就越要努力。每个家庭培养的孩子,都将成长为社会上的人才。可以说,每一个家庭出产的“产品”,决定了整个国家的人才素质。家庭教育不仅在人的成长过程中发挥着重要的基础性作用,还肩负着培养社会主义建设者和接班人的重要使命。

## 2 “孩子的问题,就是父母的问题”

都说家庭是孩子的第一个课堂,父母是孩子的第一任老师。从业20多年的心理咨询师陈清处理过很多青少年心理问题案例。他直言,孩子的问题,就是父母的问题。

能够带着孩子来找他求助的父母,观念已经足够“先锋”。他们知道心理咨询,也不忌讳心理咨询。即使是这样一群人,能意识到“自己也有问题”的,用陈清的话说,是“极少极少极少数”。

父母普遍存在的问题是焦虑。这种焦虑程度,在成年人中可能处在平均水平,但对孩子来说,有时候就太过了。“孩子是敏感的,他能从你的眼角眉梢看出你的情绪。”陈清说。

他表示,在治疗的过程中,他有时不得不打着为青少年做心理咨询的幌子,来提高家长对心理学的认知水平。

“如果只干预孩子不干预家长,效率会非常低。”陈清说,孩子在他这里得到疗愈,回到家里,又重新受伤,如此反复。

家庭教育决定了“心理之树”根基的健康程度。如果树根是健康的,往后遭遇挫折,就是一阵大风,伤不到要害;但如果根本本身存在问题,往后的挫折,就可能对这棵树造成毁灭性打击。

李浩英表示,在教育孩子时,家长要明确对孩子的期待是什么,也就是想要孩子成为怎样的人。家长要依据孩子生理心理的原始特点,为他们设定一个成长目标,并确定阶段性目标和实现目标的方法。

需要注意的是,孩子身上的很多特质都遗传自父母。所以,父母应该对孩子有正确的认知,要放平心态。

教孩子需要技巧。不是帮孩子包办

一切,也不能不顾孩子的身心发展特点,一味灌输大道理。孩子年幼时,是听不懂道理的。此时,身教胜于言传。

如果孩子喜欢玩手机,父母也可以问问自己,是从什么时候开始“兢兢业业”“培养”孩子玩手机的?如果孩子没有其他兴趣爱好,不会欣赏艺术,也不进行体育锻炼,那他还剩下什么方式可以打发时间呢?

有人抱怨,自家孩子爱顶嘴。李浩英就让家长做一个实验,把整个家庭一段时间的相处过程都拍下来,然后听一听,是不是自己和家里其他人说话时,也爱顶嘴。

“你想要孩子成为什么样,你首先得做成这个样。”李浩英说,在孩子小的时候,父母就是他们的学习对象。要做合格的父母,首先自己应该是合格的人。

## 3 怎样才能成为合格优秀的父母

五六岁之前,家庭要给孩子这个“建筑工程”打地基。早期阶段,父母的视野宽,付出多,方法得当,就能激活孩子大脑中更多的神经元连接。

李浩英喜欢用“容器”作比喻。初入学校的孩子们,看起来没有差别,但其实每个孩子都抱着父母给他的“容器”。有的端着小饭碗,有的抱着小水缸。这样,在学校里,他们接受阳光雨露的能力自然就会有差别。

那么,怎样才能成为合格甚至优秀的父母?

其实,能把自己活明白了,在养孩子这事上也不会表现太差。

如前文所说,家庭教育包括4方面内容,如果要改进自己的家庭教育,也要从4个方面入手。

父母想学习如何自我成长,那就做好时间管理、健康管理;想知道如何

给家庭提供好的物质保障,给家庭好的审美,那可以学习绘画、装饰;想知道如何处理大家庭之间的关系,心理学中关于关系的课程也有很多……如果要提升自己教育子女的能力,可以去学习儿童发展心理学,了解孩子在不同成长阶段的特点。“只是,很多家长此前并不清楚,这些内容也和家庭教育有关。”李浩英说。

家庭教育涉及的内容复杂广泛——生理健康、医疗保健知识、心理学、教育学、法律和伦理……长期以来,高校缺乏家庭教育学科。李浩英表示,没有家庭教育的学科建制,也就没有专业的、成体系的课程。

国家相关部门也在为迷茫的家长提供帮助。

家庭教育促进法草案指出,县级以上地方人民政府及有关部门组织建

立家庭教育指导服务专业队伍,加强对专业人员的培养,鼓励社会工作者、志愿者参与家庭教育指导服务工作。我国“十四五”规划也已明确,要构建覆盖城乡的家庭教育指导服务体系,健全学校家庭社会协同育人机制,促进家庭教育服务多元化发展。

现在,也有社会机构致力于为家庭教育提供指导服务。李浩英提醒,如果某家机构的培训内容,只涉及“子女教育”,只教父母怎么“对付孩子”,那它的可信度就要打个折扣了。

陈清则建议,如果孩子已经出现了心理健康问题,家长要及时寻求专业心理咨询的帮助,越早干预越好。如果放任心理问题存在下去,孩子会不断得到负面反馈,情况会越来越糟糕。

据《科技日报》

最近,在“双减”政策背景下,某培训机构说要转型培训父母,着实引发了一番讨论。后来,机构不得不出面澄清误解,解释培训父母不是让父母学习孩子的课程再自行培训孩子。从这场误会中也足可以看出,很多人对“家庭教育”的认知,还略显淡薄。

所谓家庭教育,即父母或者其他监护人为促进未成年人健康成长,对其实施的道德品质、知识技能、文化修养、生活习惯等方面的培育、引导和影响。做好家庭教育,其实是一个终身修炼的过程。

2018年,北京师范大学中国基础教育质量监测协同创新中心牵头,在全国31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团开展了家庭教育状况调查。调查报告开篇就指出,我国家庭教育的现状不容乐观。许多家长对家庭教育倍感迷茫,他们迫切地希望教育好子女,但却常常感到心有余而力不足。

北京师范大学教育学部儿童发展与家庭教育研究院副院长李浩英说,子女教育是广义的家庭教育的一个分支,“做好家庭教育,其实是一个终身修炼的过程”。

