



编者按

2022年1月1日,《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)正式实施。家庭教育在传统的“子不教,父之过”这样的道德要求基础上被赋予了法律界定,家庭教育也因此由“家事”上升为“国事”,我国正式进入“依法带娃”时代。

家庭教育应该如何开展?对不少家长而言,这不是一个简单的问题。一项对1149名未成年人家长开展的调查显示,80.7%的受访家长平时在家庭教育上的困惑很多,94.7%的受访家长期待家庭教育促进法能帮助自己缓解教育焦虑。据了

解,“教什么”和“怎么教”,成为困扰家长实施家庭教育的两大难题。

家庭教育促进法规定,每年的5月15日国际家庭日所在周为全国家庭教育宣传周。值此之际,《家周刊》特邀家庭教育学、心理学方面的专家及家庭教育指导师,针对家庭教育中存在的一些普遍问题,予以解答和指导,帮助父母依法教子,将注重孩子们德智体美劳全面发展的理念和科学的教子方法融入家教实践,自觉地择其善者而从之,以爱为出发点,言传身教,尊重、鼓励、支持、陪伴孩子,实现亲子共同成长。

依法带娃,家长与孩子共成长

做客专家

宗春山,北京市青少年法律与心理咨询服务中心主任,研究员。著有《断乳》《青少年必须克服的人性弱点》等作品。

案例一

我儿子今年读高二,对学校的如理发等穿着打扮要求和规章制度不以为然,也不喜欢数理化等学科学习。他喜欢艺术,想报考艺术学院,这个想法遭到他父亲的强烈反对,在父亲看来,学习传统的理工科、文科才是正道。父子俩无法有效交流,关系剑拔弩张,家庭气氛也很紧张。

欣然(化名)

专家释法

家庭教育促进法第十六条规定,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,开展家庭教育。

欣然,你好!

从描述的状况来看,孩子的问题,是不适应学校环境、不适应社会的表现,根源是其内心对权威的挑战。这从他和父亲的关系中可以看出端倪。

在家庭中,父亲代表着权威、纪律和约束,如果男孩与父亲关系紧张,他会把对父亲的反感和敌意、对父亲权威的蔑视投射到自己的生活和学习中,反抗学校的纪律、要求和约束等,这样的孩子是很难适应社会的。

在心理学上,父亲和孩子、特别是和儿子的关系特别重要。在孩子心目中,父亲是第一个社会人,孩子和父亲的关系代表着孩子和社会的关系。因此,父子关系和情感是否和谐,直接影响到孩子对社会规范、习俗、道德、体制的认同。这是一个重要的心理轨迹。然而,很多父亲不知道这一点,他们一味强调自己的权威、自己对孩子的管教,忽略了自身代表着社会的规范。

那么,如何面对这样的孩子?

在家庭教育中,我们首先强调父母一定要学习心理学知识,了解青少年成长发展的规律。因为,如果家长不了解孩子的心理年龄特点,不学习和自省,他们只能复制上一代的教育方式。但是,今天的孩子生活在互联网时代,他们的发展、需求与过去的孩子不可同日而语,如果我们还沿用传统的教育方式,就会带来很大的亲子冲突。这位父亲显然没有尊重孩子身心发展的规律,也没有意识到当今的社会和环境变化带给家庭教育的转变。

其次,在你们的家庭中,父亲不大懂得父子关系代表着孩子和社会的关系这层意思。所以,这也说明了家长需要学习,掌握民主的、文明的管教方式的重要性。

第三,父亲还有一个错误观念,即学习艺术不是正常的成长和求学方向。但是,人的发展是多元的,每个人各有所长,且爱好不同。父亲硬把自己的观念、自己的愿望强加到孩子身上,这也是陈旧的教育观和发展观,会极大阻碍孩子的发展动力。

从心理学上讲,一个孩子真正成年,必须从心理上“打败”父亲。因此,在孩子的成长过程中,父亲一定要能包容孩子,懂得逐渐示弱,甘愿被孩子“打败”,给孩子“我已经长大、成熟”的感觉,这能增强孩子的责任心、主人翁感。因此,对孩子并不出格的要求,父母可以说“我听你的”“我同意你的做法”。家里有重大事情也应让孩子参与进来,这不仅不是家庭教育促进法,也是未成年人保护法所提倡的,这样做的意义在于让孩子承担责任,成为自己的主人,勇于面对和承担一些后果,同时在此过程中,孩子能与父亲、母亲建立良好的合作关系,并把这种关系带到学校生活、社会生活中去,有利于孩子的社会化。



父子关系代表着孩子和社会的关系

做客专家

代秋影,最高人民法院中国应用法学研究所副研究员,未成年人保护研究中心主任,法学博士。著有《正确处理有效预防校园冲突事件,为孩子营造一个健康安全成长环境》《履行父母责任的前提是其监护能力的提升》《形成“儿童友好型”亲子模式至关重要》等作品。

案例四

我儿子今年14岁,学习和习惯很让人头疼。孩子8岁时,我离婚了,儿子平时跟我生活,两周去他爸爸家过一个周末,他爸爸觉得亏欠孩子,有求必应,带着孩子吃喝玩乐,也不督促孩子做功课。我们多次沟通,但总是谈不拢,如今孩子学习成绩明显下滑。

我工作很忙,平时晚上的时间多关注他学业,生活上由保姆照顾,随着他长大,我越来越感觉到他对我厌烦和疏远;他爸爸很舍得为他花钱,但他对爸爸并不满意,不免冷言冷语,还有一种“他的钱不花白不花”的报复心理。

楚燕

专家释法

家庭教育促进法第二十条规定,未成年人的父母分居或者离异的,应当相互配合履行家庭教育责任,任何一方不得拒绝或者怠于履行;除法律另有规定外,不得阻碍另一方实施家庭教育。

楚燕,你好!

孩子是父精母血的结合,我国民法典明确规定:父母与子女之间的关系,不因父母离婚而消除,无论子女由父或者母抚养,仍是父母双方的子女。离婚,是父母双方的生活选择,孩子的成长环境必将因此发生大的改变。但是,父母的关系状态并不必然对孩子的成长不利。作为直接抚养孩子的家长,应特别留心孩子的心理变化,及时沟通,消解孩子的心理负担,在家庭变化中构建信任有爱的亲子关系,继续为孩子健康成长营造良好的环境。

第一,父母离婚不是孩子的过错。由于各种原因,有的孩子会误认为是自己导致父母离婚的原因,或者至少是部分原因,因此陷入严重的情绪低落、自我谴责和贬低等消极情绪中,从而影响到正常的学习和生活。父母或者其他主要抚养人,尤其是直接抚养孩子的家长,要明确告知孩子:“父母离婚是成年人的事情,与你无关,更不是你的过错。”

第二,孩子有权利以自己的方式与父母双方相处。育儿过程中,父母的观点差异,并非离异家庭才有。家庭教育促进法也并非强制要求父母双方在所有事情上观点一致、行为一致。父母都能够看到并理解孩子的真实愿望和想法并非易事,成年人大多有各自的成长经历和未愈合的心理创伤,即使保有高度的觉察,在与孩子相处时,都难免会代入自己先入为主的观念和解决问题的方式。如果不能建立在充分尊重孩子生命自主权的基础上,强求统一,则相当于进一步扼杀了孩子的自主空间,反而更加不利于孩子的健康成长。

第三,给予孩子爱的确认,构建信任有爱的亲子关系。离异家庭的孩子,心灵相对更加敏感,更需要给予孩子爱的确认。从孩子的角度来说,他的安全感和幸福感的体验,来自与生命中最重要的依恋对象——父母相处的过程中,自己的需要能够被看见、能够被理解、愿意被满足。而舍不得花钱,并不必然意味着看见并满足了孩子的需求,信任有爱的亲子关系,无法只靠物质和外求,需要亲子双方,尤其是直接抚养孩子的爸爸,要更加花费心思,以孩子为主体去构建。而对妈妈而言,青春期的孩子的厌烦和疏远,肯定会让妈妈伤心难过,但也要清醒地意识到母子之间确实缺少了爱的流动和正向反馈。这时候,重点在于重建信任有爱的关系。

第四,学习、做功课,从根本上说是孩子的事情。尤其是对于14岁的青春期的孩子而言,他自己才是学习的主体,父母或者其他人都只是辅助者,其是否督促、关注,不可能是、也不应成为关键环节。更为重要的是孩子本身的内驱力和对学习探索的专注投入度。当然,在具体的学习方法和个别的问题上可能需要父母的指导,但只有以良好信任的亲子关系为基础,父母的指导才有可能真正走进孩子的心灵。

作为成长的目标而言,不靠他人的督促和关注,学习要成为孩子主动自觉的事情,这是内驱力的范畴,与成长的动力有关。而成长的动力,来自生命的本能和原始渴望,即自己的生命要自己做主,自己的需要能够被看见、能够被理解、能够被满足,自己是安全的、被爱的。只有体验过爱的孩子才会爱人,内心安定、精神内守的孩子,才能专注投入地做事情,自由随心地探索世界,不遗余力地发展自己。这期间,确实需要父母的陪伴和引导,但一切的前提是建立良好信任的亲子关系。这是孩子内驱力不被破坏的保障,也是孩子健康成长的先决条件。

离异家庭如何构建信任的亲子关系

家长失去权威,其教育很难产生效果

做客专家

宗春山,北京市青少年法律与心理咨询服务中心主任,研究员。著有《断乳》《青少年必须克服的人性弱点》等作品。

案例二

我是个高中生,学习成绩一般,为了鼓励我好好读书,妈妈承诺,如果我考试成绩进入一定的名次,就奖励我手机、Ipad、笔记本电脑这些电子产品。我在最近的一次大考中做到了,但是,妈妈却“爽约”了,又说要我考上大学以后才能买,我对此真的很生气。

宇浩(化名)

专家释法

家庭教育促进法第二十二项规定,未成年人的父母或者其他监护人应当合理安排未成年人学习、休息、娱乐和体育锻炼的时间,避免加重未成年人学习负担,预防未成年人沉迷网络。

宇浩,你好!

非常理解你的心情,不认同妈妈的做法。因为,这样的奖励方式,不利于你的成长。

首先,学生学习是为了获取更多知识、提高能力,是分内的事情。然而,当家长用这种方法奖励孩子时,无疑是以外在的物质“分散”了孩子内在的“学习是我的愿望、我的责任”的动机,孩子会慢慢觉得,自己是为父母学、为了一个物质奖励而学的,这容易误导孩子的学习动机。

其次,父母权威性的重要体现是说话算数。反之,一方面使孩子对父母的权威性产生怀疑,另一方面亲子之间很难再建立起信任关系。

其三,很多家长认为,不给孩子手机,不让上网,孩子就不沉迷网络了。但是,我的研究发现,父母很少上网,他们的孩子更容易沉迷网络。原因在于,父母不懂网络,不知道网络对孩子的影响是什么,更不知道如何引导孩子正确使用网络。有一点我们不能忽视,即如果一个人对一个事物没有任何了解,很难对这个事物有免疫力。所以,当被禁止使用网络的孩子一旦有机会接触互联

网,会更投入,比不被限制的孩子高出3%的比例。所以,用这种规避、远离现实社会的教育方式引导孩子,效果适得其反。以上三点,你可以尝试跟父母好好沟通,以达成一致。而以下内容,则希望你转达给父母,以期他们能改变现有的教育方式。

儿童权利公约、未成年人保护法也明确规定儿童使用互联网的权利。公允地说,现在孩子使用互联网更多的是学习。因此,孩子是否沉迷网络,关键不是互联网和手机本身,而是家长如何为孩子建立规则,引导孩子学会自律。所以,家庭教育促进法特别强调,要遵循青少年身心发展的规律,让他们真正接触社会。

父母一定要了解当前社会形势与自己成长的年代有巨大的不同,了解今天互联网与孩子的关系,实现自身的学习和成长。尊重孩子的年龄、成长规律和个性,平等交流,互相促进。父母一定要言而有信,相机而教,言传身教,潜移默化,避免出尔反尔。否则,孩子很可能把规则、承诺、纪律当儿戏,家长权威不复存在,教育效果化为乌有,最终影响孩子的身心健康发育和成长。

重建和谐温暖亲情,疗愈心灵伤痛

做客专家

黄晓芳,国家二级心理咨询师,资深结构式家庭治疗专家,累计咨询个案时长约15000小时。

案例三

我是三个孩子的妈妈,两个女儿由爷爷奶奶带大,儿子在我和我丈夫身边。丈夫脾气暴躁,行事专制,经常打骂孩子们。我在家没有地位,看不惯丈夫的行为时,

就对他言语攻击,家里像一个“冰窖”。

2020年,二女儿被诊断为重度抑郁,有自残行为,因长期服药导致身体发胖,曾辍学在家;2021年大女儿与小儿子也相继被诊断为抑郁症,大女儿人际困难,社交功能退化;小儿子失眠、爱哭、厌学,情绪不稳定,在学校多次被霸凌。丈夫因此更加指责我和孩子们。

沐子

专家释法

家庭教育促进法第十五条规定,未成年人的父母或者其他监护人及其他家庭成员应当注重家庭建设,培育积极健康的家庭文化,树立和传承优良家风,弘扬中华民族家庭美德,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。

沐子,你好!

从描述中可以看到,孩子厌学、抑郁,夫妻不和,亲子关系紧张等问题正困扰着你的家庭。丈夫打骂孩子的管教方式和你的语言暴力,必然导致家庭气氛雪上加霜。而夫妻关系的和谐,双方对待孩子态度的不一致,直接导致孩子面对父母时的内心“撕裂”,使整个家庭系统呈现出混乱的局面。

你的家庭“生病了”,而这个“病根”在你们夫妻身上。夫妻关系是家庭第一关系,夫妻中任何一方之所以产生负面

情绪,都是因为这一方期待自己的感受、想法能被理解与看见,实际上是渴望爱与被爱。

解决孩子的问题,首先要解决好你们夫妻间的相处模式,改变你“保姆”+妈妈,丈夫貌似“单身汉”的生活状态,共同操持家务、照料孩子,承担家庭责任并努力求同存异,各自扮演好丈夫和妻子、父亲和母亲的角色。

现实生活中,不少孩子6岁以前由老人抚养,重新回到父母身边后,亲子之间会有理想化的期待。而要真正实现家庭教育促进法中规定的构建文明、和睦的家庭关系,夫妻双方要尽量理解欣赏彼此,提前做好生活、经济上的规划,各归其位,各司其职,发挥各自功能。

在养育孩子方面,建立养育同盟:夫妻双方在教育上达成一致,不互相拆台,营造和谐和睦的家庭氛围,给予孩子稳定的、充满爱的生活环境,用足够的耐心,发自内心的接纳、欣赏孩子,让孩子在父母的呵护之下健康成长。

实际上,这对父母来说是极大的考验,孩子的到来改变了原有的生活方式。所以,夫妻双方要有良好的沟通,丈夫多关注、疏导妻子的情绪,避免妻子将抱怨、指责的情绪投向孩子;妻子则要尊重丈夫,防止丈夫情绪失控。家庭成员注重情感交流,父母诚心与孩子交朋友,用行动爱孩子。如果你们全家能做出积极调整,重建和谐温暖的亲情,孩子们心灵的伤痛将逐渐被治愈。

夫妻和睦是一个家庭的定海神针,理想的家庭不是没有问题,而是有解决问题的能力。