

平等对话 温暖陪伴

□南海实验学校校长嵇小学校区学生家长 苏方

我的女儿并没有出类拔萃的成绩，但作为她的父亲，在与她朝夕相处的点滴时光里，却逐渐体味出了一些关于家庭教育的真切感悟：真正的教育从不在枯燥的说教里，而藏在与孩子平等的对话中；真正的教育也不在刻意的要求里，而存在于给孩子温暖的陪伴里。很荣幸能用文字分享的方式，与各位家长分享我们父女之间那些平凡却充满温度的小故事。



倾听与沟通：搭建信任的桥梁

每天放学路上的那段时光，是我和女儿的“专属”聊天时间。我经常问她：“今天有没有让你眼睛发亮的事？”“有没有哪个瞬间让你觉得像吃了柠檬一样酸溜溜的？”

记得有一次放学回家，我照例问了这两个问题，只见她低着头，小声说：“今天有件让我心里酸溜溜的事，我把最喜欢的笔借给同桌，结果他给弄丢了，我跟他要，他还说我小气。”听她说完，我立刻就蹲下来，看着她的眼睛，说：“自己最喜欢的笔丢了，肯定特别心疼，而且同桌还不理解你，你心里一定更难受了吧？要不咱们一起想个办法，比如可以和同桌做个橡皮、笔的使用约定，用完就还回来，这样就不会弄丢了。”她点了点头，说：“好呀！我明天就跟他说说，要是他同意，我就再借他东西。”从那以后，女儿越来越愿意跟我分享学

校里的事，从和朋友之间的小矛盾，到被老师表扬时的开心，到作业出错时的小懊恼，她都会毫无保留地向我敞开心扉。

我也渐渐明白，孩子愿意倾诉的前提，是家长先学会“不评价”，放下居高临下的指导，充分和孩子共情，如此孩子才会愿意展露自己真实的内心世界，信任的桥梁也就在这一次次的倾听与沟通中悄然搭建起来。

创造“小确幸”：让爱看得见

在我加班晚归，女儿已经入睡的时候，我会和她的铅笔盒里塞一张便签纸。有时画个加油的小人，有时写“今天数学课举了三次手的姑娘真酷！”第二天，她总会兴奋地打电话跟我说：“爸爸，我回赠了你一颗彩虹糖，在你的枕头底下！”这些藏在日常里的“秘密互动”，让她充分感受到，父母的爱不是监视，而是无论多忙都愿意为她花心思的温暖。

除了这种“秘密互动”，我们还经常会“跟着书本去旅行”。这个暑假，我和女儿便循着课本里有关福建内容的指引，满怀期待地开启了一段温馨的亲子旅行。这次旅行，女儿不仅尝遍福建特产，深入了解了渔女文化，感受了晋江的魅力，更让课本文字变成了鲜活的现实，在她心中留下了难以磨灭的记忆。

学习陪伴：做孩子的“思维队友”

周末的时候，我经常带着她去图书馆“寻宝”。图书馆里有各种各样的书，女儿每次都会直奔儿童读物区，挑选她最爱的《神奇校车》系列，有时候还会再拿几本喜欢的绘本。而我，一般会选《儿童哲学启蒙》或者有趣的科普书，然后找一个安静的角落，和她一起看书。这，已经成了我们父女的一个固定节目。

每天晚上她在家里写作业的时候，我从不紧盯对错，而是和她一起查资料、画思维导图。我还会提前在网上筛选一些有趣的思维题，比如数字拓展题、图形推理题等，待吃过晚饭后，和女儿一起窝在沙发上，边吃水果边一起解题。把枯燥的学习变成有趣的亲子合作游戏，知识自然会在孩子心里生根发芽。

除此之外，我还常常利用碎片时间安排一些渗透式学习。比如每天早餐时，我会打开手机，放一些简单的英语儿歌，女

儿在潜移默化中，也慢慢也记住了一些简单的英语单词。晚上散步的时候，我们会玩成语接龙的游戏，我先说一个成语，她接着往下说，要是她接不上来，我就会给她提示。通过这些方式，女儿渐渐发现，原来学习时不一定要正襟危坐，有些学习方式其实很有趣。这样一来，她原先对学习的一些抵触情绪也慢慢消失了。

参与孩子的“热爱”：走进童心的钥匙

每个孩子都有自己的兴趣爱好，女儿也不例外。

有一段时间，她特别痴迷做手工，每天放学回家做完作业后，就会拿出各种彩纸、剪刀、胶水，坐在桌子前忙活半天，做一些小发卡、小灯笼、小动物之类的手工制品。每当这种时候，我都会主动跟她说：“宝贝，爸爸也想跟你一起做手工，你能教教我吗？”女儿听我这样说，总是特别开心，会立刻拿出彩线，教我编七彩幸运手链等小玩意。

后来，女儿又开始学着养蚕宝宝。从一开始的蚕卵，到孵出小小的蚕宝宝，再到蚕宝宝慢慢长大、吐丝结茧，女儿每天都精心照料着它们，给它们喂桑叶，清理蚕沙。为了更好地陪伴女儿，我也加入了照顾蚕宝宝的行列。我和她一起查阅资料，了解蚕宝宝的生长周期、生活习性，还一起记录蚕宝宝的成长日记。当她发现爸爸不仅允许她“不务正业”，还会为她的“不务正业”搭建平台时，她的眼睛便会闪闪发亮。她眼中的光芒也让我明白：真正的陪伴不是物理空间的共存，而是心理世界的同频。

与家长朋友们共勉

在陪伴女儿成长的过程中，我渐渐明白了一个道理：教育从来都不是一场让孩子追赶“优秀”的竞赛，“优秀”也不是看谁的孩子成绩更好、特长更多，而是一段用陪伴点亮他们生命成长的过程。在这个过程中，我们不需要对孩子有过高的期望，不需要把自己的意愿强加在孩子身上，我们只需要蹲下来，用孩子的视角去观察这个世界，去理解他们的想法和感受。

当孩子明白，无论他们遇到什么困难，身后始终有父母温暖而坚定的目光。当他们在成长的道路上，始终能感受到父母满满的爱：一起亲子共读的夜晚，一起共同破解的难题，一起互相传递的纸条……这些看似平凡的温暖瞬间，终将汇聚成他们未来面对世界的底气。

愿我们都能放下对孩子的苛刻要求，放下作为家长的权威，成为孩子成长路上最可靠的队友，而非冷漠的裁判，用平等的对话和温暖的陪伴，陪伴孩子慢慢长大，见证他们成长过程中的每一个精彩瞬间。

本版照片由作者本人提供

