

# 父教在青少年健康成长中的重要作用

◎ 扈秀梅<sup>1</sup> 王玉梅<sup>2</sup> (1. 山东省淄博市周村区教育和体育局, 淄博 255300; 2. 山东省淄博市临淄区教育中心, 淄博 255300)

**摘要:** 父亲的教育和陪伴对孩子的发展具有独特的价值。父教是男孩阳刚之气的来源, 是女儿未来幸福的源泉, 父教的参与还可以降低母亲的教育焦虑。当代中国家庭中, 父亲的陪伴和教育严重缺失, 从小到大教育和管理孩子的主要是母亲, 父亲则更多忙于工作和应酬。科学的家庭教育和陪伴是一门学问, 父亲要有“让有限陪伴发挥无限教育能量”的方法和决心, 通过“紧一紧”“蹲一蹲”“抱一抱”, 让父教不再缺席孩子的成长。

**关键词:** 父教; 青少年; 陪伴; 沟通

**中图分类号:** G44    **文献标识码:** B    **文章编号:** 1671-2684 (2022) 21-0077-04

在孩子成长过程中, 母亲的作用很重要, 因为“推动世界的手就是推动摇篮的手”, “一个好母亲就是一座好学校”。母亲的作用固然重要, 父亲在孩子成长中的作用同样应该受到重视。《中华人民共和国家庭教育促进法》第二章第十七条明确规定, “未成年人的父母或者其他监护人实施家庭教育……应当共同参与, 发挥父母双方的作用”。

美国父亲角色研究专家泰克教授发现, 人的发展有两个方向: 一是亲密性, 如慈爱、宽容、合作等; 二是独立性, 如勇敢、坚强、责任等。男性与女性的个性差异是相辅相成的, 母亲在培养孩子亲密性方面有天然优势, 父亲在培养孩子独立性方面有天然优势, 父教意味着监督与规则, 也意味着权威与可信赖性, 在没有父亲

参与的情况下, 孩子往往缺乏规则教育与必要的监督; 当遇到难题需要帮助时, 孩子往往会缺乏一个可以信赖与参照的权威与榜样。综上, 父亲的教育和陪伴对孩子的发展具有独特的价值。

## 一、父教在孩子的成长中不可或缺

### (一) 父教是男孩阳刚之气的来源

当今社会一个非常值得警惕的现象就是男孩的阳刚之气日渐丧失。笔者曾经给一个小学一年级男孩做“房树人”的绘画投射心理测试, 他画中的“人”是一个小女孩, 很明显这个男孩对自己的性别认知出现了偏差, 并且这个男孩在言行举止上表现出了非常明显的女性气质。部分教师也反映, 在他们的班级里, 一些男孩喜欢表现出一副娇弱的样

子，做起事来扭扭捏捏，还经常在老师和同学面前撒娇。是什么造成了这一现象？父教的缺失是重要原因之一。刚刚提到的这个男孩，他的主要抚养人是妈妈和姥姥，爸爸也天天回家，但极少参与孩子的教育，回家后不是看手机就是打游戏。

心理学研究指出，一个星期内接触父亲达六小时以上的男孩，他们长大后所从事的活动更开放，更具有进取精神，也更愿意去冒险；男孩在四岁前如果缺少父亲的陪伴，会使他们失去雄心和攻击性，在性别角色中倾向于女性化。加上现在的幼儿园、小学的教师都以女性为主，也是引发男孩危机的一个重要因素。男孩在成长过程中会有意无意地模仿父亲的行为，从而形成鲜明的男性性别特征。父亲在陪伴孩子的过程中，实际是为孩子提供了一种男性的榜样和行为模式，男孩往往把父亲作为未来发展的模型去模仿。所以，要想让男孩更具阳刚之气，父亲的教育和陪伴必不可少。

## （二）父教是女儿未来幸福的源泉

父教对男孩很重要，对女孩也同样不可或缺。家庭教育是否成功的衡量标准之一是将来孩子的婚姻是否幸福，而一个女孩的婚姻关系模板往往来自她与父亲的关系。笔者曾接触过这样一个女孩，她从小就频繁受到父亲的打骂，她恨透了父亲，只想快快长大早点儿脱离父亲的魔掌，但令人非常意外的是，最后她却找了一个像父亲一样喜欢暴力的丈夫。

难道她有受虐倾向吗？并非如此。暴力的父亲会造就一个充满恐惧和缺乏安全感的女儿，她会急切地向外寻求保护。这类女孩往往会早恋或者早婚，去寻求自己生命中的另一个保护伞。出于内心的不安全感，在现实当中她会找一位看上去比较强悍的男性，希望能从他的身上找到在父亲那里未能获得的安全感和依赖感。但是在真正与这类男性接触当中，这个女孩又会不知不觉地在两人之间营造一种她最熟悉的感觉，就是她与父亲之间的感觉——打与被打，因为这种感觉她最熟悉，这种熟悉的感觉维系着女孩与丈夫的日常关系。

女孩对男性的认识往往是从父亲开始的，早期的父女关系往往是女孩处理异性关系的模板。父亲

对女儿的影响从童年一直延续到成年，女儿往往从父亲身上的男性品质中寻找未来生活的参照，在寻找恋爱对象时，会有意无意地把目光聚焦在那些与父亲相像的异性身上。父亲是否陪伴女儿，以及在陪伴女儿的过程当中给她一种什么样的感觉，决定着女儿未来的婚姻是否幸福。

## （三）父教可以降低母亲的教育焦虑

当今社会，在很多家庭中，孩子的教育和管理几乎由母亲全权负责，而大多数母亲也要忙于工作，在教育孩子的过程中如果没有人可以分担和商量，特别容易陷入焦虑。一个焦虑的母亲的存在，对孩子对家庭来说都不是一件好事，而如果父亲与母亲的教育与陪伴同时并存，那会是一种有效的平衡与纠偏机制，可以互相补充，防止家庭教育走向极端。

一位母亲发现儿子作业潦草、错误很多，不禁怒火中烧，要去训斥正在外面玩耍的儿子。恰恰此时父亲回来，两人一起看了作业，客观地讨论了一下，发现错误率并没有那么高，做对的题目也不少。父亲还幽默地说：“试卷太简单，儿子没好好做而已。”

这位母亲焦灼的情绪一下子被抚平了，找孩子算账的念头也消退了。父亲的在场，既提供了一个容器帮母亲分担了焦虑情绪，又把她拉到相对客观的距离，化解了一场亲子危机。二元关系会互相贴合，三元关系则会互相制衡，变成一个有空间的三角形。家庭中，父亲的重要作用是撑开母子关系，让母子关系不至于坍塌。母亲的天性是靠近，父亲的功能是分离。父亲的在场，能把母子从精神上分开，在一定程度上解放了母亲和孩子。

## 二、父教现状

在当代中国家庭中，父亲的陪伴和教育是严重缺失的。笔者从事青少年心理健康工作十余年，在心理咨询工作中发现，有95%以上的案例都是母亲首先打来电话或陪孩子来做咨询；来访的大多数青少年反映，从小到大教育和管理自己的主要是母亲，父亲则忙于工作和应酬。

一个四年级男生考试时作文一个字都没有写，成绩下滑，被妈妈带来咨询。在与笔者的交流中，

男生说那次作文的题目是“我的父亲”，而他父亲很少回家，好不容易回家一次，对他不是打就是骂，因为父亲最关心的是他的成绩，在父亲眼里他的成绩总是很差。男生说他盼着父亲回家又害怕父亲回家，心里有说不清的滋味，那篇作文他不想写，更不知道该怎么去写。

一名高中男生父母离异，他从小学三年级起就再没见过父亲，在给父子关系打分（0~10分）的时候说：“我们之间没有什么关系，也就没有什么分，如果非要打一个分的话，那就是负分，-10分！”一名初中女生在谈到自己的父亲时说：“我印象中的爸爸一直在家里的电脑桌前打游戏，我对他没有太多感受。”《2017中国家庭亲子陪伴白皮书》显示，在当代中国家庭中，父亲对孩子的陪伴和教育严重缺失，父亲陪孩子时间较多的家庭仅有13%。

网络辩论节目“奇葩说”有一期的辩题是：“爸爸如果每周陪伴孩子低于12小时，就被取消爸爸称号，你支持吗？”孩子们的答案异常一致——不愿意，理由是“他是我的爸爸，爸爸工作辛苦太不容易了”。有的孩子直接回答：“我不支持，因为我不敢，我怕如果爸爸做不到，我就没有爸爸了。”孩子们的话令人心酸。在此，笔者呼吁父亲们在孩子还需要你、想接近你的时候再靠近孩子一点儿。山东济南舜耕小学在2011年组建了家长委员会，最初的想法就是借家委会组织起所有的父亲来，让他们以各种形式参与到孩子的教育当中，呼唤父爱，呼唤父亲归位。

### 三、父亲如何做好陪伴

科学的家庭教育和陪伴是一门学问。它不以朝夕相处为标准，更不局限于某一种形式。父亲要有“让有限陪伴发挥无限教育能量”的方法和决心，让父爱不再缺席孩子的童年。

#### （一）紧一紧，让时间有保障

忙于工作和应酬的父亲，可以尝试提高你的工作效率，向工作里的每一分钟要效率，避免拖延和闲聊，下班后推掉那些不必要的应酬和娱乐，能通过电话谈的事就减去无谓的见面，时刻记得家中的孩子需要你。尤其是年轻的父亲，要高度重视孩子的早期教育，千万不能借口工作忙而忽略对孩子的

教育与陪伴。

珍惜早上时光，早起做功课。父亲们要记得孩子最活跃和心情最好的时间是早上，如果父亲们能早些起床，与孩子一起吃早餐，一起聊天，送他上学，那将会让孩子一整天的心情都是愉快的。同时，父亲要安排好时间按时参与曾承诺孩子的事，如参加孩子学校的亲子运动会、孩子的演讲比赛、班级家长活动等，你的参与对孩子来说是爱、是重视。建议父亲们把这些重要活动日标记在日程表里，时刻提醒自己，这样就不会因为工作忙忘了而留下遗憾。

此外，还可以进行“时空重叠”，即利用寒暑假时间，邀请孩子参与你的工作，在工作中培养亲子感情，开阔孩子的视野，树立父亲正面的形象。笔者认识一位长途汽车司机林师傅，他多次利用寒假带着女儿跑长途，路上大雪纷飞，车出了毛病，他用了一个多小时修车，眉毛和胡子上都挂满了霜，手也被冻裂了，女儿提着灯一直陪在他身旁。父亲坚忍不拔的精神给女儿做了很好的榜样，读大学期间，女儿不要父亲一分钱，靠自己打工和挣奖学金完成了所有学业。

#### （二）蹲一蹲，让父教有质量

在家庭教育中，父亲们喜欢把自己放在权威的位置上，忽视孩子的想法和感受，更未想过要把自己和孩子放在同一高度去沟通和交流。“蹲下身子”，既指从内心放下父权的高高在上，又指真正蹲下来，视线跟孩子保持同一高度，让孩子感觉与父亲之间不单是家长与孩子的关系，还是彼此要好的朋友和伙伴。父亲“蹲下身子”，从孩子的高度与角度来看世界，就会发现成人世界里有许多需要修正的地方，就会在洞悉孩子心理的同时，让孩子感受到父亲的信任，获得内心的满足。

一个初三女生因为没有较强的学习动机在父母的陪同下来咨询。女生成绩在班级前十名，父母都是教师，对女儿要求极高。尤其是父亲，在学校任政教处主任，回到家往往很难转换角色，对女儿像在学校管理学生一样，要求女儿时时处处高效、有序。疫情居家24小时跟女儿在一起，“负责任”的父亲发现了女儿的一大堆问题：作业写

得慢，每天晚上都要写到12点；早上起不来，叫三遍还不出来吃饭；听网课效率低，总爱眼望窗外，心思都不知道飞到哪里去了；没有学习紧迫感，马上就要“小中考”了，还整天不紧不慢；偏科严重，政治、历史不及格，全凭语文、英语提分……于是网课期间，家里经常充斥着父亲大声呵斥、女儿反驳和哭泣的声音。咨询中，女孩说父亲每天的“挑刺”让她很不舒服，让她感觉总是被监视，没有自由，在家比在学校还压抑，不分青红皂白的斥责更是让她觉得委屈。父亲总是摆出一副高高在上的“政教主任”的样子和一副瞧不起她的样子，不给她任何分辩的机会，让她感觉一点儿自尊都没有。她不喜欢和父亲在一起，甚至拒绝跟父亲一起来咨询。

初中生已踏入青春期，自我意识觉醒呼唤他们要做独一无二的自己，这时候的孩子最不喜欢父母对自己指手画脚、吆来喝去。案例中的这位父亲没有“蹲下身子”——在家没有及时转换角色，没有放下政教主任的架子，没有真正理解青春期孩子的内心需求，没有站在女儿的角度去考虑女儿的感受。所以，虽然他的一切言行均出于爱，效果却南辕北辙。

### （三）抱一抱，让父教更暖心

美国语言学家艾伯特·梅瑞宾研究发现，人与人之间的沟通，7%通过语言，93%是通过非语言进行的，沟通的效果=7%语言+38%的声调+55%的肢体语言。对于孩子来说，肢体语言比口头语言更有力量，而拥抱是最柔软、最有力量沟通方式。肌肤之亲是人类的一种基本需求，常被拥抱和亲吻的孩子，比那些长期被冷落在一边且无人碰触的孩子更容易发展出健全的感情生活。在拥抱的时候，身体会释放出一种激素——内啡肽，这种激素能够使人平静下来，产生幸福感。

有人曾经做过一个关于“父亲的拥抱”的调查，最后的结果是，父亲拥抱孩子后孩子会更有安全感，父亲的拥抱对孩子来说，意味着温暖，更意味着认可。卡尔·威特说：“孩子有时候希望在心理和情感上保留一些自己的空间，在他感情波动很大，非常需要安慰而不是提问时，在这些时候，我

会拥抱、抚摸儿子，传达给他沉默而温暖的信号。”有时候毋庸千言万语，父母的一个拥抱就可以治愈孩子心灵上的创伤。

在孩子年龄尚小的时候，大多数父亲喜欢把孩子搂在怀里呵护有加，随着孩子长大、长高，父亲抱不动了，觉得孩子不再需要拥抱了，于是就收回了自己的臂膀和胳膊。如果说小时候的孩子和父母是一棵连体树的话，那么进入青春期的孩子正在和父母走向分离，渴望成为一棵独立的树。精神上的分离与独立是必须的，但心理和身体上的联结就此断开的话，尚未完全成人的孩子的内心会产生强烈的孤独感，这种孤独感会结成一张网，密密实地隔离在父母和孩子中间，亲子之间可以望得到彼此，却无法触摸和拥抱，这也是青春期孩子叛逆的原因之一。

所以，建议父亲在孩子早上起床、放学回家、晚上睡觉时，给孩子一个安心的拥抱；在孩子生病、失败、害怕、紧张时，给他一个支持的拥抱；在孩子进步、成功时，给他一个赞赏的拥抱。中国人表达情感向来含蓄，不善于用太多亲密的肢体语言传达自己的感情，尤其是父亲。如果你是一位父亲，你还记得最近一次拥抱你的孩子是什么时候吗？

英国著名文学家哈伯特曾说：“一个父亲胜过一百个校长。”美国前总统奥巴马曾在一份声明里说：“身为两个女儿的父亲，我知道，作为一名父亲是任何一个男人最重要的工作之一。”每个父亲都深爱着自己的孩子，为了孩子的健康成长，为了让孩子有一个更好的未来，父亲们有必要担当起自己的职责。

### 参考文献

- [1]孙云晓.好好做父亲[M].北京:中信出版社,2012.
- [2]樊登.读懂孩子的心[M].北京:中国友谊出版社,2019.
- [3]卡尔·威特.卡尔·威特的教育[M].刘恒新,译.台北:笛藤出版社,2001.
- [4]艾伯特·梅瑞宾.奥妙的人体语言[M].汪福祥,编译.北京:中国青年出版社,1988.
- [5]李文道,孙云晓,赵霞.父教缺失的研究现状及应对策略[J].中国特殊教育,2009(10):73-77,96.