

以“有趣”为钥，长沙“非合格”爸爸的家教新方式

今日女报/凤凰网记者 罗雅洁 赵启祺

周末清晨，7岁孩子攥着李晟的手开心地提议：“爸爸，我们去米粉厂看米粉怎么做吧！”这样的“探秘请求”，在长沙爸爸李晟家早已是日常。

从湖南卫视《新闻大求真》里带孩子做科普实验的记者，到如今的“好奇爸爸”，李晟带娃走进垃圾焚烧厂、污水处理厂，在生活化场景里解锁成长道理；在家用矿泉水瓶造“春天”，用科普实验普及科学知识，把平凡日子玩出趣味。这位一直在思索怎样才算“合格爸爸”的父亲，正用“有趣”作钥匙，带着孩子在探索中成长。



扫一扫，观看视频

有趣是打开孩子世界的钥匙



李晟做科普记者时天天和孩子们打交道。

为何自称为“好奇爸爸”？李晟的答案简单又真挚：“每个孩子都是天生的探索家，藏着满肚子的好奇心。作为爸爸，我不想只做‘观察者’，更想蹲下来和他一起玩，永远保持对世界的新鲜感。”这份育儿理念，源于他在《新闻大求真》8年的记者经历——

那段时光，成了他读懂孩子的“启蒙课”。

“现在回想起来，其实是孩子在教我怎么做事。”李晟笑着回忆，那段日子里，他带着科普道具走遍全国乡镇与农村，和孩子们一起做实验、探自然。“那时候我还是个单身汉，却天天跟孩子打交道。”李晟笑着回忆，也是从那时起，他摸清了孩子的脾性——若内容不够有趣，孩子的注意力会立刻“出走”，“完全不和你讲客气”。

在常德石门，他结合当地自然保护区的水资源，带孩子们用水滴观察

水中寄生虫；在甘肃的黄土高坡，他用尿不湿里的聚丙烯酸钠，告诉孩子们怎么节水保水……“我们不想做脱离生活的实验，要让孩子知道，科学就在身边。”8年里，李晟不仅给孩子带去知识，更从孩子身上学会了“以趣为先”的沟通方式，这也成了他后来育儿的敲门砖。

疫情期间，居家的日子让李晟萌生了做自媒体的想法。“当时周围的家长们总愁没地方带孩子玩，我之前常和工厂、消防部门打交道，就想着带孩子们去看看。”李晟把带孩子“探秘”的过程拍成视频，没想到意外收获了家长们的喜爱。有人从线上聊到线下，和他结伴带娃出行。如今的“好奇爸爸”，早已不只是李晟记录育儿日常的账号，更成了家长们交流“遛娃攻略”、分享教育理念的温暖社群。

父亲是家庭的“情绪定海神针”

“做情绪稳定的爸爸，是我当父亲后最重要的课题。”在“好奇爸爸”账号里，“情绪稳定”是李晟反复强调的一个关键词。

李晟坦言，自己并非天生脾气好，是孩子让他学会了控制情绪。他发现，若自己情绪急躁，孩子会模仿，家庭氛围也会变得紧张；反之，自己冷静耐心，孩子也能学会好好沟通。

面对孩子调皮捣蛋的“抓狂时刻”，李晟和妻子有个分工原则：“我处理不好就让她上，我先走开找别的事做，等情绪平复了再沟通。”他还发现，运动和社交都是调节孩子情绪的好方法。这个暑假，孩子参加足球训练班，和三年级的哥哥们一起踢球，慢慢学会了在集体中找到自己的位置，“他发现，自己和哥哥们大喊大叫是没用的，解决问题更重要。”

李晟说，他和妻子会经常总结育儿中的问题，朝着“让孩子更好”的共同目标努力。在他看来，情绪稳定不只是对孩子负责，也更有利于自己的成长——处理家庭情绪的经验，让他在工作中与同事相处时也更加从容。

如今，李晟依然带着孩子探索生活中的新鲜事。他说，自己不是什么教育专家，只是个和孩子一起成长的“学生”。“孩子教会我怎么当爸爸，我陪着孩子慢慢长大。”双向奔赴的成长，或许就是家庭教育最棒的样子。



李晟是儿子最好的玩伴。

在逛超市、探工厂中成长

“目的地一定要贴近生活，不然再新奇也没用。”这是李晟选择“探秘”地点的核心原则。他带孩子去过垃圾焚烧厂，让孩子明白日常垃圾的去向；去过污水处理厂，跟着水流走过滤、净化的每一步；走进米粉工厂，追溯每天早餐米粉的诞生；甚至在家门口的米粉店，他会鼓励孩子主动采访养育了四个孩子的老板，听老板讲述自己的养育故事。

“光看不够，得让孩子能‘输出’。”李晟告诉记者，为了让体验不流于表面，他每次都会提前“备课”。去消防站参观，他不只是让孩子看设备，更会拆解“战斗力”的含义——指着消防员叠得方方正正的被子、摆得整整齐齐的装备，告诉孩子“自律和纪律，才是保护自己、帮助别人的底气”。“孩子看完能回家和同学‘吹牛皮’，说明

他真的懂了。”

不少家长想效仿李晟的教育方式，却苦于时间、精力或经济条件有限。对此，李晟笑着说：“不一定非要去远方，家门口的小天地、甚至是家里也能玩出花样。”

他曾和孩子一起自制摘李子的工具，在家楼下摘李子、分享果实；也会在孩子的书桌上用矿泉水瓶自制一个“春天”；在小铲子上放巧克力酱吸引孩子起床；陪孩子玩电脑游戏“吃鸡”，慢慢地，孩子觉得“屏幕里的游戏不如真人有趣”，反而爱上了和爸爸一起玩真人CS。“孩子爱玩游戏不可怕，关键是家长要学会引导，把兴趣从屏幕拉到生活里。”

“陪孩子的核心是‘有趣’，是和他一起做他喜欢的事。”李晟不主张“鸡娃”，他认为孩子首先要成为“情绪稳

定的人”，然后找到自己喜欢的事，有自己的人生目标。“我儿子不用成名成家，如果他以后想当厨师、开烧烤店，只要他能沉浸在自己喜欢的事情里，活得开心，就很好。”

偶尔，他也会带着孩子“逃课”：秋天时去追最后一片落叶，春天去看第一朵花，甚至专门去北京看天安门。“低年级学业压力小，‘行万里路’的体验能让孩子更自信、更敢表达。现在我儿子7岁，和18岁的表哥聊天时，能大方分享自己的见闻，两个年龄差这么大的孩子，也能聊得热火朝天。”

但他也强调了“读万卷书”和“行万里路”之间的平衡：“学校的系统知识不能丢。”李晟的妻子是老师，在孩子上小学后，除了带孩子体验世界，他们也在狠抓书本知识，尤其是阅读能力，“至少要达到平均水平”。

“严父”变“暖爸”！长沙市天心区创新家庭教育指导服务模式

今日女报/凤凰网（通讯员 黄曲）家庭是孩子第一课堂，家长是第一任老师，家庭教育影响孩子一生。2025年，长沙市天心区“向阳花”家庭教育咨询指导团队秉持“精准赋能、用心护航”理念，为家长提供专业指导，化解亲子矛盾、缓解教育焦虑，助力家长成孩子“良师益友”，黄先生（化名）就是受益者之一。

黄先生是天心区转业两年的

退伍军人，工作雷厉风行，教育两个儿子却遇难题。大儿子五年级，内向刻苦但学习效率低；小儿子一年级，活泼好动自控力弱。黄先生习惯用纪律要求孩子，与妻子教育理念不同，常生矛盾。他求助时表示，困扰他的是大儿子成绩下滑、可能早恋及孩子沉迷电子产品问题。

针对此案例，“向阳花”团队为黄先生定制“三次干预、重点突破”方案。第一次指导，

打破沟通坚冰。老师肯定其教育积极性，用“动机式访谈”技术让他看到改变可能，通过“三明治沟通法”训练和“纯倾听”作业，让他学会用好奇心和理解对待孩子，还布置观察孩子任务，他因此发现了孩子的专注。第二次指导，因材施教巧引导。老师用儿童气质类型理论帮他理解儿子先天差异，用“特质重贴标”重构孩子特质并制定差异化策略，建议他陪小儿子做“无意义”

的事，父子看蚂蚁搬家让他有所触动。第三次指导，建立规则有温度。针对电子产品管理难题，老师设计“管理三步曲”，教授“情绪温度计”技术，帮助他冷静避免冲动教育，主动表达爱。系统指导后，家庭关系变化显著，亲子沟通时间增加，家庭冲突、电子产品使用违规率下降，父母亲情绪稳定性提升，孩子情况改善，夫妻教育理念趋同。三个月后，孩子表达了对他的认可。

据悉，截至2025年9月，天心区妇联“向阳花”家庭教育咨询指导项目已服务家长150余人次，众多家长反馈，通过参与项目，他们在教育孩子方面更加得心应手，亲子关系也得到了极大的改善。未来，天心区妇联“向阳花”家庭教育咨询指导项目将继续秉持“精准赋能、用心护航”的服务理念，不断探索创新，为更多的家庭提供优质、专业的家庭教育指导服务。