

编者按



生活中,你和孩子斗智斗勇过吗?家长绞尽脑汁想让孩子听话、懂事,希望他成为自己心目中“完美”的孩子,但有的时候并不如愿。父母之爱子,则为之计深远。为什么我们很爱孩子,孩子却离我们越来越远?

今日女报/凤凰网全媒体专栏《辣妈研习院》聚焦网络热点亲子教育话题,特邀亲子教育专家细致剖析孩子的成长问题,缓解育儿焦虑,助你用智慧和爱陪伴孩子成长。

家庭教育·咨询互动类栏目

家教研习院



爸爸带两娃从深圳徒步回长沙

近日,深圳一位吴先生带着一儿一女徒步回长沙的新闻,成为网络热议焦点。据报道,吴先生的徒步计划筹划了两年,他主要想通过长途徒步磨炼两个孩子的毅力,帮助他们养成做事有始有终的好习惯。这段不寻常的家庭旅程引发广泛关注与讨论,网友评价呈现两极分化:有人认为这是对孩子的必要锻炼,能培养毅力和责任感;也有不少人质疑这种做法过于严苛,属于“没苦便吃”。实际上,吴先生的做法并非个例。近两年来,已有不少父母尝试通过带孩子长途徒步的方式开展教育,希望通过这种独特形式让孩子在身体和心灵上都得到成长与磨砺。那么,这种教育方式真的有效吗?它对孩子成长的长远影响又究竟如何呢?

王建平博士家庭教育

从身体层面来看,长途徒步无疑是对孩子体能的极大挑战。徒步过程中,孩子们需要克服身体疲劳,适应不同的路况和天气变化,这种锻炼能够增强体质,提高身体耐力和抵抗力。同时,徒步中孩子们要自己背负行囊、合理安排物品,这也在无形中锻炼了他们的身体协调能力和负重能力。长期坚持这类活动,孩子们的身体素质会得到显著提升,为今后的健康成长打下坚实基础。

从心理层面分析,长途徒步给孩子带来的影响同样深远。面对漫长而艰辛的路途,孩子们需要不断给自己加油打气,克服内心的疲惫和放弃的念头。每一次成功坚持走完一段路程,都会让他们获得强烈的成就感,这种成就感会转化为自信心,让他们相信自己有能力克服生活中的其他困难。

从亲子关系角度而言,长途徒步也为父母和孩子提供了绝佳的相处机会。徒步的日子里,亲子朝夕相伴,一起欣赏沿途风景、分享美食,共同经历困难与快乐,这种专属的共同经历会让亲子

感情更加深厚,彼此也能更深入地了解对方。

然而,我们也不能忽视长途徒步可能带来的问题。比如,孩子的身体发育尚未完全成熟,过度徒步可能会对骨骼、关节等造成损伤;如果徒步计划安排不合理,孩子还可能因过度疲劳产生逆反心理,反而达不到教育目的。更值得深思的是,一次长途徒步未必能给孩子带来长久的积极影响——毕竟生活的教育从来不是单一的“挑战”或“极限”,而是源于日常生活中点滴的积累与呵护。

因此,父母们不妨将亲子徒步作为增进亲子关系、培养孩子意志力的常规方式,而非仅作为一次极限挑战。可以选择在周末或假期,结合孩子的年龄和体力状况,规划合适的短途徒步路线,合理安排行程。这样既能让孩子在徒步中锻炼身体、磨炼意志,又能避免过度疲劳对身体造成伤害。同时,日常徒步中父母也能有更多时间与孩子交流,了解他们的想法和需求,进一步加深亲子感情。

家庭教育·成长改变类栏目 名“家”解读

杨振宁女儿温情回忆:他是有趣的爸爸

文/小清

10月18日,举世闻名的物理学家、诺贝尔物理学奖获得者杨振宁先生与世长辞,享年103岁。

或许是他本人的人生传奇太过耀眼,让人们险些忽略了他作为父亲的温情一面。杨振宁与第一任妻子杜致礼育有两子一女,子女们尽管未继承他的物理志向,却在各自领域卓有建树:长子杨光诺成为量子计算机专家,次子杨光宇获化学博士学位且是金融行业英才,女儿杨又礼身为医生,曾随无国界医生组织远赴非洲行医。

这位物理泰斗究竟是怎样的父亲?他又以何种方式培育子女成才?

1 尊重每个孩子的兴趣与选择

杨振宁曾在多个场合表示,他的一生受父亲杨武之的影响很深,其中包括教育理念。杨振宁的父亲杨武之,是中国第一位留美数学博士,回国后任教于清华、复旦、西南联大等多所高校,鼎鼎大名的数学家华罗庚、陈省身都是他的学生。

杨振宁在自传中提到,他小时候数学就显示出过人天赋,但父亲杨武之并没有急着教他高等数学,反而在他初中一二年级的暑假,请了清华大学历史系的高材生丁则良来教他《孟子》。他说:“那段经历对我这一生思路的方向,有决定性的影响。”

杨武之知道儿子有天分,学数学是迟早的事,但他更看重的是,在孩子心智成长的初期,用经典的人文思想打下人格与思维的底子。

这种不功利的“慢教育”方式在杨振宁身上得到了延续,他同样没有强迫子女走自己设定的道路,而是尊重每个孩子的兴趣与选择。

女儿杨又礼在父亲的自传中回忆:“对于我们的学业和工作,父亲都相当随我们。”

长子杨光诺对计算机产生浓厚兴趣时,杨振宁并未因自己从事物理研究就要求儿子继承衣

钵,反而鼓励他探索新兴领域;次子杨光宇从小就对化学表现出浓厚兴趣,还在房间里打造了一个小化学实验室。杨振宁敏锐察觉到孩子在这方面的天赋和热情,并没有因为担心实验的潜在危险而强行制止,而是选择支持孩子的兴趣。尽管杨光宇的母亲杜致礼会担心化学实验可能会炸掉房子,但杨振宁依然尊重孩子探索化学世界的意愿,这种态度为杨光宇进一步发展自己的兴趣提供了空间。

女儿杨又礼决定从医时,杨振宁亲自带女儿参观医院实验室,让她直观感受医学的魅力。

作为物理界的泰斗,杨振宁没有将自己未竟的科研理想强加于子女身上,而是以开放包容的心态支持他们追寻内心所爱,他始终扮演着引导者和支持者的角色,而非决策者。

杨振宁的尊重和理解,让子女们在各自的领域里自由翱翔,绽放出了属于自己的光彩。

2 发现人生的偏好

“发现偏好”是杨振宁教育观的核心。

杨振宁在清华座谈时,有学生问他:“如何在短时间内找到适合自己的方向?”

他笑着讲了个故事:“我小时候,父亲教我鸡兔同笼、韩信点兵这些数学问题,我学得很快,也很喜欢。后来我有了孩子,我也教他们这些,他们同样学得快。但不一样的是,一年后,他们忘得一干二净,而我还记得。这不是训练的问题,而是我天生对数学的结构敏感,觉得这些东西妙不可言。我的孩子没有这种感受,所以他们最终也没走上数学或物理的路。”

他总结说,一个人对某样东西有“天生的偏好”,如果能发现并培养它,那将是非常幸运的事。

他在不同场合都提过自己的“发现偏好”理论:“一个孩子、一个年轻人,他感兴趣的东西,通常是他能做好的。所以,一个人的教育方向和人生偏好,多半是他自己找到的。”

这让我们想起现在不少家长的做法:孩子内

向,就报口才班练习胆;孩子活泼,就报书法班磨性子。仿佛总想“修正”孩子的天性。

而杨振宁的做法恰恰相反:给孩子环境,让他自由尝试、自由探索;家长要做的,是观察、支持,而不是干预。

3 一个有趣的父亲

尽管科研工作繁忙,但杨振宁非常重视陪伴家人。

在女儿杨又礼的记忆里,父亲下班回家后总爱和孩子们玩在一起:他会躺在地上,让孩子趴在他身上摇晃着玩“模拟地震”;也曾在“骑马打仗”游戏中不慎撞破小儿子杨光宇的头,留下至今可见的疤痕。

对于他们的学业,杨又礼回忆,杨振宁虽然不会给很多压力,但十分关注他们的学习和阅读。杨又礼说,小时候,父亲曾特意画了一张漫画来跟她沟通,问她选择用哪一种方式来面对功课和玩耍的平衡问题。杨振宁一直都留着这些漫画,多年以后还把这些资料装订起来寄给了杨又礼,让她既意外又感动。儿女成年后,杨振宁有一次还问女儿,他是一个怎样的爸爸。杨又礼的答案是“fun father”(有趣的爸爸),杨振宁对这个答案非常满意。因为这表明女儿愿意亲近他、乐于和他交流,他成功走进了女儿的内心世界,建立起了亲密、和谐的亲子关系。

受父亲杨武之的影响,杨振宁也十分重视对孩子人文素养的培养。他认为一个完整的灵魂需要理性与感性的均衡滋养,所以不会只注重孩子在科学知识方面的学习,而是希望他们能在人文、历史、哲学等方面也有一定的涉猎和理解,从而具备更广阔的视野和更丰富的内心世界,实现全面发展。

回头看,杨振宁用自己的一生,书写了一部关于爱与教育的传奇,让我们看到了一个科学家背后,那个温和、有趣、充满爱的父亲形象。



扫一扫,
看更多明星成长故事