

## 父亲节前,6位父亲谈怎样做个好爸爸

## 他们说:要做好爸爸,先做好丈夫

## 专家:父亲缺位可能导致母亲焦虑孩子失控

每个父亲,都想当个好爸爸;每个孩子,都盼望有个好父亲。这个周日是父亲节,昨天下午,海曙区“海尚最美家庭”的6位父亲来到宁静港湾婚姻家庭指导中心。这6位好爸爸聊自己和孩子的故事,有暖心的,也有后悔的,怎么做个好父亲,他们有着自己的心得体会。

## 最要紧 要做好爸爸,先做好丈夫

怎么做个好爸爸,是很多人都关心的问题。可是,现场的好爸爸们都认可一件事——要做好爸爸,先做好丈夫。

“要想家里气氛好,做爸爸的开心还不够,老婆开心了才能一家人开心。”6位父亲中的蒋杏国这样概括。

他一直记得,原本不爱旅游的妻子在他的“怂恿”下旅游回来,说起最开心的事——“在外面,碗盏就不用洗了。”

“这个说法,很多人可能想不到吧。可见,她平时在家里做了多少琐碎的家务,为这个家付出了多少。”蒋杏国说,妻子往往承担了很多繁杂的家务,对大多数家庭而言都是如此。如果妻子很疲惫、不开心,家里的气氛就不会好,孩子也难

以好好成长。要想做好父亲,要先做好丈夫,帮妻子分担,让妻子开心。

蒋杏国分享说,让妻子开心的主要方法有:带妻子旅游,陪着她看世界;把妻子的父母当成自己的亲生父母孝顺等等。

现在,夫妻俩一年退休金的大部分都用来旅游,每周都会去看丈人丈母娘一次,每次旅游回来都给丈人丈母娘带礼物。

“孩子从小在幸福的家庭长大,以后才会珍惜自己的家,经营自己的家。”另一个爸爸补充说。



严勇杰 绘

## 最自豪 要孩子做到的,自己先做到

这些父亲的孩子,有的是行业内的翘楚,有的年薪可观。

他们在育儿上,最有成就感的是什么呢?

记者注意到,6位爸爸都没有谈孩子的学历、工作、收入等人们经常理解的成功元素,而是不约而同地提到一点——“要孩子做到的,自己先做到”。

陆庭祥和妻子都是中国美院毕业的,一个专攻油画,一个擅长国画,是很多人眼中的神仙眷侣。

他说:“我没听过孩子说骂人的话。我不抽烟不喝酒,孩子也不会抽烟喝酒。我平时在家里爱看书,他也很爱看书。”

几乎每个爸爸都附和了“不说脏话,不抽烟喝酒”这点。

爸爸们又是怎么引导孩子培养起这些品质,养成良好习惯呢?

爸爸们的一致回答是——以身作则。

俞国华说:“我儿子36岁了,从来不骂脏话,

基本上每个周末都会去敬老院看爷爷。而不是像一些孙辈,一年才去敬老院一两次,甚至压根不去。他能做到这些,是我最有成就感也最自豪的事。他收入蛮高,但不买奢侈品,不浪费。我看重他这些品质,比他一年赚多少钱重要得多。”

李持平说:“做父亲,最要紧的是以身作则,要孩子做到的,自己先做到。我从一线工人做起,做到技师,坚持的就是两点,一是做什么事情就要做好,二是做事情要有始有终。这也是我对我孩子最大的影响。”

宁静港湾婚姻家庭指导中心的负责人和记者分享了一个花絮:“我和这些父亲都不认识,昨天晚上6点多临时打电话邀请他们参加今天的座谈活动。打电话前,我也很忐忑,这个时间点,很多人接到陌生电话会不耐烦。工作日的临时活动,很多人会推辞。可这些爸爸,每个人都很有礼貌,而且,都爽快答应参加。虽然是小细节,可也让人看到他们平时待人接物的一面。”

## 专家观点

## 警惕“丧偶式育儿”对孩子的伤害

“宁静港湾”志愿者、心理咨询师倪婷也出席了昨天的活动。对于在场父亲在育儿中的表现,她表示赞赏:“时下不少家庭中有一种现象,叫丧偶式育儿,也就是说,父亲在家庭中是缺位的,他可能在工作中大展拳脚,在家里却没有发挥多少作用。父亲缺位,会导致母亲焦虑,进而导致孩子失控。”

父亲对孩子有多重要?答案可能超出父亲的想象。倪婷表示,母亲的主要作用是带给孩子安全感,让孩子对人对事抱有信任,而父亲的主要作用是促成孩子的自我认同,让女孩更有魅力,让男孩更自信,“我们经常发现,对于一些大孩子来说,父亲说一句,抵得上母亲说十句。并不是因为父亲偶尔才说一句,那一句就特别重要,而是因为孩子天生渴望父亲的肯定。父亲的态度对于孩子来说意义重大,即使他今后在成长过程中遇到挫折,父亲多年前的一句表扬,也可以令他直面困难,在关键时刻给他力量和底气。”

不可取的做法是,父亲一直以事业为借口,在家庭中玩“失踪”,等到孩子都大了,到青春叛逆期了,父亲就“空降”到孩子面前,命令孩子不能这样,不能那样。试问,那个孩子会买账呢?

## 父亲回归家庭,不能是一句空话

父亲投身工作,是希望给孩子创造更好的经济条件,这一点不假。但工作狂的背后也可能是一种逃避。

倪婷解释,父母不是天生的,而是要经过学习,一些父亲回到家中,面对孩子,往往有束手无措的感觉,于是又“逃”回了工作,久而久之,形成了恶性循环,演变为“事业上的巨人,家庭中的矮子”。

针对丧偶式育儿带来的种种弊端,倪婷呼吁,父亲要回归家庭,起码也要保障一天半小时左右的陪伴,这里所说的陪伴是高质量的陪伴,是全身心投入的陪伴。而不是孩子在自己玩玩具,父亲在旁边刷手机。

父亲带孩子,还要发挥自己的特色,亲子活动的内容要错开。比如,母亲陪着孩子亲子阅读,父亲就不要再亲子阅读了,可以带孩子去打打球、爬爬山,展现力量好让孩子更崇拜自己。

夫妻双方还要弄清楚一件事,那就是夫妻关系要大于亲子关系。父亲、母亲、孩子之间的关系应该是个铁三角。没有良好的夫妻关系,就很难有良好的亲子关系。父母之间的紧张气氛,孩子是第一时间感受到的,也会在他们的成长过程中留下难以磨灭的烙印。这样的家庭,很难培养出快乐、平和的孩子。这样的孩子容易早恋、学坏,长大后,也容易重蹈父母的老路。

在父亲回归家庭这件事上,妻子也有自己的任务。一方面,要适时“邀请”丈夫回归家庭,丈夫在处理一些家庭事务中也要给予鼓励。体会到家庭的“甜”,男性也会更乐意将时间和精力匀给他身边最重要的人。

记者 董程红 王颖

## 最难忘 一封信,让孩子成绩迅速提高

教育孩子是个漫长的过程。每个爸爸,都有自己的教育方法,有很多难忘的故事。

时隔多年,蒋杏国仍记得当时写给孩子的一封信。

“当时,我在象山工作组工作,孩子读高二,快高三了。平时,他的成绩在班上排在十多名。那次,老婆写信来,很焦急,说儿子成绩跌到了第46名,怎么办?当时,我没办法回家,于是给儿子写了一封信。信里,没有一句责备。我跟儿子说,爸爸相信,46名是暂时的。关键是,你要问自己两个问题,是不会还是粗心?接下来怎么办?

爸爸相信,弄清楚这两个问题,你的成绩会飞跃的。”蒋杏国欣慰地说,这封信对儿子触动很大,等到高考前的模拟考时,儿子的成绩已经是班上数一数二的了。

儿子本科毕业后,在浙江纺织服装职业技术学院当老师。蒋杏国说:“你自己是本科学历,在高校当老师,以后学校升级了,你还是本科学历不太合适吧?”此外,没有多说的。

这背后,蒋杏国认为,自己的经历也对孩子起到了鞭策作用——工作期间,初中毕业的他一步步继续学习直到研究生毕业。

## 最后悔 儿子逃学被找到,他把杯子砸了过去

俞国华推崇“有规则,没辈份”,这是他为父的心得,也是他从一次逃学事件中吸取的教训。儿子12岁那年的一天,突然逃了一天的学。事后得知,他是去学校“刷”了个脸,然后在往返家和学校的公交车上,来来回回一整天。

儿子为什么要逃学?最后成了“悬案”。当天晚上7点,在全家出动数小时后,儿子总算被找到了。俞国华又急又气,儿子一进门,他就把手中的杯盖砸了过去。看到一向温文尔雅的父亲会如此暴怒,儿子吓坏了。

虽然第二天儿子就乖乖去上学了,之后也没

有再干其他出格的事。但事后回想起来,俞国华说,这是他多年来最后悔的事,没有之一,“我没有和他好好谈心,没有问他为什么不去学校,我不够冷静,我只是非常简单粗暴地责骂他,没有去了解孩子心里在想什么,他需要什么。”

这一事件也导致,儿子后来一直比较“敬畏”他,而不是亲近他。

后来,俞国华学着怎么和孩子交朋友。家庭气氛也日渐轻松愉快起来。如今,一家人的闲暇时光,大人看书、画画,孩子们追逐打闹,让人看在眼里,暖在心里。