

# 促进家庭教育,“长字号”要先学起来

李明昌

明家庭表彰大会上指出 家庭不只是人们身体的住处,更是人们心灵的归宿。家风好,就能家道兴盛、和顺美满;家风差,难免殃及子孙、贻害社会。好家风从哪里来?首先就是要靠我们这批“长字号”的领导干部带好头、做表率,再就是要靠科学的育儿方法对家长进行教育、指导。

领导干部需要学习家庭教育知识。家庭是国家发展、民族进步、社会和谐的重要基点。我们的领导干部在各自的岗位上承担着重要的使命和繁重的工作,特别是基层的各级“长字号”干部,大多在三四十岁之间,其子女正处在幼儿园到中小学的这个阶段,如果没有一套科学的管教子女的方法,既要干好工作,又要头疼孩子的发展,不仅不能

使孩子健康成长,还可能导致家庭不和谐,必定会浪费掉许多精力,影响本职工作,于事业无益,于职责有损,将有负组织的信任、群众的期待,对个人成长将造成严重阻碍。

领导干部应当学习家庭教育知识。作为领导干部,理应在部门、单位、区域里具备引领事业和示范言行的职责。这种先锋模范作用,既要在工作中有所体现,也要在生活上展现。一个领导干部,工作能力再突出,如果没有解决好生活上的问题,尤其是家庭矛盾,导致后院频频失火,是不能在其他同志面前做好模范的。

作为领导干部,除了能带领好工作团队,更要能够处理好家庭问题,最好能够对职工和下属的子女

成长提出合理的建议和科学的指导,帮助他们稳定后方,有利于单位、部门工作的开展。因此,领导干部要率先垂范,带头学习好家庭教育知识,用好家风带动好政风,用各自单位部门的良好政风影响社会风气。

领导干部必须学习家庭教育知识。《中国共产党廉洁自律准则》规定,党员领导干部要“廉洁齐家,自觉带头树立良好家风”。因此,学习家庭教育知识,构建良好家风,还是对党员,尤其是领导干部的严肃纪律要求。

近年来,我们可以在不少的新闻中看到,有相当一部分领导干部的子女参与腐败,甚至诱使领导干部腐败,这些领导干部没有倒在别

人的糖衣炮弹之下,却被子女从内部攻破堡垒,根本原因就是领导干部的家庭教育出了问题。

基层的各级“长字号”干部,与群众接触最深最广,又掌握一定的话语权,最容易受到各方面围猎,除了管好自己,教育好子女,守好家庭反腐败的防线,也是十分必要的一项廉政工程。

希望各级领导干部,特别是基层一线的“长字号”干部能够深刻理解家庭教育的重要性,加强家庭教育的学习,带头学习家庭教育的知识,实践科学育儿的道理,科学育儿、科学教子,把家庭建设好,把家风建设好,做新时代好干部的表率。

(作者系贵州省贵阳市教育局党委副书记)

## 家教主张

习近平总书记多次在不同会议和场合中强调,党政主要负责同志要熟悉教育、关心教育、研究教育,领导干部要把家风建设摆在重要位置,领导干部的家风,不仅关系自己的家庭,而且关系党风政风。这说明家庭教育是教育的一个重要组成部分,要把教育搞好,必须要把家庭教育搞好。这就要求我们的各级领导干部,特别是作为基层工作骨干的各位股长、科长、处长等“长字号”干部,尤其要加强家庭教育知识的学习。

习近平总书记在第一届全国文

## 体育亲子游戏 一动多得

丰富多彩的家庭亲子活动有利于建立良好亲子关系,已然成为家校双方的共识。但中国青少年研究中心一项对中美日韩四国青少年的调查显示,中国孩子普遍存在没有时间玩儿、没有地方玩儿、没有伙伴玩儿、不会玩儿的特点。针对这一现实,我们尝试通过体育亲子游戏来营造和睦家庭关系和良好家庭氛围,引导孩子将锻炼和运动转化为一种生活方式。

内容设计有趣味 不让活动成负担

丰富多彩的体育小游戏可以让家庭生活熠熠生辉,但如果游戏设计得枯燥乏味,只是单纯的机械性练习、重复性运动,练习者没了趣味,乐在其中的美好初衷就无法实现,亲子活动还可能变成负担。所以游戏的设计一定要突出趣味性,才能吸引家庭成员乐此不疲地参与,在趣味中迎接挑战。

比如在仰卧起坐练习中增加趣味性挑战,增加一点儿动脑小游戏,孩子每次抬身收腹的时候,家长展示一组数字计算或是看字组词,让身体练习和大脑思维同步进行,注意力会更加集中。

攻防练习能培养孩子躲闪防守的身体灵活性,也可以用趣味性的方式进行。比如起一个有趣的游戏名“老鼠偷油”,先是爸爸做“保护油瓶”的防守者,妈妈和孩子扮演“偷油老鼠”的攻击者,触到油瓶算赢,交换角色连续游戏。生动的游戏名称,赋予攻防练习一定的戏剧色彩,孩子会乐此不疲,玩得轻松而尽兴。

打气游戏,孩子扮演车胎,家长模仿打气,角色扮演可以轮换。比如家长嘴里发出“刺刺”的声音代表打气,学生呼气的同时从深蹲位逐渐升高重心,当孩子吸气吸到极限时,家长忽然说“拔掉气门嘴”,孩子全身放松长呼一口气,重心下降蹲地,可重复多次。

搬物接力,在家里宽敞处画一条长10~15米的直线,两端各放置苹果香蕉若干。家庭成员一人发令后,另两人从起点拿起一个水果跑到终点换另一个水果,轮流两组。中途掉落或速度较慢一方算失败,负责将水果归位并清理干净。

踩猫猫,母子或父子面对面站立,两脚前后开立,重心在两脚之间。游戏开始时,两人用脚玩儿剪刀、石头、布,也可以同时辅以手势胜负。胜方以较快的速度用前脚轻踩对方的脚,负方则快速躲闪,每次双方只能动一只脚或动一步。

练习形式多样化 欢声笑语阖家乐

体育小游戏的练习形式决定着练习者的参与兴趣与练习质量,多样化的练习形式会让家庭生活丰富多彩,营造轻松愉快的家庭氛围。

大量研究证实,生活在充满民主、自由、轻松氛围的家庭,有助于孩子形成健康的人格、积极向上的生活态度和阳光开朗的性格。父母能跟孩子无拘无束地玩儿到一起的家庭,更能养出爱思考、有主见、愿意积极主动沟通的孩子,亲子关系也更为亲密。

家庭氛围属于精神环境,对孩子性格的影响往往是无形的,却能带给孩子幸福感,对孩子的一生起着至关重要的作用。

比如最不受场地限制的跳绳,可以是单人跳,也可以是双人跳、花式跳、多人跳。我们可以创编各种跳绳方法,唱着童谣,编着儿歌,以情景式的活动形式活跃练习氛围,带动所有家庭成员参与,让家庭生活发生一些改变,让游戏成为亲情润滑剂。

设计体育家庭游戏时,可以增加一些儿歌,如“写王字,游戏童谣,对墙站,写个王,眼睛看墙壁,耳朵听四方/偷偷转头/谁动抓谁/我的机敏我知道”。

还有“抓尾巴”游戏童谣:“小蝌蚪游啊游/奋力摆动小尾巴/东游游,西游游/哎呀呀,啥时候/我的尾巴没有啦/青蛙妈妈借去啦!”

朗朗上口的童谣,让游戏变得生机盎然,孩子练习起来更加富有兴致,全家老小都可以参与进来,欢声笑语,阖家欢乐。

形式多样化,不仅指练习方式的多样化,也指参与人数的群体化。体育游戏可以拓展到家庭以外,邻居、社区伙伴皆可号召起来一起玩儿。在游戏中互动,有竞争,有合作,有规则,有输赢,孩子不知不觉就学会了互相配合、公平竞争,的确一举多得。

活动场地随机性 巧思妙想有创意

体育家庭游戏不受环境限制,对游戏开展的场地没有特别要求,故活动场地存在随机性,客厅、卧室甚至阳台、楼梯等场所都可以利用。

体育家庭游戏的场地设计可以让孩子充分发挥创意,比如:

床上可以进行技巧性练习,如孩子团身进行前后翻滚练习,家长在床边保护,指导孩子团身圆滑、滚成直线,练习身体的灵活性、柔韧性和自我保护的躲闪能力;

坐在沙发上可以进行腿部力量练习,身体端坐,双腿向前伸直平举,看谁坚持的时间长,还可以双腿上下或左右起落,进行剪刀腿练习;

爬楼梯是锻炼腿部力量和身体耐力的好方式,父母与孩子一起爬楼梯,互相鼓励,或者计时挑战,看谁单位时间内爬得更高;

利用客厅的空地,可以进行跑动性练习,如换物接力、一人发指令一人摆出各种姿势的创意变化,如果空间够大,还可以玩儿跳绳踢毽等游戏。

这些活动场地虽然有限,但充满了家庭生活的烟火气,蕴含着整个家庭成员精气神,巧妙利用,完全可以成为锻炼的场所,还能将这种精气神转化为和睦、健康、美好的家庭氛围。

(作者单位:江苏省太仓市新区第三小学)

# 鲁迅之问 百年回响

孙郁



福州市鼓山中街幼儿园

王刘昕

五岁

绘

主题意识。

《我们现在怎样做父亲》一文,把文化问题转化为日常的生活伦理问题,文字深处有着新的道德伦理和新的文化逻辑的闪光点,不仅传达了对于传统文化的基本态度,而且有着开辟新路的责任承担,比起空洞的口号,带有更切实的力量。

在这篇文章里面,鲁迅首先提出了我们现在的主要任务是延续生命、发展生命。他说:此后觉醒的人,应该先洗净了东方固有的不净思想,再纯洁明白一些,了解夫妇是伴侣,是共同劳动者,又是新生命创造者的意义。所生的子女,固然是受领新生命的,但他也不永久占领,将来还要交付子女,像他们的父母一般。就是说父母不要占有子女,要让孩子独立、自由地发展。

鲁迅觉得,传统的家庭伦理中不变的教条,其实有扼杀青年的残酷性。这种惰性的存在是违背生命价值的。儒家的思想让人在固定的秩序上,不知道生命在进化的途中。今天的子,就是未来的父,一切应以幼者为本位,而不是相反。作为父亲,不能把利己和权利放在首位,而是有义务思想和责任心。

因此,鲁迅提出爱的概念,但这爱是觉醒者的爱。他说:所应觉醒的人,此后应将这天性的爱,更加扩张,更加醇化;用无我的爱,自己牺牲于后起新人。开宗第一,便是理解。往昔的敌人对于孩子的误解,是以为成人预备;中国人的误解,是以为缩小的成人。直到近来,经过许多学者的研究,才知道一切设施,都应该以孩子为本位

时势既有改变,生活也必须进化;所以后起的人物,一定优异于前,决不能用同一模型,无理嵌定。长者须是指导者协商者,却不该是命令者。不但不该责罚孩子供奉自己;而且还须用全副精神,专为他们自己,养成他们有耐劳作的体力,纯洁高尚的道德,广博自由能容纳新潮流的精神,也就是能在新潮流里游泳,不被淹没的力量。

《我们现在怎样做父亲》可以说是新文化人的纲领性文献。以幼者为本位,而非安于儒家的君臣父子之道。反对家庭的蛮横,考虑弱小者的冷暖。但又非溺爱他们,教会他们在社会闯荡的技能,目的在自立。不依附于父母,不丧失生存的能力,在江海泛舟而行,才是应有的本领。这里不仅仅有爱,还有严明的理性。

重要的是,其间有殉道的精神,内中喷吐的是大的情感。如他一再所说:自己背着因袭的重担,肩住了黑暗的闸门,放他们到宽阔光明的地方去;此后幸福地度日,合理地做人。鲁迅在面对新文化的思路时表现的悲悯精神,与历史上的圣贤们比毫不逊色。

鲁迅那时候的许多思想都是在这个原点流出的,当直指旧时代的罪恶时,他不忘自己身上的黑暗;当提出个人的自大的时候,连带的是自他两利意识;而传播新思想的时候,又警惕滑入自己的逻辑里的陷阱。

鲁迅眼里的新文化,是自我解放与社会进化的自新。科学、民主、自律、利他,以多面的方式出现在他的笔下。一面是生命的燃烧发出的热力,一面又拖着历史的长影,这使他没有在缥缈的梦里沉眠下去,也没有躲在象牙塔中自我低语。他的所有文字都带着痛感,那些与百姓息息相关的咏叹,才是其生命哲学最为动人的部分。

以自己的痛感作为问题的出发点,是鲁迅与同代人不同的地方。这些问题在百年后的今天依然有着不小的价值。他认为:子女是即我非我的人,但既已分立,也便是人类中人。因为即我,所以更应该尽教育的义务,交给他们自立的能力,因为非我,所以也应当同时解放,全部为他们自己所有,成一个独立的人。今天我们研究五四,研究鲁迅,不能不深深注意这些原点的存在。

当人的觉醒和人的个性成长受挫的时候,唯有人之父,自然就没有人之子,也自然没有中国的未来。

(作者系中国人民大学文学院教授,曾任北京鲁迅博物馆馆长)

# 亲子关系越差,孩子越容易网络游戏成瘾

孙宏艳

网络游戏对孩子意味着什么?哪些孩子容易沉迷网络游戏?根据中国青少年研究中心近日发布的《中小学生对网络游戏认知与态度研究》调查分析,家长与孩子对网络游戏的认知、态度和行为存在显著差异。

本次调查在全国抽取了6个城市,对小学四年级至高中三年级的中小学生对网络游戏认知、态度和行为等7项正面陈述,易接触到不良信息影响身体健康影响学习等7项负面陈述。结果显示:

1. 孩子对于网络游戏的认知更正面,家长对于网络游戏的认知更负面。

2. 孩子大多认为玩游戏利弊相当,家长大多认为玩游戏弊大于利。认为利弊相当的比例,孩子比家长高31.8个百分点;认为弊大于利的比例,家长比孩子高出38.2个百分点。可见,家长对玩网络游戏更多持负面态度,而孩子态度则相对中立。

3. 孩子更喜欢搏斗竞技类游戏,家长更喜欢教育休闲类游戏。

家长相对更倾向于功能性较强的游戏,希望游戏能起到学习或者休闲的作用;而孩子对角色扮演游戏、模拟现实生活的游戏、射击类游戏、激烈搏斗的游戏以及运动/赛车游戏则更偏好,这可能是因为他们更希望得到放松。

4. 孩子在双休日节假日玩游戏超过家长,家长在平时玩游戏超过孩子。

双休日和节假日是家长和孩子玩网络游戏的最主要时间段,其次是晚上睡觉前和下班后(放学后)。比较发现,在双休日和节假日孩子玩游戏的时间高于家长,比家长高37个百分点;而家长在晚上睡前、下班后玩游戏的比例明显高于孩子。这说明,家长在支配自己玩游戏的时间方面更加自由,而孩子由于父母、学校的监管以及学习压力等原因,更多地选择在双休日或节假日玩游戏。

5. 孩子在网络游戏中花钱多,家长在网络游戏中花钱少。

大多数家长和孩子在游戏花费上均较为理性,超过八成家长(86.0%)和孩子(80.2%)每个星期花费在网络游戏上的钱为0元,即大多数家长和孩子

不会花钱去玩游戏。但经过比较也可以看出,孩子在网络游戏中花钱的人数比例高于家长。

6. 孩子沉迷网络游戏的比例高,家长沉迷网络游戏的比例低。

网络游戏的正常使用者比例,家长(90.0%)比孩子(79.0%)高11个百分点;沉迷网络游戏的比例,孩子(18.5%)比家长(7.6%)高近11个百分点;网络游戏成瘾者的比例,家长与孩子差别不大,并且均低于3%。

这说明,绝大多数孩子都能理智、正常使用网络,游戏行为成瘾的孩子比例仅为2.6%,也说明喜欢网络游戏的孩子并非家长或老师所想象的都是网瘾者。

但值得注意的是,孩子中网络游戏沉迷者超过18个百分点,这部分孩子需要家长、教师加强引导。

7. 亲子关系越差,孩子越认为网络游戏利大于弊,孩子越喜欢玩游戏,孩子在网络游戏中花费越多,孩子玩网络游戏频率越高,孩子网络游戏成瘾的比例越高。

数据显示,亲子关系很差的家中,认为游戏利大于弊的孩子比例明显高于其他四类家庭,说明

亲子关系较好时,父母能更好地满足孩子的各方面需求,关心和陪伴能降低孩子对游戏的需求。

亲子关系状况也对孩子玩网络游戏的频率有显著影响。亲子关系较好的家庭中,孩子玩网络游戏的频率相对较低,而每周玩五六次、几乎每天都玩网络游戏的比例,在亲子关系很差的家庭中合计为50.0%,与亲子关系很好的家庭相差近33个百分点。

8. 家长对孩子首次接触网络游戏的时间存在认知偏差。

孩子大概从何时开始玩网络游戏?调查结果发现,父母认为孩子从小学三四年级开始玩网络游戏的比例为22.9%,孩子报告的比例为29.0%,相差6个百分点。家长所了解的孩子开始玩网络游戏的时间比真实的时间晚,说明孩子通常不会主动向家长汇报玩网络游戏这类活动,有时甚至因为害怕家长责备而故意隐瞒,一般是孩子开始玩网络游戏一段时间后家长才发现。

9. 孩子及家长对网络游戏监管程度存在认知差异。

54.1%的家长认为自己总是或者经常制止孩子玩网络游戏,然

然而认为父母总是或经常制止自己玩网络游戏的孩子只有42.9%,可见家长的某些监管措施可能对于孩子来说并非有效,例如孩子可能会在家长规定的时间以外偷偷地玩游戏,父母不同的态度和监管程度也可能导致这一结果。

10. 家长应树立适度游戏益脑,沉迷游戏伤身的正确游戏观。

家长应当主动与孩子建立相互尊重、合理信任的亲子关系,与孩子进行有效沟通,给孩子适当的帮助和引导,避免孩子通过沉迷网络游戏的方式来弥补自己在情感、精神生活上的空缺。

家长自身的示范作用也很重要,要充分认识到帮助孩子认识到网络游戏的负面功能。同时要科学、合理地支持孩子接触网络游戏,给孩子适度的指点与帮助,避免过于频繁的游戏频率、过多向子女推荐网络游戏、过度支持子女玩网络游戏等行为。通过良好的家庭教育,帮助孩子形成正确的网络游戏认知,确保子女的游戏行为在健康、合理的范围之内。

(作者系中国青少年研究中心少年儿童研究所所长)