

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子

编者按

家风，是父母及长辈身体力行、言传身教的行为规范、道德品行，是一个家庭长期培育形成的一种文化氛围。孩子的成长，其价值观的形成会受到潜移默化的家风影响，因此，建立良好的家规、家风也是家庭教育的重要内容。

传承优秀家风，让孩子从平凡的小事做起，在日常生活中一点一滴积淀好习惯、好品德，是家长为孩子留下的最宝贵的精神财富。

家风，藏在生活的细节中

■ 汪红梅

从孩子呱呱坠地起，教育孩子的重任就担在了每一位父母的肩上。身为父母的我们，总是希望孩子健康成长、快乐学习、幸福生活。而这需要父母以身作则，成为孩子为人处事的榜样，从日常生活中一点一滴教育引导孩子。

转眼间哥哥已经8岁，妹妹也已经5岁了，这些年，我见证了孩子们每一步的细微成长，而孩子们也时不时给予我温暖和惊喜。从初为人母的惊慌失措到如今成为孩子们的良师益友，在陪伴孩子成长的过程中，我也在逐渐成熟，不断学习，做更好的自己。

诚实守信，让孩子勇敢地面对错误

父母是孩子的第一任老师，父母的一言一行，孩子都看在眼里，记在心上。长此以往，会潜移默化影响孩子。在孩子们很小的时候，我便言传身教地引导他们要做诚实守信的人。我常对孩子们说：“你们知道妈妈为什么总是把讲诚信放在第一位吗？因为一个人要在社会立足，待人接物都要得到别人的信任和尊重。但是要得到别人的信任和尊重，前提条件是你自己一定要讲诚信。如果你不诚实，很难在社会立足。”讲得多了，孩子们从小就知道了诚实守信的重要性。

有一天，哥哥放学回家做完作业，手里拿着一支多种颜色的圆珠笔兴致勃勃地把玩着，我凑过去准备一探究竟，他以迅雷不及掩耳之势把笔藏在了身后。我觉得有点蹊跷，便询问：“你手里拿的是啥呀？”他支支吾吾半天没说出一句完整的话，我心里泛起了嘀咕，难不成是他拿了别人的东西？

我强压着好奇，耐心地询问：“妈妈想知道你手里拿的是啥？怎么来的？”他看着我，头埋得低低的，小脸涨得通红，就是不说话。我耐着性子，温柔地把他牵到我面前，蹲下身子，轻声说：“妈妈是在了解情况，不会骂你，更

不会打你。”他迟疑了一下，将手里的笔递给我，吞吞吐吐地说：“是同学送我的。”我看着他眼睛，再三确认：“真是同学送的？我马上打电话问问。”从他闪烁的眼神中我知道他撒谎了。

他眼泪一下子就出来了，拉住我连忙说：“妈妈，对不起，我骗了您，这是我在教室里捡的，我很喜欢，所以就没有交给老师。”我替他擦干了眼泪，握着他的双手，语重心长地告诉他：“不是你的东西，再喜欢也不能据为己有，捡到了东西就要归还失主或者交给老师寻找失主。如果你真的很喜欢，可以告诉妈妈，妈妈可以买一支一样的作为礼物或者奖励送给你。”他郑重地点了点头，欣然接受了我的建议。第二天，他主动将笔上交给了老师，我也遵守承诺，买了一支一模一样的笔送给他，作为他知错就改的奖励。

孩子难免会犯错，但重要的是犯错后的态度，要让孩子勇敢地去面对错误，对自己做的事情负责，而不是想办法逃避，为自己找理由。成才重要，成人更重要，要让孩子有良好的行为和品德，家长必须以身作则，做诚实守信的人，还可以时常给孩子讲故事、举例子，激励孩子做个有担当的人。

好习惯，好品德，在生活点滴中养成

阅读兴趣的培养、勤俭节约的品德养成也是我在孩子们成长中特别重视的。孩子的阅读兴趣以及对书籍的喜爱，离不开父母的引导与帮助，要培养孩子阅读的兴趣和习惯，父母也需要挤出时间，静下心来，与孩子一起阅读。

我的两个孩子都比较喜欢阅读，这是从小时候的听故事开始的。等他们大一些了，我便购买了很多色彩鲜艳的绘本，指着图画上的文字给他们讲故事，让他们跟着读。慢慢地，随着识字量的增多，他们渐渐喜欢上了阅读。《十万个为什么》《四大名著少儿版》《一千零一夜》等书籍成了他们闲暇时光最好的陪伴，开阔了他们的视野。

每天晚上睡觉前，我都会抽出时间和孩子们一起阅读，我们一起回忆书中的故事情节，一起分析人物性格，探索故事里所隐含的道理，一起分享故事中的酸甜苦辣，享受美好的亲子时光。

节约是中华传统美德，也是一种智慧，更是一种责任、一种品质，养成勤俭节约的好习惯，孩子将受益终身。

一次，我们全家围坐在一起吃饭，哥哥一边吃饭，一边兴致勃勃地跟我们分享学校的趣事，妹妹听得入了神。饭后，妹妹去一旁玩玩具，我仔细一看，桌子上、地上撒的全是饭粒，碗里也还剩下一些没有吃完的饭粒。我赶紧把妹妹叫了过来，让她看看桌上、地上撒落的饭粒，并严肃地跟她说：“虽然你撒落的饭粒不多，但长年累月也会积少成多。想想农民们的辛苦，这一粒粒米饭，都是他们用辛勤的汗水和劳动换来的，每一粒的粮食都来之不易。你看，爸爸妈妈和哥哥吃得有多干净呀！”妹妹听了以后不好意思地低下了头。从那以后，妹妹吃饭时专心了不少，碗里再也没有剩下过饭粒，桌子上、地上也是干干净净。她

还当起了小小监督员，每当看到我们没把碗里的饭吃干净时，她还会语重心长地对我们说：“如果袁隆平爷爷还在一定会批评你们的，你们要爱惜粮食哦！”看着她一副煞有介事的模样，我们可不敢再浪费了。

虽然这是一件平常小事，但作为父母，在生活中，要让孩子知道“一粥一饭，当思来之不易。半丝半缕，恒念物力维艰”，让孩子懂得所吃、所穿、所用都来之不易，浪费是不珍惜劳动成果、不尊重劳动的表现。

而这一件件小事积累起来，也就形成了我们家独有的家风。

每一个孩子的成长，都离不开家长的引导和付出，每一个孩子的进步，都伴随着家长的智慧。在孩子成长的路上，家长也要不断学习，不断创新，寻找适合孩子的教育方法，建立和传承良好的家庭文化。

好家规需要传承与发展

■ 曾永强

此前，我曾在不同场合给儿子讲过几次“曾氏家训”，但感觉总是不感兴趣。确实，族谱上的家规祖训，距离有点遥远，再加上是用“忆江南”词牌名填的十五阙词，读起来，记起来确实有点“烧脑”。

3个月前，四川省第二届“天府好家规”开启内容征集。我准备将“曾氏家训”（祥公房系）提炼成“‘曾氏家训’‘十五劝’”上报，“十五劝”涵盖“劝忠、劝孝、劝善、劝睦、劝学、劝勤、劝俭、劝正、劝敬、劝慈、劝婚、劝戒、劝乐、劝礼、劝族”内容，而每一“劝”均是一阙“忆江南”词。

报送前，我问儿子：“省上搞天府好家规征集，我们把‘曾氏家训’报上去评一评如何？”他很随意地说：“随便你，你想报就报吧！”我试探他：“需要提供200字左右的推荐理由，但是我不知道怎么写？”“我晓得，你是在考我！”他狡黠地看着我。

最好的教育就是引导和启发，而家规家训的教育靠说教肯定不

行。凭一个初二学生的水平，要写出高度凝练的推荐理由，难度显然很大。于是，我启发他：“要不这样，我把家谱找出来，你再认真读一读‘曾氏家训’，读完之后，你就给我说哪一首家训写得好，具有代表性，我来写推荐理由。”他欣然同意。

读完之后，他觉得“劝孝、劝俭、劝正、劝戒、劝乐、劝礼”这几节家训词句优美，也有现实意义。于是，我们简单交流讨论之后，形成了200字左右的推荐理由，他看了之后，也提了几点修改意见。

8月24日，第二届“天府好家规”正式在网上投票。虽然我也在曾氏家族群、曾子文化研究群、朋友圈等发动宣传，但是两天下来，票数明显落后。正当我着急时，有一自称某某网络公司的电话打到了单位办公室，表示可以为我们刷票，而且能够躲避承办方的技术监测，前提是需要出钱。我及时把这一情况向承办方反映后，打算回去给儿子讲讲网络诈骗、恶意刷票方

面的知识。

回家之后，我对儿子说了此事。还没有来得及普及网络诈骗知识，他倒是先开口了：“好家规不是刷刷出来的吧，你不会真要出钱刷票吧？”“可是，我们的票数非常低，如果进入不了前列，就评不上啊？”“但是靠这种投机取巧的办法提升名次，也是一种很无耻的行为，你不懂吗？”“那你说怎么办？”“你多在群里给大家分享一些家规家训的故事、意义之类的，发动亲戚朋友帮忙投，投到多少算多少！”短暂的对话，让我对儿子的“三观”和良好的道德品质刮目相看。

我决定把这堂家风家教课再深入下去。我问儿子：你知道什么是家风家教吗？他摇摇头。于是我告诉他：家风家教其实就是一个家族在延续和发展的过程中，逐渐积累起来的“治家”经验，然后逐步提炼总结出来的约束性很强的家规家训。你刚刚说的“好家规不是刷出来的”非常正确，好家规、好家训需要传承和发展，也需要遵守和

融合，我们“曾氏家训”发展为今天的十五阙“忆江南”词，也是很多代曾氏子孙不断提炼总结的成果，充分体现了曾氏家风的教育性、文学性、时代性。

说完之后，儿子露出非常兴奋

的表情。“你现在都是市作协会员了，要不要再研读一下‘曾氏家训’‘十五劝’，看看还能读出点什么来？”我话还没有说完，他就从我手里把“曾氏祥公房系族谱”抢了过去。



本版图片均为资料图片

随手一撿惹的祸

去年秋季，久旱无雨。塘里水浅了，浇菜取水不便，于是拿起锹，赤着脚下塘，挖了个凼，开沟引水。没想到，起沟到了三米远的地方，好像有什么东西刺入脚板心，又痛又胀。洗了脚，瞧了瞧，原来是痰藜的刺。

我惊讶地说，“这是从哪里来的呀？”

在一旁的妻子接过话茬，用手指了指，说：“你不记得了吗？”哦，我恍然大悟。三年前，开垦

时那里还是一片荒地，荆棘丛生。性急的我，挥舞砍刀，将蒺藜砍倒，就随手将它们撿到塘里去了。

那时，觉得轻巧省事，没想到这会留下了祸根。现在想来，凡事都没有想象的那么简单，需三思而后行，种什么因，就会结什么果。

遗憾的是，现实生活中，时常听闻一些家长也犯有这样类似的错误。比如，当着孩子的面骂着：“你怎么这么笨，这都不会做啊！”的确，有些父母在孩子犯错时，

火冒三丈，口无遮拦，说话冲动和随意。逞一时口舌之快，忽略了孩子的内心感受，给孩子心里蒙上一层阴影，甚至会让孩子产生抵触情绪。有些父母不注意言传身教，背后喜欢议论他人，说长道短，孩子耳濡目染，久而久之，也会根据父母的喜好，进行自我调整，变成和父母一样的人。

生活中，父母对孩子说的每一句话、面部的表情和动作等，都应该仔细斟酌、认真推敲。因为教育

过程中的亮点和瑕疵，往往都隐藏在细节中，一刹那、一瞬间，稍纵即逝。

言为心声，行为神使。父母的言谈举止，体现自己修养品性。孩子是父母的影子，有着什么样的父母，就有什么样的孩子。问题孩子的背后往往有一个问题父母。因此，作为对孩子最直接、最具影响力的父母，平时也要检视自己的教育过程，放下身段，与孩子平等、友好相处，谨言慎行，尽可能在孩子面前

避免说一些负能量的话，注意跟孩子说话的方式，不指责、挖苦，或者用命令的口气等，亲子关系更融洽，孩子的身心才能更健康。

在家庭教育中，父母要多换位思考，设身处地站在孩子的立场去思考问题，理解和尊重孩子，规范自己的言行举止，和孩子共学习，同成长，修炼好内功，调整好情绪，从而提升教育的针对性和实效性。唯有如此，才能减少或避免“随手一撿惹成祸”的现象发生。

给孩子一个拥抱

■ 毛学英

小哲(化名)是一个非常聪明的孩子，但他的学习习惯不好，处在叛逆期的他，对待学习不上心，还总跟妈妈顶嘴，这让小哲妈妈非常着急又束手无策。

小哲是单亲家庭的孩子，爸爸妈妈分开后，爸爸因为工作去了外地，基本与他断了联系，妈妈一边工作，一边照顾他，把全部的心思都放在孩子的身上，她不明白，乖巧可爱的儿子怎么突然就变成这样了。无奈之下，求助于我。

因为知道小哲的经历，我也格外关注他的成长。跟小哲妈妈多次沟通之后，我们确定了一个小方案，抱着试试的心理，小哲妈妈开始实践我们的方法。

方案很简单：小哲放学回家后妈妈不要着急去做饭，而是先给小哲一个拥抱，然后洗点水果，与小哲坐在一起聊聊天，内容就是母子俩一天中遇到的有趣的事或无法解决的事。聊一聊妈妈工作中遇到的问题，聊一聊小哲学习上的困难等等，当然，也可以聊聊感兴趣的新闻，甚至是娱乐八卦，内容不限定。我建议小哲妈妈先跟孩子聊聊体育赛事，因为小哲非常喜欢篮球，对NBA的球员如数家珍，可以从他感兴趣的话题入手。时间也不用固定，可以5分钟，可以10分钟，也可以20分钟。闲聊的时间里，妈妈要放下手机。聊天之后，妈妈去做饭，小哲可以做作业，也可以休息看会书，当然还可以和妈妈一起准备晚饭。

心理学家研究显示：经常被拥抱的孩子更聪明。父母的拥抱，让孩子感觉到安全，能使其在烦躁中安静下来，减少压力，让他敢于探索周围的世界，还能让他感受到大人对他的喜爱，从而形成良好的亲子关系。良好的亲子关系，会让孩子在与别人的交往中表现得落落大方，格外自信。

小哲妈妈马上付诸行动。一个简单的拥抱，对于青春期的孩子来说，并不简单。他们有时会非常抗拒父母的身体接触。小哲妈妈每天都会拥抱儿子，即使小哲的肢体动作非常僵硬，但妈妈没有退缩。一开始与小哲聊天，小哲说得很少，几乎只扮演了一个倾听者，偶尔也会说两句，但从来不会拥抱妈妈。好在小哲不讨厌这样的交流方式，小哲妈妈也一直在坚持。

小哲妈妈偶尔也会跟我吐槽，如果孩子一直不长大，还是那个软软糯糯的小团子该有多好，可谁又能阻止时间的脚步。我鼓励她，小哲没有推开你，而是听你在说话，这已经很好了，比起之前你们之间的剑拔弩张，这就好太多了。

一个月后，奇迹发生了。小哲放学后，主动拥抱了刚刚下班的妈妈，还为妈妈准备了喜欢水果和零食，并主动与妈妈谈起自己在学校的情况，原来小哲的数学小测得了满分。看着儿子兴奋的样子，小哲妈妈红了眼眶。从那之后，小哲和妈妈的关系上升到另一个层次，每天家里都充满了两个人的谈话声，当小哲做作业的时候，妈妈也会坐在他身边看书，或者去做点家务，小哲也会在写完作业之后，与妈妈一起下楼去扔垃圾，如果时间允许，他还会和妈妈一起在小区的操场溜达一会儿。

家庭教育的内核是给孩子包容和安全感。当孩子遇到问题，父母给予的支持，是孩子向上的动力，这样孩子的内心才更强大，愿意去面对困难，从而去克服，这比学习成绩、外在物质更重要。

接下来的日子，小哲与妈妈的关系越来越好，妈妈对他也越来越放心。而小哲的学校生活也变得如鱼得水，每天都能被老师表扬，而他也有了一群兴趣相投好朋友，喜欢上了学校。

就是如此简单的一个动作，让孩子感觉被关注，愿意去体会妈妈爱他的心，妈妈也用积极的心态去思考、去寻找问题背后的原因，与孩子一起探索解决的办法。

陪伴是最好的教育，爱是最好的营养。回家后，给孩子一个温柔的拥抱！

■ 孙功道