

# 如何克服阴柔懦弱 增强孩子的阳刚之气?

男孩子手无缚鸡之力,爱化妆护肤,吃一点苦就容易哭。女孩子身体娇弱,像林黛玉一样三天两头生病,遇到一点事就掉泪。如今的孩子教育普遍面临着一种阴柔有余、阳刚不足的问题,连教育部都发文强调重视阳刚之气的培育。孱弱不堪的龙的传人肯定承担不起民族复兴的重任,在家庭教育中,无论男孩女孩,让孩子身体强健品质顽强,都是必要的。如何培养强壮、有担当的年轻一代?本报约请了几位家长和专家一起交流——

讲述人简介:

张女士 中学老师 儿子12岁

## 多让男性亲人介入孩子的成长教育

我有着老师和家长的双重身份对这个问题有自己的看法,我感觉有可能是大部分家庭里女性在养育孩子时,付出了更多的时间和精力,儿子跟妈妈、一些女性亲戚在一起时间长了,难免阴柔之气重了些,再加上电视里这几年流行颜值高的“小鲜肉”们,他们都长得很精致、很柔和,也可能让男生学得爱打扮、阴柔气重起来。

对于这种情况,我觉得可以在平时的教育中,让更多的男性亲人参与

到男孩的成长中来,比如增多爷爷、爸爸和儿子相处的时间等。在我们家里就是,儿子的爸爸更忙碌,和儿子相处的时间比较少,但是我爱人很注重培养儿子,比如节假日,我们会全家出去玩,儿子和爸爸也会经常待在一起,谈心、聊天。包括平时家里的家务,我们全家会一起做,爸爸会带着儿子一起做饭、洗碗、拖地,在我身体不舒服的时候,他们父子俩都会很贴心地照顾我。我想,在跟爸爸的



邵怡明 绘图

讲述人简介:

范先生 某公司工程师 女儿15岁

## 重点培养孩子强健的体能

我挺赞成教育部的建议的,学生就应该多蹦蹦跳跳,多增加点力量的锻炼,有一个强健的体格,现在的孩子都太过柔弱。我老家是北京郊区的,小时候经常会帮家里干些农活,身子底子比较好。现在的孩子,没有太多的空间锻炼不说,每天就知道抱着手机,总是面黄肌瘦的。为了锻炼孩子的爆发力,我给孩子报了个跆拳道培训班,想着女

孩子也应该有一个健康的体格。我认为,有一个强健的体格是培养孩子做一个有担当、有责任感的人的基础。

现在孩子已将坚持两年了。跟两年前的闺女相比,孩子真是成长了不少。一方面不但让孩子有了一定的自我防卫技巧,另一方面我发现孩子越来越有毅力了。说实话,能坚持下来还是挺不容易的,孩子现在锻炼的兴趣也越来越

高,没事的时候她还会约上朋友来一次KO。除了报班,日常生活中我也很注意锻炼孩子,周末约着孩子去登山、游泳等,都是经常的事情。

当然,我觉得随着时代的变化,也不应该一味强调男孩就得“阳刚”,女孩就得“阴柔”,除去性别特征外,无论男孩、女孩,都需要有“阳刚”的时候,这时候的他们,有责任心,

有毅力,遇到该做的事情,不怕困难,百折不挠,坚持完成,对朋友讲义气,对家人有担当,但是他们也应该有“温柔”的时候,和亲朋、同学相处,以善解人意的温和,让别人感受到舒适和温暖。说到底,这都需要我们全社会来共同努力,培养更多“刚柔并济”、人格健全的男孩、女孩,这样他们走向社会,能处理好自己的事情,也能和别人相处愉快,拥有快乐的人生态度,从而拥有幸福的一生!

讲述人简介:

陶女士 国企职工 儿子16岁

## 从小要让孩子懂得和承担责任

不论男孩女孩都不能溺爱。现在不少家庭都只有一个孩子,普遍是一大家子人每天跟着孩子屁股后面转,什么也不让孩子干,甚至有的男孩子也养得像个乖乖女一样,没有一点男孩子的果敢。我觉得这样很不利于孩子的成长,所以,为了避免隔辈人的娇惯和坚持自己的教育方式,虽然工作生活紧张些,我一直坚持自己带儿子。

当下,很多父母都有一个相同的想法,总觉得孩子还太小,家里也没

什么让孩子干的,只要把学习学好了,就行了。其实,在我看来,小孩子从3岁左右就可以引导他干点力所能及的事情,当然主要是培养他的责任感。比如,儿子小的时候,我会和他说,“妈妈工作回来很累,帮助妈妈把拖鞋拿过来。”“去打个电话,问爸爸身体好点了吗?”等等,每次在他做了一些事情后,我都会表扬说:“好儿子,你太棒了!”每次说这话时,儿子就会高兴地回应:“我是男子汉!”虽然这

只是和儿子简单的对话,却也是我们家长给予儿子的一种潜移默化的暗示,让他意识到自己在家庭中应该承担的责任和角色。

儿子从上小学二年级开始,我们工作忙来不及接送,他就自己乘坐公交车上学。虽然我们也很担心,一再叮嘱过马路要小心等,但是慢慢地儿子反倒安慰我们,“放心吧,我有同学一起,我们在路上还聊作业呢……”

儿子的小学生活,就这样伴随着

担后果,让孩子从内心中意识到自己犯的错误的不是应该的,培养孩子的同理心。记得一次孩子骑自行车时不小心在小区里把一辆私家车给划了一下。事后,我带着孩子一起去找到了车主,当面致歉。我觉得家长不能一味地把责任扛到自己肩上。如果总说孩子还小,长期地姑息迁就,只会助长孩子做事不认真负责、虎头蛇尾、不懂礼貌。

专家点评:

第32届北京市中小学紫禁杯优秀班主任评选特等奖获得者、北京市第十八中学附属实验小学班主任 陈辉

## 无论男孩女孩,都有必要培养阳刚之气

所谓“阳刚之气”,包含了许多积极要素,比如有担当和责任感就是其中重要的组成部分。这当然不是男性所独有,无论男孩女孩,都有必要培养孩子具备这种优秀特质。

家长可以从以下几个方面尝试:

第一,让孩子看到有责任有担当的父母。想培养孩子的责任感,父母应该给孩子树立榜样,这是一个“知行合一”的过程。一方面,父母要用实际行动履行自己的责任;另一方面,应在言谈中让孩子明白,父母这样做的原因之一就是自己要履行在社会、家庭中的责任,

让孩子感到父母对自己敞开心胸、平等对话,从而愿意倾听、理解父母的做法。

第二,引导孩子发现更多有责任有担当的榜样。历史故事、媒体新闻、身边朋友……都可以成为引导孩子发现榜样的契机。父母可与孩子就这些事件和人物进行讨论,从挖掘其对家庭、社会、民族的责任感,引导孩子思考,并发现更多类似的家庭外的优秀榜样。

第三,适度“示弱”、放手,给孩子履行责任的机会。无论哪个年龄段的孩子,内心深处都有通过某些事情证明自己能力的渴望,这是一种“被需要”的快

乐。父母可以引导孩子想想自己可以承担家里的什么责任,再具体说说如何履行责任,并给孩子提供这样的机会,“自己的事情自己做”、承担家务劳动、照顾家人等都是常见的形式。对于大一些的孩子,家长甚至可以“示弱”,告诉孩子“这事你确实做得比我好,能不能就委托给你?”……在家中承担责任的同时,父母更要鼓励孩子勇于承担集体、社会的责任,最基础的就是对公共秩序、规则的尊重。在此基础上,无论是公益活动还是学校集体活动,家长都要尽可能给予孩子鼓励支持,引导孩子主动关心

身边的人和事,发现“我能为别人做些什么”,并体会其中的快乐。

第四,正视挫折,呵护孩子的责任心。在尝试做事的过程中,孩子难免犯错,或得不到理想中的结果。面对这样的挫折,家长切忌因为一次失败就剥夺孩子做事的权利,打击孩子的责任心,当然也不要包揽责任、“护短”。应该肯定孩子做事的出发点,打消他们的自责或恐惧,从而平静下来与父母交流,再根据具体情况,跟孩子一起客观正视挫折,引导孩子发现这次行动中有哪些可取之处,鼓励孩子再尝试。

本报记者 任洁 余翠平 杨琳琳 博雅 采写