

为人父母者可能从来没有怀疑过自己对孩子的爱，但父母是否想过我们的爱是孩子想要的那种吗？换一种说法，就是父母对孩子的爱是否真正有效？父母应给予孩子有条件还是无条件的爱？来听听专家和家长的看法吧。

# 父母对孩子的爱 怎样做才能有效？



邵怡明  
绘图

许女士 民企职员 儿子10岁

## 无条件的爱背后也可以“有条件”

人们都说“这个世界上只有父母才会毫无保留地爱你”，确实，在我成长的路上，父母给予了我无微不至的照顾，如今已为人母的我，也更加深切地体会了什么是“无条件的爱”。

听到“父母爱孩子是不是无条件的”这个问题时，我毫不犹豫地回答了“是”，但同样的问题如果问第二遍，我的答案也许会不同。我们为了孩子忙忙碌碌，牺牲了太多个人时

间，怎么可能不期望回报呢？我给孩子买自己从来都舍不得吃的水果，是期待孩子能有个好身体，他少往医院跑些，我就能轻松些。我带着孩子旅游，一周花掉了小一个月的工资，是期待孩子多亲近大自然，拥有健康乐观的心态，到了少年时期不至于太叛逆。诸如此类，看似是我在“无条件”地付出，实则那些付出都是有目的性的。偶尔闲下来，我也不禁会想，我

给予的爱是孩子想要的那种吗？我明知他爱吃甜食却总不给他买，只买对身体“更健康”的水果；我很清楚他想去海边玩，却带他去新疆看丰富多样的地形地貌，可如果真让我带着他去海边纯玩一周，对于我们这种工薪家庭来说，又会觉得很“划不来”。

我们总去想，对孩子的爱是不是有条件的，从来没想过，孩子对我们的爱，或者说，孩子爱父母才是真正

“无条件的爱”。特别是幼年时期，不论父母做了什么，孩子都会向我们投来信任与期许的目光，哪怕上一秒狠狠地说了他，只要朝他一微笑，他就会立马跳着奔过来，凑近时，还能看到他眼角未干的泪痕。父母与孩子之间的羁绊，不是爱和条件能够说清楚的，所以，在我们有能力时，就用力地去爱孩子吧，不用去计较回报和付出是否成正比。

范先生 私营业主 儿子8岁

## 不能要求孩子全部长成一个模子

我在40岁才得了一个孩子，真的是“含在嘴里怕化了”，他妈妈身体不太好，有了孩子后就辞职当全职主妇了，把孩子的生活上照顾得无微不至。我主外，尽力给娘俩创造好的生活条件。

可能是我不能经常陪伴儿子，他和母亲相处的时间过长，性格上有些柔弱，自己都不敢在小区操场上找同龄人玩耍，需要妈妈带着才去，过山

车也不敢玩；孩子心思很细腻，大人无意中说他不爱听的话他都寻思半天，还喜欢写日记，把自己关在屋里，我每次碰到他这样都压不住火，说他“没男子气概”“像个书呆子，以后干不了大事”，不过收效甚微。

为了培养孩子具有男子汉的气质，我曾经带着他夏练三伏冬练三九，结果总是以他冻感冒或者中暑收场，我还撕过他日记，他关门久

了我会去敲，但他妈妈、爷爷奶奶都不赞成我这么做，孩子也和我生分了不少，难道真的是我对孩子要求的太苛刻了？

每个孩子都有自己的性格特点，不能要求他们长成一个模子。想通这件事，我开始尝试调整培养思路，尊重孩子的个性。他胆子小，我就多带他出去见见世面，周末、寒暑假全家人一起外出旅游，鼓励孩子张嘴问路、

找景点、设计交通路线，调动他主动参与家庭活动的积极性。重新看待孩子心细的性格，发现他很会照顾老人，对爷爷奶奶嘘寒问暖，比大大咧咧的孩子更体贴。我说话也开始注意措辞，不再像过去那样张口伤人，让孩子感受到父亲的爱。现在，我们爷俩关系比过去好了很多，今年父亲节，孩子第一次用零花钱给我送了礼物，我特别高兴。

宋女士 中学老师 女儿9岁

## 尽量不以家长的权威“逼”孩子就范

我自己是独生女，父母对我要求非常严格，从我小时候就设置了各种条条框框，把我培养得循规蹈矩，终于成为他们心目中乖巧听话的好孩子。但是我心里知道，为了讨好爸妈，自己压抑了很多天性，和他们意见不一致时总是被逼得让步，心里却觉得憋屈、想反抗，到了社会上这种拧巴的性格吃过不少亏。

所以我自己有了女儿后，不希望孩子重复我成长的历程，我希望看到她敢打敢拼，勇敢表达观点，有自己的主见，成为一个小太阳般给周围人带来温暖的女孩。我在和孩子的日常相处中，会有意识地注意自己的言行，尽量不以家长的权威“逼”孩子就范，遇到母女俩意见不一致的情形，我会忍住自己的控制欲，给孩子充分表达

的空间，鼓励她说出心里话，哪怕这话并不中听，我也会耐心地听完，再说出我的想法。

有时候孩子犯犟和我嚷嚷，我也不会像我爸妈似的直接斥骂或者打她，而是走到一边做一些家务，或者听听歌、上上网，这样可以转移注意力，避免双方都在火气中做出以后会后悔的举动。等孩子冷静下来后，我才会

心平气和地和她谈心，指出她的问题，和她商量解决问题的办法。如果我谈不拢，就让孩子爸爸去和她谈，这样更加客观，孩子更容易接受。

目前来看，效果非常不错，我女儿如我期待的那样，说话有理有据，敢于表达观点，也知道尊重大人，并不任性妄为，我们一家三口无话不谈，感情很好。

北京林业大学心理系教授雷秀雅、研究生马茹冰

## 爱孩子的最好方式是让孩子成为他自己

咱们先来看一个小案例：孩子跟父母顶嘴，特别凶地坚持不要做某件事情，这时候父母会怎么做呢？可能有些父母很生气地把孩子拉到一边，有的父母则说随他去吧。前者态度严厉，后者态度放纵。而温柔又坚定的父母的表现是：父母会转身先离开，等冷静下来再和孩子说，“宝贝，我很抱歉你刚才生这么大的气，我尊重你的感受，但是我不能接受你刚才的做法。今后每当你不尊重我的时候，我都会暂时走开一下，我很爱你，我愿意和你在一起，因此当你觉得能够做到尊重我时就告诉我，我会很乐意和你一起找出处理你怒气的其他办法，我们可以把精力集中在找出对你我都尊重的解决办法上。”

“温柔而坚定”是一条教育的黄金法则，不仅可以对孩子建立起适度的规则，而且充分表达了自己对孩子的爱，其精髓就是对“度”的良好把握。为孩子建立规则但不严厉批评，表达爱意但不过于放纵，规则与爱的

结合会让孩子健康快乐地成长，也让家长教育孩子时不觉得那么痛苦。

父母都说自己对孩子是无条件的爱，但在现实中，父母对孩子有条件的爱会有许多变形，有时连父母自己也无法察觉，比如强迫孩子参加各种兴趣班，要求孩子考试成绩名列前茅，打骂孩子、贬低孩子、不信任孩子，还会拿自己的孩子和他人进行比较。

甚至有的父母会把孩子的行为和他本人等同起来，像孩子只是怕黑、怕生人，就被父母视为胆小的人；做作业或考试题没有看清题目，就被认为是粗心的人；不小心打碎碗，就成了没有用的人等等。孩子只是在有些事情上没让父母满意，可在父母看来就变成对孩子整个人的否定，从对行为的评判上升到对整个人体的评判，从对行为的否定变成对整个人体的否定，从行为不好变成整个人不好。父母不接纳孩子的错，对孩子的错一味打压，也是有条件的爱的表现形式。

实际上，父母对孩子无条件的爱

需要把孩子放在没有对错的世界中，把孩子当成孩子来爱，不论孩子是什么样的人，父母都把他们放在生命的位置上。当然，父母无条件地爱孩子，不是说无条件地爱他们的行为，行为有对错，社会有规则，家长要在孩子犯错时教会孩子为行为承担后果和责任，而不是表现出“如果你做错，我就不爱你了”这种有条件的爱。

对孩子无条件的爱需要看到孩子积极的一面。不论孩子处在什么状态，具有什么样的行为，父母都能看到孩子的闪光点和积极面，看到他们的努力和良好的意愿，看到他们即使在不好的境遇下也有向好向上的一面。

父母对孩子无条件的爱需要信任他们，相信他们在自己的能力范围内已经尽力，相信所有的生命都有向上的本性，都有自我实现的本性。相信他们在其成长环境里，在其所受的环境限制中，在其所拥有的能力范围内已经做到最好。

无条件的爱需要父母能够理解孩

子，用心去感受孩子，全方位地接纳孩子。无条件的爱还要求父母能够给孩子做自己的自由，支持孩子成为他自己，实现他们自己。

父母对孩子的爱的核心内容，是如何帮助孩子从父母这里独立，成为一个有能力在社会中生存下去的人。所以，教育孩子的目的不是为了实现父母未满足的愿望，而是在无条件的爱孩子的前提下，让孩子成为他们自己，实现自我价值。

本报记者 任洁 张晶



更多精彩内容欢迎关注  
“北京市家庭教育研究会”微信公众号

北京市家庭教育指导服务“新蕊云课堂”  
由北京市妇联主办，北京市家庭教育研究会  
承办、北京出版集团父母必读杂志社协办。