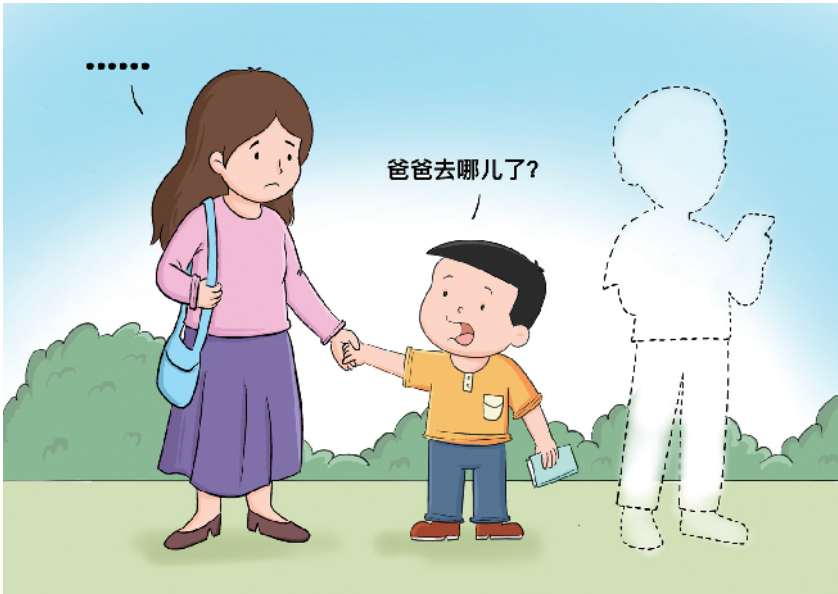


有的家庭育儿时爸爸经常缺席；有的家庭育儿时，爸爸妈妈意见很不一致；还有的家庭育儿时，长辈与父母意见很难统一……家庭教育不是一个人的孤军奋战，而是全家人的默契协作。家庭成员之间应该如何分工协作，完成科学养育的目标呢？听听专家和家长的建议吧。

家庭成员应该如何合作育儿？



邵怡明 绘图

张女士 报纸编辑 女儿6岁

从“丧偶式育儿”到家庭协作

成为母亲前，我曾天真地以为育儿是母爱的自然流淌，直到女儿出生后，“丧偶式育儿”的现实狠狠击中了我。丈夫因工作频繁出差，育儿重任落在我一人肩上，而外婆的传统教养观念又常与我冲突。这种种让我意识到：科学育儿不是单打独斗，而是需要全家人建立“教育同盟”。

冲突爆发的转折点，是女儿一岁

时的发烧事件。我坚持物理降温，婆婆却偷偷喂退烧药，丈夫则和稀泥——“听医生的就行”。对此，我认为有必要召开家庭会议。我们最终达成三项原则：科学先行（争议时查证权威资料）、分工到人（如婆婆负责饮食、我主导早教）、不当孩子面争执。这份“育儿公约”至今贴在我家冰箱上。

为了改变丈夫的“边缘化”角色，我用了“专属任务法”。当他抱怨“不会陪玩”时，我建议他发挥工程师特长，每周带女儿做科学小实验，父女俩逐渐形成了“探索时间”。现在他常调侃：“以前觉得育儿是帮你的忙，现在才知道这是当爸爸的本分。”

与老人的合作更需要策略。公公总爱给女儿喂零食，我索性请他担

任“水果总监”，每天负责准备创意果盘。当他自豪地把西瓜切成小熊造型发朋友圈时，我趁机引导：“爸，您切得这么细心，真的好厉害！”赋予仪式感消解了对抗，祖孙在劳动中建立起新联结。

回望这段路，我悟到：合作育儿不一定能达到完美分工，而是让每个成员都被“看见”。

欧阳女士 公司行政 儿子10岁

夫妻之间的矛盾夫妻之间解决,切勿影响孩子

我家就是“丧偶式育儿”的真实写照，日常家里家外都是我一个人忙。我以前是全职太太，但每天干不完的家务活儿，压得我喘不过气来。我特别希望老公能支援一下，但老公回到家就是“葛优躺”，看着就让人生气。有段时间真是的是觉得婚姻生活太难了。记得孩子小的时候，我想着孩子大了就好，但是随着孩子成长，事情

总是越来越多，我是一个总是把自己的情绪和需求放在最后的人，最后常常是没有自我。

或许是压抑的太久了，造成家里夫妻关系、母子关系都很紧张。最终导致我来了一次离家出走，更确切地说是一次独自旅行。我背起背包，给老公和孩子发了一个微信，告诉他们我去旅行了，于是就登上了旅途。也

是这次旅行让我看到了自己需求，也试着自己满足自己。

回来后，我的心态跟以前都不一样了。以前，我总是以家庭为重，做家务、接送孩子、辅导孩子功课等等都是我一个人干，只因我是全职太太，现在我认为我也应该有“周末”，应该有属于自己的时间，不能把所有的时间都用在干家务上，困在家务里。我

明确跟老公和儿子说，家里的家务活每个人都应该干，自己的事情更要自己干。除此之外，我们还确定了各自的公共家务，尤其在辅导孩子这块，我也让老公积极参与。虽然老公多次表示反对，但我也坚持，养娃是两个人的事，每个人都要付出，并为此制定了排班表。去年，我也回归了职场，独立后的我更加自信了。

卫女士 营养师 女儿8岁

家庭成员优势互补共同养育孩子

我和丈夫很看重对孩子的教育，早早就给每个家庭成员分好工，采取优势互补方式一起养育孩子。我懂营养知识，也兼修过儿童心理知识，所以负责孩子的日常生活照料与学习习惯培养，比如制定每周的家庭营养餐单，规划亲子阅读、手工时间，陪伴孩子写作业等；丈夫侧重陪伴孩子锻炼身体与社会性发展方面，他会每周

带女儿打羽毛球、做户外运动，通过运动教会孩子坚持，并在竞争中引导孩子学习协商等，他还负责在我们犹豫不决的时刻做决定；爷爷奶奶起到辅助作用，负责上下学接送，承诺不插手孩子的教育，带孩子时会遵循我们定下的规则。

虽然我们把任务分配得很明确，但在具体执行中难免遇到“越界”的

情况。例如，奶奶有时候忍不住会替孩子收拾文具玩具、给孩子买零食、让孩子偷偷玩手机等，打破我们定下的“自己东西自己收拾”“不能在外面吃路边摊”“每天用手机不能超过一小时”的规矩。我发现后会告诉丈夫，请他去和孩子奶奶沟通，讲清楚育儿规则。如果老人一时不能接受，我就找来新闻报道和家长课堂笔记转

给她看，让她知道溺爱孩子的后果。当然沟通时态度要诚恳，不能强硬。所幸老人很明理，思索一会儿就会同意我们的观点，回到宠爱而不溺爱的轨道上来。

在全家人的科学养育下，女儿展现出良好的生活自理能力、运动协调性和学习习惯，班主任夸奖她“就像一个小太阳”。

北京市家庭教育研究会理事、成长教育专家 兰海

好的家庭教育是家庭成员合作产生的

好的家庭教育是家庭成员合作产生的，最重要的一个词是合作，第二是开放，第三是科学。

现在有种观念叫“丧偶式育儿”，其实这一提法不太准确，因为在很多家庭中，有时候爸爸是被妈妈推开的，妻子总埋怨对方笨手笨脚，不会带孩子；还有一类爸爸害怕家里发生冲突，觉得自己和妻子的教育理念不一致，两人很相爱，在别的地方也很和谐，但一提到教育子女两个人就有很大的矛盾和分歧，因此丈夫会逃避，认为自己离开就能避免矛盾冲突，这是很多家庭都会出现的情况。

实际上，让孩子从小知道不同的人对同样的事情有不同的观点，是一件特别好的事情，只不过表达的方式得注意，可以讨论，不能吵架，父母不用担心在孩子面前呈现出来讨论的观点不一致。孩子长大以后，不会因为害

怕别人不喜欢自己就同意其意见。

在家庭里，每个成员承担的责任会有所不同，在部分家庭里父亲承担了更多的经济价值，但母亲不能直接下结论说他没有做好爸爸的工作，他可能提供的是整个家庭发展的经济基础，这一点很重要。可能母亲承担的是陪伴，确实很辛苦，但彼此要看见对方的价值。

老人本来就没有太多义务来帮助年轻一代养育。有很多老人不太被理解在养育孙辈中犯的错误，其实是老人小时候的成长经历和知识水平，导致他不知道这是错的，而年轻人经常给老人提出来说你这件事做错了，但没有提供正确的做法。比如，小夫妻经常告诉老人不要让孩子看电视，但是老人会有一个隐藏的问题，“那应该怎么办？”年轻人没有教他后面要怎么做。

我们在接受老人帮忙照顾孩子的

优点时，对于他做得不够好的地方也需要包容，合作更多的是夫妇还有孩子。要让孩子知道，家长、家庭其他成员的合作，才是好的家庭教育必备的包容性环境。

很多学霸级别以及事业有成的家长在教育上是不够开放的，不允许孩子走跟他们不一样的路，希望孩子一举成功。他会觉得成为学霸这件事这么简单，为什么孩子做不到？其实真的不是所有人都可以成为学霸。学霸的孩子会面临一个挺大的挑战，就是其父母并没有认识到他们能做的事情孩子做不到，他们觉得可能是孩子懒、慢，实际上孩子真的可能不像自己父母那样有能力。

事业有成的家长要清楚一点：你的成功一定不是成长的唯一路径，而且也只是在你所处的时代成功，不要让你自己事业上的成功或者高学历成

为你在家庭教育中实现价值的障碍，要允许孩子有其他的可能性。

家长不能拔苗助长，教育子女时得符合孩子的成长规律，而不是以为孩子三岁了还不认识200个汉字就是失败。好的家庭教育就是既要互相补位，又有成员之间的合作，通过协奏演奏出和谐乐章。

本报记者 任洁 周美玉 杨琳琳



更多精彩欢迎关注
“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。