

高质量的陪伴才是最好的教育

来源 / 中国教育报 文 / 洪明 编辑 / 王超



对于儿童健康成长来说，陪伴的重要性毋庸置疑。无论有什么样的理由，父母缺席的、不在场的教育，无论如何都是不称职的、危险的。因此有人说，陪伴是最好的教育。但是，知道陪伴的重要性只是教育的第一步，更要紧的是如何理解陪伴，如何学会陪伴。

首先，陪伴涉及孩子生活的方方面面。家庭教育的本质属性是生活教育，教育陪伴必须体现在生活的方方面面。吃喝拉撒睡是生活，休闲娱乐是生活，家务劳动是生活，读书学习是生活，待人接物也是生活。有的家长只注重学习上的陪伴，陪写作业，陪上课外班，这是对陪伴的异化。

有人说，家庭教育在饭桌上；有人说，家庭教育在运动场上；还有人说，家庭教育在阅读之中……这些说法都有道理，说明家庭教育不像学校教育，不是围绕科学文化知识和课堂教学打转转，而是围绕生活打转转，丰富而有意义的生活是教育的营养源。父母陪孩子读书，就会让孩子感受到文化的教育；父母陪孩子吃饭，就会让孩子感受到生活的教育。表面上看，陪伴就是与孩子在一起，就是时空同在，共同生活。

其次，不同阶段陪伴的重点不同。婴幼儿阶段，孩子自我意识处于萌芽状态，思维能力和自主活动能力很低，陪伴主要体现在对孩子的照料和抚养之中，以形成安全性

依恋关系。随着自主意识和活动能力的提升，孩子开始自主性探究活动，喜欢尝试各种新鲜的东西，接触各种玩具，喜欢走出家门，喜欢到大自然中接触小动物和花花草草，这就意味着父母要为孩子活动创造条件，同时注意孩子的安全。

3岁以后，孩子除了生理需要之外，最重要的就是游戏，喜欢找自己“中意”的伙伴，除了单独游戏之外，更喜欢各种同伴游戏。陪伴就是与孩子一起捉迷藏，一起玩积木，一起运动，一起唱歌，一起扮演，一起阅读。

6岁以后，孩子越来越需要各种真实的体验，有的是通过观摩父母的表现而获得的间接经验，有的是在父母的支持下获得的直接体验，喜怒哀乐与酸甜苦辣之中，孩子获得了真正的成长。

青春期以后，随着孩子社会化程度的提高，父母陪伴的重要性会不断下降，因为孩子已经具备了“自主行动”的意识和能力。

再其次，陪伴过程中父母要注重精神引领。“陪伴是最好的教育”，这句话应该理解为：最好的教育体现在对孩子的陪伴之中，尤其是早期阶段。陪伴是与孩子时空上的同在，但是并非所有的“同在”都是陪伴。

有的父母与孩子在一起的时候是分心的，一边玩着手

机，一边看着孩子。网上有个视频，一个母亲给不到一岁的孩子套上游泳圈，放在水中让孩子游泳，而自己待在一边玩手机，结果不大一会儿游泳圈从孩子身上脱落，导致孩子差点儿溺亡。陪伴在孩子早期更多体现为照料、抚爱等养育行为，后来越来越多变成了伙伴之间的互动，再后来，陪伴中精神启迪与行为的规范越来越多。

陪伴中的教育行为要根据孩子发展的需要而变化，最核心的意蕴是精神层面的，父母一方面要认真、及时地聆听孩子内心的声音，分享孩子的快乐，体会孩子成长中的各种收获；另一方面要把外部世界的丰富信息通过各种方式告诉孩子，比如阅读是借助书本获取信息，讲故事是通过人物和事件明白道理，立规矩是通过日常生活中行为规范明白做人的道理。

最后，陪伴的最终目的是为了放手。从人的成长意义上看，陪伴不是目的，只是手段，陪伴不是让孩子永远离



不开父母，而是该放手时能放手，以便让孩子更好地走向社会，成为他自己。

这似乎与陪伴的含义相悖，其实不然。通过父母高质量的陪伴，孩子获得了足够的能力、信心和爱，建立起安全性依恋关系，有足够的力量慢慢扬起风帆走向自己人生的旅途。高质量的陪伴，意味着父母不替代孩子的自主行为，不干预孩子的同伴行为，不强迫孩子的思维活动。

似乎可以这样想象——幼儿阶段，父母抱着孩子向前走；到了儿童早期阶段，父母拉着孩子向前走；到了儿童中后期阶段，父母和孩子并肩走；到了青春期阶段，父母则必须学会放手让孩子向前走。陪伴，是为了有一天不再陪伴，这可能就是陪伴教育的哲学。

唯如此，我们才能真正理解龙应台《目送》里的那段打动人心的话——我慢慢地、慢慢地了解到，所谓父女母子一场，只不过意味着，你和他的缘分就是今生今世不断地目送他的背影渐行渐远。你站立在小路的这一端，看着他渐渐消失在小路转弯的地方，而且，他用背影默默告诉你——不必追。

（作者系中国青少年研究中心研究员）

