

为人父母：贯穿一生的“角色扮演”

——访著名教育专家、北京第一实验学校校长李希贵

□青岛日报/观海新闻记者 王世锋

当一张父亲绑着手看孩子写作业的照片连续多年登上热搜，当“不写作业母慈子孝、一写作业鸡飞狗跳”的网络热梗成了无数家庭的真实写照……一个当代父母不得不正视的现实问题摆到了眼前：我们到底需要怎样的家庭教育？

这个问题，在人工智能浪潮袭来的今天，变得愈发复杂和紧迫。

过去，人们相信“学好数理化，走遍天下都不怕”，教育的路径清晰可见。今天，家长们发现，自己半生积累的经验、知识，在孩子面前正以肉眼可见的速度“贬值”。

面对这样的时代变局，家长的角色究竟该如何重塑？

前不久，在青岛市2026“爱润成长”家庭教育“十百千”行动启动仪式上，著名教育专家、北京第一实验学校校长李希贵以《父母的七种角色与三个动作》为题，分享了他的教育思考，并接受了《青岛日报》专访。

家庭教育的出路在哪里？李希贵的答案是：改变。他用一个个鲜活的事例，为焦虑中的父母提供了一份独特的“成长指南”。

从“保姆”到“亲戚” 父母的角色一直都在改变

“家长首先要做的是演好七种角色。”分享中，李希贵开门见山，提出父母必须学会身份角色的转换。

他依次梳理了父母在孩子成长过程中的角色演变路径——

“婴儿期(0-1岁)，大部分家长做的是对的，就是当保姆。但最大的问题是，好多家长把这个角色当了一辈子。”李希贵用这句话点出了家庭教育的核心痛点——不是家长做错了，而是没有随着孩子的成长而改变。那种事无巨细的“终身保姆”式包办，恰恰剥夺了孩子成长的机会。

在幼儿期(1-3岁)，父母的角色要从“保姆”转变为“玩伴”。

“幼儿期如果仅仅让孩子自己玩，是不可取的。”李希贵解释说，1到3岁的孩子没有规则意识，组织能力欠缺，没有大人的参与，他们玩不下去。他特别推荐这个阶段的玩伴捉迷藏，因为这是一项有效锻炼孩子能力的最简单、最有效的活动。

为什么玩伴如此重要？在这个阶段，孩子需要通过游戏学习社交规则、培养想象力和解决问题的能力。而有成年人参与的玩耍，其质量和效率都会得到提高。

在学龄前期(3-6岁)，父母要成为孩子的“导游”。

“学龄前期需要创造条件，扩大孩子的认知半径。”李希贵说，3到6岁的孩子无法理解深层次的社会结构，只能看到事物的表象，需要有组织地给孩子提供玩具、图书、游戏和社会活动，让孩子广泛接触不同的领域、活动、场景、课程，较早地发现孩子的潜能和天赋。

到了学龄期(6-12岁)，父母要学会成为“服务型政府”。

这个时候，孩子不需要父母带着他们参与各类社会生活，而是想主动地、自主地干什么，父母要做的是提供服务。李希贵特别强调了在这一时期绘本、神话、历险记类图书阅读的重要性。

青春期(12-18岁)时，父母的角色将迎来最艰难的一次转变——成为“总经理助理”，而孩子就是“总经理”。

讲到这儿，李希贵分享了一名父亲的困惑：“孩子小时候一回家就跟我说不停，我都听烦了。现在我想听，他却不说。”看着现场纷纷流露出“同款表情”的家人们，李希贵笑道：“青春期的孩子已开始构建自我，他们不是不说话了，只是不想跟家长说了。这时候，家长必须改变沟通方式。”

到了成人期(18-25岁)，父母就有了另一个新的角色，叫“银行柜员”。“好多家长见了我就抱怨，说孩子上大学之后一般不来电话，只要来电话就是要钱。我说‘这就对了’。”李希贵表示，如果孩子选什么课、怎么复习，发生了矛盾都找父母商量，“那这个孩子就是巨婴，永远长不大。”

但李希贵提醒：“当银行柜员时，不要把自己混同于柜员机。在孩子往外拿‘钞票’的时候，还要提醒他：注意风险，谨防诈骗。”

到了成年期(25岁以后)，孩子工作、成家之后，父母就成了“亲戚”。“好多爸妈认为自己始终和孩子是一家人，还掺和人家小两口的事，甚至还想一块住，这就更出问题了。你能和亲戚一块住吗？”李希贵解释，孩子有了自己的另一半，生活习惯、对问题的认识和价值观念完全跟父母不一样，“必然会发生冲突和矛盾，最后一定会不欢而散。”所以，正确的做法是“多走动，但不要太密切”。

“家庭教育的悲剧在全世界都一样：家长处在一个高高在上的位置，不太听孩子有什么需要，孩子拿家长没办法。时间长了，他也没有需要了。但到了青春期之后，孩子也不听家长的，家长拿孩子也没办法了。”李希贵总结道，“从青春期开始，家长要做的重要工作就是腾退空间，让孩子成为他自己，你回到你自己。整个过程，根本上就是两个字——改变。”

做好“三个动作” 点亮孩子身上的隐藏天赋

如果说“七种角色”是家庭教育的“道”，那么李希贵强调的“三个动作”则是更具操作性的“术”。

第一个动作是：老老实实承认天赋，竭尽全力发现潜能。

他讲了一个北京十一学校学生的故事。一名男孩高一入学时数学成绩全年级垫底，并且与别人的差距越来越大。他非常迷茫、痛苦。直到他偶然画了两张漫画。老师惊讶于其作品的表现力，立刻把画作挂到了教室的墙上。这给了他巨大的信心和勇气。他找到了自己未来的职业走向甚至人生方向，考入了全世界最著名的艺术学院。

“当我接触到艺术的时候，就像走进了一扇新的大



人物小传

李希贵，现任北京第一实验学校校长，兼任中国教育学会副会长、教育部基础教育指导委员会副主任委员等。

先后参与教育部《素质教育观念学习提要》编写组、教育部更新教育观念报告团、《国家中长期教育改革和发展规划纲要》起草调研组等工作。

出版的教育著作有《为了自由呼吸的教育》《面向个体的教育》《学校如何运转》等，在教育界影响广泛。

曾获全国劳动模范、全国优秀教师等荣誉称号。

■4月3日，李希贵在青岛国际会议中心与岛城学生家长分享他的家庭教育理念。
韩星 摄

对话

记者：您在报告中特别强调了学龄期儿童阅读的重要性，请问不同阶段应该重点阅读哪些书籍？

李希贵：一、二年级是培养想象力的敏感期，要给孩子提供经典的、有代表性的绘本。这些绘本不能只是讲故事的，还要涵盖自然科学、社会科学、规则意识培养等内容。

三年级要读神话，比如希腊神话和传说，并且要在三年级的时候就读完。因为到了四年级，孩子基本上就不信了。这一阶段还要读一些“桥梁书”。“桥梁书”一半是文字，一半是图画，能够帮助孩子从图画阅读过渡到文字阅读。

四到六年级就要读历险记了。从情节简单的《木偶奇遇记》《汤姆索亚历险记》，到相对复杂的《尼尔斯骑鹅旅行记》《海底两万里》。历险记不仅仅是给孩子讲故事，它是把孩子从“世界是美好的，人是善良的”童话世界，拉向一个真实的世界，让孩子知道这个世界是复杂的。这是一个非常重要的心理准备。

另外，纪录片也是这个阶段的宝藏资源，它是社会生活的浓缩，能锻炼孩子的推理和预测能力。

记者：您提到孩子青春期时家长要变成“总经理助理”，家长怎么准确判断孩子是否进入了青春期？

李希贵：我给大家一个非常实用的自测工具。家长观察孩子，如果以下现象中有一半以上“基本符合”，那就说明青春来了：

开始“看不上”父母，觉得家长没什么见识；变得更易争论；延迟回应父母要求的情况越来越频繁；越来越容易分心、无法专注；变得更加没有条理和健忘；房间越来越乱；越来越不愿敞开心扉，想要保留更多的个人隐私；对表达爱意的身体接触接受度降低；越来越注重个人的外表和衣着；更容易被新媒体和娱乐偶像所吸引；变得更为喜怒无常，容易情绪紧张、心烦意乱；开始努力让自己表现得更有女人味或有男子汉气概；越发沉迷于社交媒体、短信和互联网娱乐。

同时，家长也可以反观自己。如果孩子说话时，下面这些话“偶尔出现”一半以上，也说明孩子已经进入青春期：

“你能不干这个了吗！”我说的是现在、马上，不是等一会儿！”“我们说了算，别问为什么！”“你告诉我们，凭什么该相信你说是真的！”“我们必须告诉你什么是错的，这样你才知道什么是对的！”“你小时候多乖啊，现在都一去不复返了！”“你怎么只想着自己！”“为了等你安全回家，我们急得团团转！”“我们是为你好。”“我们已经知道你想说什么了，你不要再解释了！”“你怎么和我们小时候不一样！”“不是我们想跟你吼叫，是因为你总和我们唱反调！”

当这些信号出现，家长就要立刻警醒：角色该换了。

记者：很多家长把平板电脑、手机、AI视为“洪水猛兽”，严防死守。您却提出要“尽早提供”，这背后的逻辑是什么？

李希贵：问题的关键在于“怎么给”。未来的世界离不开这些工具，防是防不住的。建议尽早提供，但要明确归属权。比如在小学四五年级，家长可以把设备“借”给孩子，前提是签订一份正式的使用协议。协议里要写清楚每天用多久、周末用多长时间、违规了怎么处罚。

为什么要趁早？因为在小学阶段，孩子的同伴大多还没有电子产品，把设备给他们，他们会很感激，也愿意接受规则。如果等到青春期，孩子天天跟家长要，家长再给，那时候想定规则就难了。在青春期之前建立起这种规则意识和默契，对孩子未来的自律非常有利。

AI也是同样的道理。AI正在倒逼我们改革作业设计。过去布置作业“绘制《三国演义》人物关系图”，本质是帮孩子“回忆与再现”，现在依靠AI来完成这个作业当然比人做得好。所以我们要把作业升级，比如让孩子同时使用三个不同的AI工具来完成同一个任务。不允许孩子直接记答案，而是要孩子独立思考：去分析、比较这三个AI背后的逻辑、价值观和评判标准。这个过程，就是让孩子先借助AI快速建立认知高地，然后站在高地上进行批判性思考，形成自己的判断。这才是未来人机协作的核心能力。我们要设计的就是这种能让孩子“站在AI肩膀上”的学习任务。家长也可以参照执行。

门，这边风景正好。”李希贵复述这个孩子的话时，语气里满是欣慰，“教育的第一个要诀，是首先找到孩子和别人不一样的地方。”

他甚至提供了一个颠覆性的视角：一个弱点的背后，大都隐藏着优点。“孩子胆小？那是谨慎，适合做风险管理；孩子粗心大意？那是有领导力，因为对别人包容。”

李希贵表示，教育学上有一个重要的公式：天赋×投入=优势。要特别注意公式中的乘号，在发现孩子天赋的过程中，如果方向找错了，投入越大，对孩子伤害就越大，他将来应有的优势就越小。所以，要先把天赋找到，然后加大投入。

第二个动作是：从关注孩子知识学习，到关心孩子成长逻辑。

“知识学习是按照知识逻辑、学科逻辑来组织进行的，但孩子成长靠的是自信心、兴趣和内动力。”李希贵解释，如果只盯着学科逻辑，而忘了孩子的信心和兴趣，那么这个孩子就很难成长。

讲到这里，他分享了一个关于“等待”的故事。

一个男孩初二时不爱学习，在家里养了一房间的蛇。他父亲气坏了，觉得孩子“废了”。李希贵当时只说：“废不了，他的‘开关’还没到启动的时候，你要等待。”多年后，这位父亲激动地给李希贵打电话报喜，孩子被国外知名高校录取为博士生。

“这位父亲记住了‘等待’，现在终于等来了。因此，有些路是必须要走的，有些坑是必须要下去的。”李希贵说。

他列举了很多被家长视为“问题”的正常行为：孩子顶嘴？那是独立思考的萌芽。在意发型？那是要建构新形象。

“正如知名学者乔治·埃文斯所说，每个学生都会学习，只是不会在同一天学会，更不会用相同的方式学会。这些都是正常的，不要去刻意改变，而要提供资源，让孩子在这条路上走得更好。很多时候我们需要静等花开。”李希贵说。

第三个动作是：用赞美为孩子成长加速。

1990年，李希贵在高密四中当校长时，给学校老师办了一个幼儿班。一名老师家的孩子有个不好的习惯：只要陌生人和他说话，不管好话坏话，他一律用口水吐人。

李希贵没有批评他，而是夸他字写得好，甚至把他写的“幼儿班”三个字做成了牌匾挂起来。两人的关系改善了，孩子吐口水的“毛病”也改掉了。

“改变不是从改掉他的毛病开始的，而是从转移目光、去看他的优点开始的。”李希贵分享了他的教育心得，“绝大部分人都能经得起批评，但是几乎没有人经得起表扬。赞美不是对完美的奖赏，而是对成长的看见。它让一个生命确信自己的存在本身就有价值。不是优秀了才表扬，而是表扬了才优秀，好的孩子都是夸出来的。”他建议家长“随时表扬、定期批评”，而不是“随时批评，定期也不表扬”。

应对AI 关注“离线时间”和“免疫力”

目前，人工智能、具身智能等新技术的发展极大地影响了人们的生产、生活，重塑着人们的学习、交流、沟通方式。

“2025年寒假以Deepseek为代表的人工智能火了，今年‘龙虾’又出来了，可以在电脑上替人干活了。”会前接受专访时，李希贵表示，他同大家一样，对技术发展之快感到惊叹。因此，每年他和团队、同行都要坐下来研究，教育应该如何应对技术发展带来的冲击和机遇。

“为什么人会被机器代替？因为人在像机器一样工作。”李希贵提出了两个应对时代挑战的关键词：离线时间和免疫力。

“离线时间是把‘人之为人’的特性展现出来。”他认为，运动、艺术和解决问题是三个主要途径。

“运动是最容易激发人本身特性的一种方式，因为它是在冲突、合作、交流、一起打赢对方的过程中，把人的天性展现出来。艺术，比如演奏音乐、演话剧，也是一样的效果。第三个是解决问题，但这个需要专门设计。”李希贵认为，人只有和人产生各种关系时，才能把特性展现出来。因此，未来的学校一定是高质量、高密度的人类交往中心。

欧美国家家长“卷”的是什么？李希贵观察到，是下午3点放学后各类合作式的运动——踢足球、打篮球、打棒球……

“国内家长好像除了陪着孩子做作业，不知道还能干什么。要知道，设计离线时间的活动太重要了。”李希贵举了一个例子：北京有很多家长让孩子上戏剧班，每周六去排剧，甚至七八个家庭一块儿排剧。这种活动对人的特性的彰显非常有效。

至于“免疫力”，李希贵主张让孩子接触大量信息，在筛选和辨别中建立抵抗力。“始终不让孩子接触各类网络信息，他能有‘免疫力’吗？一直处在‘无菌状态’，出来能不感冒吗？”家长要做的，是和孩子一起研究、分辨真伪。

“过去，人们接触的知识都是经典的。今天不是了，各类信息铺天盖地、汹涌而来，所以‘免疫力’就显得很重要。”李希贵特别提到，现在有一部分老年人比较相信网络传播的各种信息，因为他们过去主要是看报、读书获取信息，延续了“经典知识”的思维，对各类网络信息没有“免疫力”。但是，下一代孩子不能这样了，要有自主甄别的能力。

在分享的最后，李希贵给所有家长一个最简单的建议：如果只做一件事情的话，就是爱你的另一半。

“夫妻两个把关系搞好，互敬互爱，在孩子面前不发生意见分歧。有这样的环境，孩子就有安全感，就有了最好的生长土壤。一个幸福的家庭，一定会出现一个幸福的孩子。”李希贵强调。

这句话，或许是在这个充满不确定性的时代里，对所有为人父母者最好的慰藉与指引。