

“超60%的孩子渴望陪伴” 数据里藏着多少期待?

缺席的陪伴

8月27日,在西安市阎良区关山街道自家的玉米地里,12岁的小宁(化名)看着即将成熟的玉米,掰手指默数着——距父亲外出打工未日已有393天。

回家后,他握着笔在纸上勾勒一家三口的轮廓,可画着画着停下了笔,因为他记不清母亲的样子。

母亲在他3岁时离开,父亲常年在外打工,照顾他的是爷爷奶奶。父亲偶尔和他通电话,除了问他学习成绩外,两人再无更多交流。

上一次父亲回家是去年暑假,当时因为伯伯去世。今年春节,父亲说假期加班有3倍工资,便没有回来。

“过两天,我爸爸要回来,因为有一个亲戚刚去世了。”小宁说,他希望父亲能常回来陪陪他,但是,不希望父亲因为这样的缘故回来“顺便”看他。

西安市蓝田县玉山镇的小悦(化名)也是一名留守儿童,她奶奶的手机上存着她询问父母归期的几十条相同的信息。“我问爸爸妈妈什么时候回来,他们总说不忙了就回来,可我不知道‘不忙了’是什么时候。”小悦说。

陪伴缺失并非留守儿童独有的困境,一些流动儿童、城市儿童亦面临此问题。

流动儿童元元(化名)早已习惯了父母早出晚归的生活:清晨醒来时父母已出门,晚上入睡后父母才下班回来。不久前,奶奶给元元过生日,匆匆赶回的母亲想要拥抱元元时,她却下意识地躲开了——那一刻,两人都愣住了。

元元摆弄着奶奶缝的布偶熊,



志愿者陪孩子们在“童心港湾”里玩耍。

这是她每晚抱着入睡的“家人”。在一次流动儿童绘画活动中,她的画里,一只小鸟孤零零地站在巢边,旁边写着一行字:“等羽毛长硬了就飞走”。老师问她为什么,她小声说:“因为大鸟从来不回巢。”

部分城市儿童虽与父母同住,却也陷入“假性陪伴”困境。因工作繁忙等原因,父母难以给予充分陪伴,老人、手机和书籍等成为孩子的主要“陪伴者”。

根据共青团中央主办、中国青少年发展基金会承办的“新时代新征程希望工程高质量发展项目交流会”披露的最新调查数据显示,超过60%的孩子渴望得到更多成长陪伴。

多方合力补位

当父母陪伴缺位时,社会各界正积极补位。

蓝田县玉山镇玉山社区的“希望小屋”里,书声琅琅。在这个留守儿童占比约50%的社区,孩子们的假期由值班干部与大学生志愿者接力守护。今年暑假,西北大学现代学院支教团队在此开展诵读经典、手工制作和心理教育等活动。

在蓝田县普化镇“童心港湾”,沙盘游戏正帮助孩子们打开心扉。“刚开始有的孩子不敢说话,但几年下来,他们会主动分享,变得更加开朗乐观。”志愿者孔金铭介绍。共青团蓝田县委书记靳攀表示,全县已建立起多个“陪伴式”成长服务阵地,整合社会资源弥补亲情缺失。

莲湖区青门社区开展的“暑期儿童生命成长体验营”中,25名流动儿童在9名社工陪伴下,3天徒步40多公里并完成卖水等任务。“我们希望用陪伴点亮孩子的成长之路。”西安市协力社会工作服务中心主

谁承想,在物质极大丰富的今天,陪伴反而成了许多孩子最奢侈的愿望。

任李帅帅说。莲湖区青年路第二社区蓝精灵儿童服务站通过兴趣课堂和陪伴互动课,为部分流动儿童和城市儿童填补了陪伴空白。

心理咨询师雷春霜指出,任何外在的陪伴都无法替代父母之爱。其团队服务的上万例案例显示,长期缺乏父母陪伴的孩子往往表现出情感表达障碍和社交困难。“一个视频电话、一次睡前故事,这些看似简单的互动,实则是构建亲子关系纽带的关键。高质量陪伴重在专注度和互动性,而非时间长短。”她强调,当家庭陪伴力有不逮时,第三方力量正在发挥越来越重要的补充作用,但要真正解决问题,还需要建立长效的关爱体系,让童年不再“失陪”。

陕西省决策咨询委员会民生组组长石英表示,构建家庭尽责、社会关爱与多方参与的协同机制,“陪伴”将不再成为一个难题。

文/图 本报记者 姬娜

马上开学了 这样帮孩子快速“收心”

中小学开学的脚步日益临近,8月27日,记者采访发现,孩子从沉迷游戏到抗拒规律作息,从暑假作业拖沓敷衍到对开学充满抵触,类似的场景正在西安多个家庭中上演,家长们希望找到帮孩子快速“收心”的办法。

孩子不在状态 作息紊乱 抵触开学

“这都晚上10点了,还抱着手机不放。”8月26日晚,西安市碑林区一小区内,徐女士站在客厅叹气,桌上摊着没写完的暑假作业,儿子小海窝在沙发上盯着手机屏幕打游戏,嘴里还念叨着“再玩一局就写”,而这“一局”,已经拖了快1小时。

西安市未央区的刘女士最近正为开学上一年级的女儿媛媛犯愁。暑假里,媛媛跟着爷爷奶奶去云南玩了大半个月,回家后的心就一直“飘”着,天天念叨“还想出去玩”。眼看开学只剩几天,刘女士想让她提前适应上学节奏,可每天早上7时叫女儿起床时,媛媛直接把枕头蒙在头上说:“在外面都是醒了就逛,为啥要早起?”好不容易哄起来坐在书桌前,媛媛握着铅笔东张西望,写不了几个字就要吃水果、喝水……心思根本没在学习上。

比起作息紊乱、注意力不集中,更让家长揪心的是孩子的开学抵触情绪。西安曲江新区即将上六年级的浩浩,最近总躲在房间里不说话。妈妈王女士追问了半天才知道,浩浩听同学说“六年级要学的新内容超难”,又担心开学后会换老师,越想越慌,连晚上做梦都梦见“上课答不上题被批评”。王女士说,这几天孩子饭也吃不好,话也变少了,真怕开学后影响状态。

专家:多维度帮孩子快速“收心”

西安爱之初心理咨询有限公司负责人董琳琳表示,“孩子开学前‘收心难’,不是故意‘不听话’,而是他们的心理和生理还没完成从‘暑假模式’到‘开学模式’的切换。”董琳琳解析了背后的原因:一是生物钟紊乱导致生理不适;二是心理掌控感缺失导致拖延。暑假里孩子的生活相对自由,想玩就玩、想睡就睡,而开学后要面对学校的规则约束,部分孩子会通过拖延写作业等方式留住对生活的掌控感;三是未知焦虑引发抵触。孩子会担心开学后换老师、调座位、课程难度增加等未知变化,面对这些不确定因素,他们容易用逃避的方式应对内心的恐惧。

如何帮助孩子快速“收心”?西安市儿童医院儿童保健中心心理治疗师张艳楠建议:作息+饮食+运动。每天提前15分钟作息(早睡+早起15分钟),睡前1小时禁电子设备;恢复三餐规律,每天1小时户外活动;家庭仪式引导。开家长会复盘暑假,准备开学用品,全家讨论新学期“愿望清单”(如去博物馆、交朋友),激发开学期待;学习环境塑造。约定电子产品“使用递减表”,共同整理书桌等;低龄孩子可角色扮演或提前熟悉校园,每天15分钟全家读书;情感支持保障。当孩子出现焦虑情绪时,不要着急给建议,而是采取共情的办法,用正向语言鼓励;开学后关注其情绪与社交,让孩子感知家长关注的是他本人而不是学习。

本报记者 陶颖



志愿者陪孩子们下棋。

家长陪伴的困境

不少家庭面临陪伴缺失的困境,其背后是多重现实因素的叠加:迫于生计压力,家长在繁忙工作中无暇陪伴孩子;家庭变故导致陪伴主体缺失;部分家长尚未理解陪伴的重要性。

西安市民李先生的无奈道出了许多家长的心声:“为了维持生计,不得不频繁加班,周末在家时累得只想休息,实在没有精力陪娃。”许多像他这样的父母一心想要给孩子创造更好的物质条件,却在不知不觉中牺牲了珍贵的亲子时光。

在蓝田县,72岁的张女士抚养两个孙女,孩子的父母离异,父亲常年在外打工。这样的家庭结构缺失,让孩子的成长过程缺少了父母的陪伴。

家住西安市莲湖区的刘先生则经历了从“忽视”到“重视”的转变。“大女儿小时候,我们夫妻都忙工作,很少陪她。孩子长大后,明显和我们有距离感。”刘先生说,有了小女儿后,他吸取教训,调整了工作节奏,几乎每天都陪着孩子,连续3年坚持周末带孩子参加社区活动。看到小女儿性格开朗、主动表演节目,他倍感欣慰。

市民姜女士的经历同样发人深省。小时候,父母早出晚归,她常常被锁在家中,这段经历让她在成为母亲后选择做全职妈妈。“心不在焉的陪伴,比不陪伴更伤孩子的心。”她用心观察孩子的成长变化,耐心倾听孩子的诉求,母女关系十分亲密。



志愿者陪孩子们玩游戏。