



正如书序中所言：“‘FAM力’不仅取自‘Family’的谐音，更蕴含着Fun（乐趣）、Acceptance（包容）与Miracle（奇迹）的深意。”这三个关键词，犹如三把钥匙，为大众打开了理解当代家庭幸福密码的大门。

四个家庭叙事， 重塑幸福定义

当四个各具特色的家庭走上讲坛，分享他们的故事时，会场内时而爆发出会心的笑声，时而响起感动的掌声，时而陷入深思的静默。这些真实的家庭叙事，如同一面面镜子，映照出当代中国家庭千姿百态却又心有灵犀的幸福图景。

上图：2025年10月24日下午，上海智慧女性读书讲坛现场。
摄影/王哲

“阳曲好爸爸讲师团”首任团长周浩的故事，颠覆了传统家庭角色分工。这位被称为“周爸”的“超级奶爸”，为了陪伴孩子成长毅然辞职创业，至今已坚持13年。“一次幼儿园的开放式活动，班主任老师说我们家女儿不但胆小、怕生，还是班里唯一一个营养不良的孩子。”周浩回忆道，“这些不好的小标签深深刺痛了我的心。”正是这次沟通，让他开始重新思考工作的意义与身为父亲的责任。

在接下来的日子里，周浩不仅每天接送女儿，更“亲身入局”带着小区里的孩子们一起游戏。“我成了小区里孩子最期盼等待的人，也成了叔叔阿姨眼里的放心人。”说到这里，周浩的脸上洋溢着自豪。更令人感动的是，

他并没有简单复制对女儿的陪伴模式来对待儿子，而是发现了儿子在运动方面的天赋，最终帮助儿子在柔道赛场上找到了自信与快乐。

“陪伴不是单向的，而是双向奔赴的成长。”周浩的这句话，道出了高质量陪伴的真谛。如今，他牵头组建的“阳曲好爸爸讲师团”已走过七个年头，从最初的几位爸爸发展到如今的程序化运作，这个团队正在改变更多家庭的生态。“我们希望呼吁父亲们关注家庭、回归家庭，拒绝做‘影子父亲’。”周浩说这话时，眼神坚定而温暖。

周勤、周雨昕母女的故事，则是一部关于文化传承的动人诗篇。母亲周勤，一个土生土长的崇明人，从母亲给她的16匹