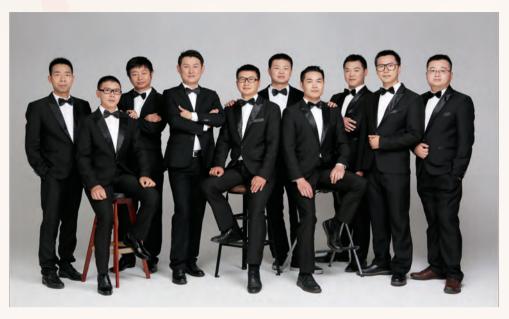
日复一日,那个曾经怯生生 躲在身后的小女孩,在父亲的陪伴中,悄然褪去了胆怯的外衣。 这段从疏离到亲密陪伴的历程, 不仅重塑了女儿的童年,也重新 定义了周浩作为父亲的价值与幸福。

随着女儿步入小学阶段, 周浩开始思考更深层次的陪伴意 义。他意识到,单纯的游戏互动 已不足以满足孩子的成长需求, 需要为孩子构建更丰富的认知体 系和价值观基础。

上海丰富的文化场馆资源为他提供了绝佳的教育契机,从2016年暑假起,他系统性规划了每周的参观行程。红色场馆里追寻城市记忆、名人故居中感受历史脉络、艺术空间内培育审美情趣——这些看似简单的行走,实则是父女共同构建城市认知的精神之旅。

## 因材施教, 姐弟各有天地

陪伴的日子久了,周浩逐渐 摸索出一套独特的陪伴方法。他 不再满足于走马观花式的参观, 而是预先设计探索任务卡,引导 女儿观察建筑细节、思考展品背 后的故事。在中共一大会址,他 们讨论理想与信仰;在鲁迅纪念 馆,他们交流文学与社会责任; 在上海博物馆,他们比较古代文



明与现代生活的联系。这种深度 参与的陪伴方式,不仅增进了女 儿对城市的归属感,更在潜移默 化中塑造着她的价值观。

与性格文静的姐姐不同,儿子天生好动,精力充沛。周浩敏锐地捕捉到这一特点,巧妙地将互动融入运动之中。从幼儿园时期的蹦跳爬跑,到进入小学后学习跆拳道、羽毛球、乒乓球等运动,再到如今的柔道专项训练,周浩尊重孩子真心喜欢,另一方面,柔道也让儿子快速获得了成就感和自信心——去年,首次参赛就获得市青少年柔道锦标赛季军,今年更是一举夺魁。

除了专项训练,周浩还热衷 带儿子探索户外。每次十公里左 右的徒步登山,不仅是体能的考 验,更是意志力的磨砺。在山林 间,儿子认识了许多城市里见不 上图: "阳曲好爸爸讲师团", 周浩(左五)是首任团长。

图片由受访者提供

到的动植物,好奇心得到极大满足。周浩也会策划"说走就走"的短途旅行,无论是洛阳龙门石窟的历史厚重,还是镇江西津渡的夜色温柔,都化作了父子间共同珍藏的成长记忆。这些活动不仅强健了体魄,更在潜移默化中培养了儿子坚毅、乐观的品格。

随着女儿步入初中,学业压力明显增加,周浩的陪伴方式也随之调整。他不再像小时候那样主导游戏,而是转变为一位耐心的倾听者和温和的引导者。每晚书桌前的那盏灯下,父女俩常有一小段安静的交流时光,话题不拘一格,从学校趣闻到社会热点,有时或许只是一杯热牛奶的无声关怀。

面对性格迥异的姐弟俩,周 浩深知平衡两个孩子关系的重要 性。他善于发掘姐弟间的共同兴 趣点,经常组织全家参与的活动。