

# 事业与家庭并重 忙碌爸爸也能做好爸爸

职场百态

“我抱起砖头就没法抱你，放下砖头就没法养你”。这句流行于网络上的话，道出了很多爸爸们的现状。对大多数在职场打拼的爸爸们来说，赚钱养家是他们最大的责任，家庭和事业如何做出选择？父亲节来临之际，记者采访了三位潍坊的事业型爸爸，他们给出了统一答案：事业型爸爸不做“二选一”的选择题，事业不能放下，但要通过各种方式对家庭释放爱的信号。

□潍坊日报社全媒体记者 窦圆娜

家庭？

工作？  
事业？



人物:林清,34岁,技术人员

B

“云爸”距离远,但牵挂时时在

家住高新区的林清是一家企业的技术员工,2022年年初因为业务调整,前往广州工作,一年能回家的次数屈指可数。

“我调到广州时,女儿才一岁多。但没办法,我首先要承担起养家的责任。”林清坦言,结婚之前他对职业生涯是有规划的,只是当时目标并不清晰。结婚有了孩子后,养家的压力突然加重,之前“还可以”的薪资,一下子就不理想了。他想给家人创造更好的生活条件,正好工作上有升职加薪的机会,便“狠了狠心”。

人在外地,微信也使用得更加频繁。每天早上,林清都会和家里视频通话,问候妻子早安,看看朝思暮想的女儿;晚上结束一天的工作,视频再次打过去,

跟家人聊聊家常和工作的事情。父母也经常在家里群里发女儿的生活照和视频,让他在工作之余可以随时了解女儿的成长动态。

“有一次视频,女儿皱着眉头说‘我想爸爸了,怎么办’,当时我的心都要碎了,恨不得立即回去陪她。但现实不允许我这么做。”林清有些无奈地说,虽然丈夫、父亲、儿子的角色十分重要,但只有足够的经济支撑,家里的日子才更安稳。

“在孩子成长过程中,爸爸的爱和陪伴也很重要。但长期和家人两地分居,对孩子的陪伴难免会减少。”林清说,一家人还是生活在一起更好,他正在考虑把家里人接到广州生活,还是回潍坊和家人团聚。

A

人物:徐名鑫,36岁,公司业务主管

该打拼时就打拼

但莫让事业占据生活全部

36岁的徐名鑫是朋友眼中的“拼命三郎”“大忙人”,从普通员工开始,一路勤奋努力,一步步晋升,成了如今公司的业务主管。

“男人就要在外面打拼事业,提供经济支持也算是为家庭做贡献。”徐名鑫说,在现实生活面前,他必须把工作排在家庭之前,在该奋斗的年纪就要先打拼,才能让老婆孩子生活得更舒适一些。

“我有时也会问自己,每天辛苦工作是为了什么?现在妻子体贴、孩子懂事、父母健康、家庭和睦,为什么还这么拼呢?每当晚上加班或应酬完回到家,看到熟睡的家人,我就觉得缺少了生活该有的样子。”徐名鑫也曾在打拼中感觉到迷茫。

徐名鑫说,以前他需要经常加班和出差,和家里人的交流仅有几句简短的问候:“我上班去了”“路上慢点开车”“下班了吗,还没吃饭吧”“我在外面吃过了,你们先睡吧”。很多时候,到家时已是深夜,家人都已熟睡,他只能轻手轻脚地走进女儿的房间,轻轻抚摸一下女儿的头发,并补上一句“睡吧宝贝,晚安”。有时能早回家一会,也仅是陪父母简单吃个晚饭,陪孩子去小公园玩半个小时。

时光转瞬即逝,看到孩子慢慢长大,父母的两鬓也已泛白,徐名鑫逐渐意识到,无论多忙,对家人的陪伴都不能少。今年开始,他利用周末时间陪家人,带孩子去公园练习骑自行车、去广场投纸飞机、练跳绳……趁父母身体还强壮,陪他们爬山踏青;陪爱人逛逛街、品尝美食。

徐名鑫说,事业本身是为家庭服务,该奋斗时奋斗,但莫让事业占据生活的全部。

人物:圈儿哥(化名),47岁,旅游行业从业者

C

做个“有心人”,工作家庭相融合

“与其说平衡事业与家庭,不如说工作与家庭的融合。”圈儿哥特别在乎家庭,在他看来,把老人、妻子、孩子照顾好是男人事业的一部分。

圈儿哥从小受父辈的影响,在他的观念里,家庭生活就是一家老少其乐融融生活在一起。与父母同住多年,他和妻子从未觉得不自在,反而因为有老人的帮衬,二人有足够的时间在工作上打拼。

“我是做旅游行业的,经常要带团出去,有父母在家照看着,即使出去很多天,也很放心。”圈儿哥说。

带团出游期间,圈儿哥一直和家人保持着密切的联系,每到一个景点,他都会通过微信视频给家人报平安。每次行程结束,他给父母、妻子和孩子各挑选一件礼物,让家人时常收到小惊喜。

“很多人会觉得家庭和工作不能兼顾,但实际上,我们要多建立工作与家庭的连接,只要有心,即使常年在外工作,也会有一家人在一起的感觉。”在圈儿哥心里,家庭的位置排在工作之前,把家庭经营好是很有成就感的事情,“能把家庭照顾好的人,工作上应该也不会太差”。

作为两个孩子的父亲,圈儿哥在教育 and 培养孩子方面也是个“有心人”。“头胎照书养”,他看了一堆育儿书,听了多位育儿专家的课,摸索出了一套自己的育儿经验。从老大上幼儿园开始

一直到小学毕业,他都会经常拥抱孩子,再说一句鼓励的话,每次“力量传递”完毕,孩子都很开心。这个习惯也延续到了老二身上。为了更好地教育孩子,他申请加入学校的家委会,从老师那里学习和孩子相处的方式方法。

此外,圈儿哥还带孩子融入自己的朋友圈,他和孩子成了无话不说的好朋友。圈儿哥说,陪伴孩子成长的过程中可以体会到很多乐趣,如果一句“工作忙”,就错过了孩子的成长,多少是有些遗憾的。

“处理好工作和家庭的关系,最重要的还是个人观念的转变,没有必要非得‘二选一’。”圈儿哥说,有些爸爸常年在外,没办法陪在孩子身边,但作为父亲要与家人多沟通,让家人时刻感受到关爱。正如同圈儿哥在自己的公众号中写的那样:“一个活明白了的男人,一定是个对自己家人百依百顺、唯恐伺候不好的人。作为一个男人,要为家人提供近乎谦卑的服务。诚哉斯言!”