

电影课

上情绪管理课的鸟儿为何都没有家人

蔡朝阳

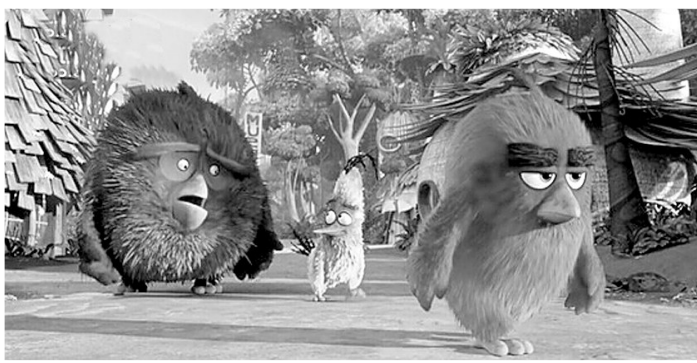
极端情绪出自问题家庭

第二次看完电影《愤怒的小鸟》回来,吃晚餐的时候,我儿子菜虫冷不丁问了我一个问题:为什么电影里去上情绪管理课的鸟儿都没有家人呢?

好吧,我承认,这个问题把我惊呆了。

原以为这个动画片是根据电脑游戏改编的,无非是一个闹剧或者笑剧,不用过脑子,看完哈哈一乐,回来再重温几盘游戏,不就是一场电影的价值吗?但是菜虫居然问出了这个问题,委实叫我生出分外的惊喜。事实上,我自己都没往这个方向去想,这个熊孩子,还真有自己的想法。

故事的情节是这样的。有一个鸟岛,所有的鸟都过着温文尔雅的生活,几乎没有争吵,鸟与鸟之间彬彬有礼,过鸟道都有鸟警察指示,总之就是一个理想国般美好的环境。但有一只叫胖红的鸟,经常会生气发飙。胖红的



职业是快递小哥,有一次送货迟到了。当然也是有原因的,但遭到了顾客的投诉,于是被判罚去上情绪管理课。

在情绪管理课上,胖红遇到了另外两只控制不了自己情绪的鸟。一只叫迅猛鸟,一只叫炸弹鸟。炸弹鸟叫大红,往往不知道什么状况就会突然爆炸,有一次,连心理辅导教室都被他炸掉了。

菜虫问的问题是,为什么来上情绪管理课的三只鸟,都是没有家人的。从后面的情节我们获知,这三只鸟都是孤儿。

菜虫所问的是儿童心理学的一个基本问题。有数据表明,多数问题儿童都来自于问题家庭。一般而言,心理学上认为原生家庭很重要。一个正常的家庭,孩子的情绪控制与表达也会比较正常。因为家庭会给孩子爱、同情和接纳,使得孩子在家庭里享有足够的安全感。这样,这个孩子自我管理情绪的能力,不必上专业课就会比较正常。因

为对他来说,爱不匮乏,安全感不匮乏,成就感也不匮乏,孩子就会比较阳光、自信,甚至呆萌。总之,基本上不会偏向任何一个方面的情绪极端。

胖红是个孤儿,自己建造的小家远离村落,孤单地伫立在海边。可以看出,胖红在这个社群中,一直是受到某种歧视的。因而,当胖红因为外界不可抗力,导致快递迟到而遭受指责时,他的愤怒情绪里其实混杂着过去的很多被歧视的因素,而不单纯指向迟到被罚这件事。

这就如同我们的孩子,很多时候孩子的极端情绪都是有原因的,智慧的父母需要去理解孩子情绪背后隐藏的东西,从而更好地理解孩子、接纳孩子。比如孩子发飙时,父母首先要做的不是去制止,更不是去针尖对麦芒,而是去接纳:“嗯,孩子,爸爸妈妈知道你很生气。”

但胖红是孤儿,鸟岛的法官也不是智慧父母,他只会粗暴地判定胖红去上情绪管理课,这属于治标不治本。在最根本的心理问题之前,什么情绪管理课程都接近于一种刑罚。

靠正常社群疏通情绪

事情的转变契机在于绿猪入侵事件。绿猪用欺诈的方式,骗取了鸟岛居民信任,在一个狂欢之夜,偷走了所有鸟蛋。而在此之前,只有胖红和他的两个上情绪管理课的所谓问题小鸟同学才有先见之明。先见之明的原因

在于,他们不安分,敢于怀疑,喜欢冒险。而这些不安分的品质,在这个温文尔雅的鸟岛,本来是不受待见的坏习惯。

这里出现了另一个问题,这个问题是菜虫没有意识到,而是他的老爸虫爹意识到的。这让虫爹在解读这部电影的感觉上扳回了一局,虽然这思考还是被菜虫触发的。

鸟岛居民决定出征猪岛抢回鸟蛋。依靠什么?靠的是愤怒。也就是说,前面被视为负面情绪的愤怒,这时成了战斗的最大动力。而先前被认为是麻烦制造者的三只被判去上情绪管理课的小鸟,却成了事实上的领袖。并在所谓神鹰的帮助之下,取得了鸟蛋争夺战的胜利。

这个情节寓意何在?我以为,这个寓意就在于,你只要成为你自己就可以了。最成功的人生,不是你成为众人仰望的英雄,而是成为最好的你自己,是其所是,如你所愿。因为,人皆仰望的英雄,比如神鹰,其实是个自恋的家伙而已。把拯救的希望不切实际地寄托在英雄身上,总会被无情的现实击得粉碎。自己的生活,需要自己去捍卫。

胖红做到了,他与另外两只问题小鸟一起带领鸟岛居民夺回



最需要受教育的是父母

本报记者 余闯

现在社会上,大家普遍关注学校教育,家长思考更多的是学校教育,却忘了他们自己才是教育的真正基础,才是决定孩子命运的关键。全国政协副主席、中国教育学会副会长兼家庭教育专业委员会理事长朱永新说。

1月5日,新家庭教育研究院与湖南教育出版社在北京签署战略合作协议,双方将联合出版《新父母教材》《新家庭教育指导师教材》,共同举办“新家庭教育论坛”,评选“中国新父母年度人物”。朱永新表示,家庭教育指导用书的编辑出版,将教育越来越多误入盲区的家长真正学会为人父母。

诸如校园欺凌等事件的发生,总能牵动社会万千大众的神经。很多父母愿意为孩子出钱,让孩子进入各种补习班和兴趣班,但却忘记了,最需要受教育的,不是孩子,而是孩子的父母。像校园欺凌事件和留守儿童问题的施害者,就大多生长在缺少父母教养的家庭里。朱永新直言。

2016年11月14日,全国妇联联合教育部、中央文明办等九部

门共同印发《关于推进家庭教育工作的五年规划(2016-2020年)》,提出到2020年,基本建成适应城乡发展、满足家长和儿童需求的家庭教育指导服务体系。

2016年12月12日,习近平总书记会见第一届全国文明家庭代表时,再次强调“家庭是人生的第一个课堂,父母是孩子的第一任老师。孩子从牙牙学语就开始接受家教,有什么样的家教,就有什么样的人。家庭教育涉及很多方面,但最重要的是品德教育,是如何做人的教育。”

真正的家庭教育被掩盖了,家庭教育应有的功能也被误解、误用,这是一个极大的扭曲。签约仪式上,中国青少年研究中心家庭教育首席专家孙云晓说,家庭教育是一个比学校教育更漫长、更重要、更有个性的教育。但是当前,家庭正在变为学校的第二课堂,变为学校教育的附庸,家长正在变为老师的助教,协助教师监督学生完成学校任务。新家庭教育研究院专门成立新父母研究所,就是要让更多人认识到,父母的教育素养决定着孩子的精神高度。

亲子共读

张贵勇

从爱好者读成小专家

张贵勇

动物类书籍读得多了,儿子哲哲觉得不过瘾。于是,我又帮他找了一些纪录片,如《地球脉动》《自然传奇》《微观世界》等。一些讲到的发展史、如何训练狗,以及里格斯贝尔的野外求生、昆虫野外调查等,他都很喜欢。自从他读动物小说以来,家里的电视基本锁定在探索频道。他边看边议论,不忘给我和哲哲妈妈扫盲。看我们心情好,偶尔他也自言自语:“以后有了狗狗,我也要这样训练它,要带它多到大自然里。”

哲哲也关注了一些专门养动物的微信公众号,闲暇时像读书一样很认真地看,偶尔还记笔记。他也让我关注,理由是“爸爸也要学习孩子感兴趣的东西,不能自己不学习,只让孩子学习”。后来,我把一些动物小说作家、科普学家的微信也推荐给哲哲,鼓励他遇到不懂的问题多向专家提问。

什么是好的教育?好的教育其实就是为孩子的成长铺路,让其积极的兴趣爱好得到最大限度的发展,就像赞科夫所谓的“在最近发展区着力”。父母除了要呵护好孩子的兴趣,还要多鼓励、支持孩子,不只是为其买一些经典书籍,还可以寻找优质教育资源,促进孩子完善知识结构,提高观察力、分析力,帮孩子活学活用,长久受益。

有一年暑假,哲哲从微信公众号上看到北京顺义举办宠物展,央求我带他去看看。展馆里有他喜欢的各种名犬,拍照合影之余,他和卖家攀谈起来。许多卖家都惊奇哲哲知道那么多关于狗的知识,聊得甚欢,临走时还不忘留下联系方式,以期深入交流。后来,在爬虫展馆里,他又跟卖蜥蜴的老板侃侃特侃,让我惊讶他积攒的知识简直就像一座移动图书馆。后来我还带小家伙去狗场了解狗的繁殖与饲养,近距离接触萌萌的小狗。

随着阅读的持续深入,我的确看到哲哲的知识储备迅速提高,对他有种“士别三日,刮目相看”的意思。他非常喜欢电影《疯狂动物城》,看了英文版又看国语音。回来后他告诉我中文配音不怎么样,而且还出了一个很大的错误,把原版里的“狐獴”译成了“穿山甲”,它们俩不是一种东西,虽然都能滚成球,但狐獴身上的鳞片跟穿山甲大小不一样,生活的地区也不一样,穿山甲生活在东南亚,狐獴生活在南美洲,它们分别属于不同的科。

许多孩子和哲哲一样,因为动物小说而爱上阅读,爱上小动物,因为阅读知识类书籍,喜欢看与动物有关的文章、纪录片,视野逐渐打开,心胸逐渐开阔,尝到了阅读的甜头、钻研的乐趣。在此阶段,如果父母能引导其用心观察、横向对比,甚至采取田野调查的方式去深入了解,也许能引导孩子从动物爱好者成为名副其实的“小专家”。

许多人以为,只有成人才能成为专家,哲哲给我的启示是,专家不分年龄,而与阅读量、阅读面和观察力有关。当孩子在浓厚兴趣的驱使下,愿意从多种角度去了解动物,他们头脑中的动物知识和对相关问题的理解,常常令人惊喜。

如果有可能,可以试着和孩子一起养动物,让孩子近距离了解动物的习性,不仅能提高其观察力,

也能丰富孩子的情感。在征得妈妈的同意后,哲哲终于养了一只狗,并给小狗起名为“亮亮”。小家伙非常喜欢亮亮,每天和它一起玩,训练它遵守规矩。在我的督促下,他还做实验,做记录,测试亮亮的反应速度,寻找食物的办法,以及对哪种食物最感兴趣等。

后来,他还创作了一本《我和亮亮》的图画书,每张画面都经过了精心设计,具备了图画书的多种元素,非常有看头,读起来让人发笑、惊喜和感动。

就像卡尔萨根因为看了科幻片而爱上探索太空一样,孩子阅读动物小说,进而喜欢动物,饲养动物,深入研究动物,知识面越来越广,未来也许真的成为动物学家。父母不要小瞧孩子的观察力和创造力,实际上许多著名野生生物学家就是从从小在阅读和与动物的亲密接触中积累了大量的宝贵经验,积蓄了浓厚的热情,最终走上科研之路的。

动物小说对孩子意味着什么?就像动物小说大王沈石溪所言,每个孩子都喜欢读动物小说,也许是里面的“动物性”具有一种原始的动人心魄的力量,感动着孩子,纠正他们曾经对动物的误解,也不断给他们惊喜,让他们看见一个更为宏大、与现实城市生活完全不同的世界。

爸爸,你说那么多人写动物小说,为什么没有人写昆虫小说呢?一天,哲哲跟我分享他的发现,很多动物小说写的都是哺乳动物,像狗啊、猫啊、马啊、狼啊什么的,就是很少有昆虫,要是《田鳖》,一个与众不同爸爸《虎甲的呼唤》《螻蛄远征记》,那该多好啊,会有很多小朋友喜欢上昆虫。

说实话,这个答案我也不知道,但我鼓励他未来有机会去尝试,填补这片空白。某一天,他也也许的能成为一名昆虫小说作家,捧着一本带有墨香的新著,出现在我的面前。

家教主张

孩子大了要“赶”出去

清柔文竹

生活中,人们总习惯于接受亲人付出的爱并视为常态。现在有的父母为子女啃老感到苦恼,却不知孩子若没有对父母的感恩之心,长大后就很难有自立的责任感。

中国有句老话,不当家不知柴米贵,不养儿不知父母恩,孩子大了最好搬出去独立生活。与父母一起生活,一是自己难以走向自立、成熟;二是难对父母真正感恩;三是真正付出,就难以在心底真正珍惜自己的小家;四是容易

产生边界不清等问题,引发矛盾,进而影响家庭和睦,影响孩子身心健康成长;五是让父母操劳,影响父母晚年的生活质量,这也是一种不孝的行为;六是夫妻之间的许多矛盾和冲突,在夫妻间的隐私空间很容易化解,而在父母面前,就有诸多顾虑和不便,不利于问题的及时沟通和解决,小矛盾积累久了就可能引发大冲突。

况且,距离产生美,子女天天和父母生活在一起时,感

受到的可能多是爸爸的琐碎、妈妈的唠叨。离开父母独立生活后,父母在子女的眼里,就成了一处让人思念的风景,一幅温馨的画面。

一天午休散步时,我的一位同事烦恼地对我说:我儿子毕业后在离我家不远的家公司找到了工作。我们当时只答应他在家住一年,可现在他住了近两年了,还没有搬走的意思。他几乎每天晚上都在家吃饭,我们是按市场价收他的房租的,让他负责家里的铲雪、

剪草及吸尘等家务。可最近他非常不主动,要我和他爸爸催好几次,他才在周末去剪院里的草、吸家里的地板。我和我先生商量了一下,决定下个月将他赶走。

听了我的话,她认真地

说:他肯定会搬走,我们准备增加他30%的房租。我和我先生都认为,必须让他搬出去独立生活,不然他将难以承担自己小家庭的重任。

我这位同事是意大利后裔,平时很喜欢烹饪,经常带一些自己做的美食到办公室与我们分享。况且做西餐,多一个人的饭,工作量并没有明显增加。听了他的话,我不禁感叹西方父母对待孩子的理性和智慧,她和他先生对儿子的做法,才是真正对孩子有益。

家校合作

在不经意间刻意引导孩子应对欺凌

王静

近期有关校园欺凌的舆论热点讨论中,有人呼吁尽快完善法律,有人指摘学校息事宁人,有人同情孩子,有人声援家长,有人反思学校教育。从家庭教育的角度看,父母平日该如何教育自己的孩子面对欺凌呢?

从小教宝宝自我保护

宝宝一般两岁以后跟其他小朋友的接触开始多起来,大人就应该有意识对孩子进行捍卫自己的教育了。

孩子从故事、动画片或现实中看到小朋友吵架或冲突的时候,家长们要明确告诉孩子,遇到这种事情发生,第一时间要用嘴沟通,大声告诉对方,一定要让周围的人也能听到:“你不能打人,你不能这样说,你这样做不对,我把你打疼了。”

要告诉孩子不做动手的那个人,但是如果有人动手,一定要保护好自己不受伤害。要经常告诉宝宝,小脑袋很重要,自己要保护好,别人打你的时候,小胳膊是可以保护你自己的。摔跤的时

候,记得要用手来保护自己,这些安全教育要常常做。

当然,还要教会宝宝求助。遇到小朋友动嘴、动手了,要让孩子及时告诉身边的大人。平日里跟孩子玩亲子游戏的时候,不妨进行一些角色表演,比如宝妈做宝宝,宝宝做老师,然后宝妈演给宝宝看。当然还可以通过讲故事、看电视告诉孩子如何求助。

还有一招就是教会孩子如何跟不同的孩子接触,要时常提醒孩子远离那些比较容易伤害别人的熊孩子。

定期沟通引导孩子

一般孩子到了六七岁以后,就开始有自己的道德评判能力了,这时候家长可以跟孩子聊聊相关的话题。每个家庭都应该有一个固定时间用于家人互相沟通。据说李嘉诚一家就规定每周日晚上必须全家人一起吃饭,建立了一个定期沟通制度。

比如,如何尊重别人?什么是隐私?人与人之间什么是侮辱?父母要借助定期沟通制度,

在看似不经意间和孩子主动聊聊这样的话题,对孩子加以引导。

但这种引导千万不要变成直接面对孩子的说教。可以是父母针对自己工作中的某一个具体问题,或者交流对某个电影情节的看法,看似不经意,但主题一定是针对某个话题的,在这个过程中,帮助孩子建立起自己的甄别能力。

事后要帮孩子还原真相

一旦发生了被欺凌事件,父母最重要的是创设一个安全、安静的环境,帮助孩子真实地表达自己的感受。

孩子受到欺负以后,最早产生的情绪可能是恐惧,随之而来的就是紧张、羞耻等感受。这些情绪会导致孩子不愿意说、不愿意表达。这时要顺着孩子的情绪来,不要硬逼着孩子说什么、做什么。等到情绪安抚好了,再找机会问孩子。

有的孩子可能不善表达,而且小孩子的记忆容量不够,忘得也快,也许会说不太清楚。这时

可以借助情境模仿,用角色扮演的方式,尽量恢复当时的场景,让孩子在环境中去回想。

如果孩子想不起来了,也不一定非要把情节弄得那么清楚,一切要以对孩子好为出发点。

有的孩子如果很拒绝,父母就不要急于马上了解清楚,可以暂时放放。等到在讲故事、聊天等互动活动中碰到类似话题了,再慢慢问孩子,了解情况,加以引导。

让孩子参与解决过程

如果欺凌事件很严重,通常应该采取两条路径并行的模式:既要家长私下沟通,也要孩子参与解决。

家长私下沟通是长远的解决问题之道,避免下次再发生同样问题,但切记深度沟通要避开孩子。

同时,真正让孩子学会保护自己,就得让孩子去直面问题,最好给孩子创设一个当面解决问题的场景,在他们能理解的基础上,让事件双方的孩子参与到解

决问题的过程中来。

这种过程需要家长用心营造。孩子之间发生不开心的事情之后,家长千万不要一味地把别人的孩子想得不好,不要坚持认为自己的孩子是好的。如果想好好沟通,必然需要双方的妥协和忍让。家长做好了,孩子就好做了。

孩子彼此之间的道歉,彼此表达对方的不满和希望,握手言欢等程序上的事情,要让孩子自己完成。当然,有时不一定当下就要做到,也可以是事后做。总之,家长要刻意创造一些条件,让孩子在过程中学习简单化的问题处理方式。

怎样防止自己的孩子欺负别人?最好的方法就是家长的言传身教,不给孩子提供攻击行为的范本。如果孩子在家里经常看到爸爸妈妈之间互相言语攻击甚至拳打脚踢,如果孩子从小就周围环境中的电视里、故事书上接受各种攻击行为及打架冲突的信息,后来再学习解决问题的正确方式就难了。

(作者单位:北方工业大学)