

家庭是人生第一所学校，帮孩子扣好人生第一粒扣子



资料图片

最近，聚焦教育话题的现实题材剧《小舍得》引发热议，真实地再现了萦绕在每个家长心中的“鸡娃”焦虑。

虽然招生政策已改变，“小升初”都公民同招，超额摇号了，但剧中呈现的教育焦虑并没有因此有所缓解，仍以不同的方式在扩散。比如，人均辅导班、超前教学、越拔越高的起跑线……老师问，谁在校外上辅导班，差不多整个班都站了起来。

这部剧反映的教育问题，确实戳到了我们的痛处，由焦虑和不安全感所致的“集体拔苗助长”，正是许多家长正在经历的困境。本期，我们借这部剧，一起来探讨一些教育中“舍”与“得”的难题。

学会“舍得”之道 走出“鸡娃”焦虑

■ 记者 向颖

现状

教育内卷 引发“鸡娃”焦虑

在这个万物皆可KPI的时代，万物皆可“卷”，每个人都被迫“不甘人后”，遭受着身体和精神的双重折磨。教育问题正是当今社会样貌的映射。

都说“赢在起跑线”，如今，“起跑线”越卷越往前。

《小舍得》中，为了中英文同时起步，有家长给8个月大的孩子请1对1外教，家长自己平时也用英语和孩子交流，培养孩子语感；现实生活中，在治理培训班前，为6岁孩子开设的“幼小八天集训班”，也随处可见；前阵子，北京小学生毕业旅行去北极的故事，轰动一时；在纪录片《没有起跑线》里，香港妈妈“赢在受孕前”的答案更是刷新了三观，算好月份怀孕、生子，才不会耽误孩子上幼儿园……

《小舍得》原著作者鲁引弓说，书中90%以上的素材都是真实发生的。比如，带着帐篷去补习班。因为周末两天排满了补习班，为了中午能抓紧时间吃点东西休息一下，有些家长就把帐篷支到了教室门外。

孩子没有童年，家长没有自由。剧里的田雨岚这一角色，展示的便是“鸡娃”妈妈的日常操作。

“鸡娃”，指的是“给孩子打鸡血”，不停地让孩子去学习。“鸡娃”之后，还衍生出了一系列的代名词。比如，“鸡娃”里还分“素鸡”和“荤鸡”。“素鸡”指的是“素质教育鸡血”，从小培养孩子各方面的才能。钢琴、跳舞、画画只是基本操作，篮球、滑冰、围棋也不能落下，马术、击剑、冰球才够有排面。“荤鸡”指的是“应试教育鸡血”，这一领域还有“青蛙”“牛蛙”之分。“青蛙”指的是普通的孩子，即普娃；“牛蛙”则是特别优秀、厉害的孩子。

曾有培训班的广告语是：“您来，我们辅导您的孩子；您不来，我们辅导您孩子的竞争对手。”对于这样魔幻的教育现状，很多家长都打心眼里不认可，但无计可施，只能随着人潮往前赶路。主动要求孩子拔尖，成为精英的，现实中少之又少，更多家长即使一开始不想卷，看到其他家长的比拼较量，被别家孩子搞得一头焦虑，也只好转变策略。

诚如《小舍得》里讲的：所有人都站起来了，就没人敢坐下。

大家都被“剧场效应”裹挟，费了更大的力气，视野却大不如前，这就是内卷的本质——“封闭环境下，边际效益递减”，谁都是输家。要想停下这样的恶性循环，要么明文规定，这个剧场谁都不准站起来，要么从前排开始坐下，逐渐改善。

如今，导向和大环境逐渐在改善，前阵子教育部出台文件禁止超前教育、严禁“幼儿园小学化”，已经明确了这个“剧场”的观影指南，但要全都坐下还需要很长的时间，真正缓解家长的压力和焦虑，阻断教育的“野蛮生长”，还有很长的路要走。

困境

矛盾、纠结，反复横跳的当代家长

当焦虑成为这个时代的通病，教育的选择自然更加曲折。因为在这场大规模的“鸡娃”竞赛里，谁都不能做到独善其身。

剧中，南俪家原本是“鸡娃”大军中的一股清流，反对“唯分数论”，从不给孩子报辅导班，只报了声乐、小主持人之类的兴趣班。可当孩子成绩下降，她尝试着给孩子的学习“加餐”时，对一向不待见的“鸡血妈妈”田雨岚甚至生出了几分敬意，原先的教育理念也跟着一点

点瓦解。

这是很多家长的写照，矛盾，纠结，不知道该逼孩子一把，还是放孩子一马。

明知道为了高考搏一搏，督促孩子打两针鸡血实属无奈，但这样的事不该也不能发生在“幼小”，这不符合成长规律，只会后患无穷。又担忧，是不是应该抢占先机，帮孩子进入一所好的高中，给孩子创造更优秀的学习环境？

明知道“鸡娃们”看似在成长路上一路高歌猛进，其实在人生刚开始就几乎耗尽了一生的能量。又惶恐，和别的家长一对比，是不是自己对孩子太不负责了，孩子长大了怎么生存？

明知道跟付出的代价相比，得到的回报不确定性太大，大多数孩子终将过上普通的生活。又焦虑，拼尽全力才得以平凡，如果放任自由，会不会连平凡都够不上？

……………

启示

用适合孩子的方式守护孩子的未来

比如，即使孩子一开始是真心喜欢某项才艺，也会在长期的枯燥练习中倦怠偷懒，需要家长督促，甚至逼一逼。但这一过程，不能让孩子害怕它、恨它，甚至一辈子都不愿意再碰这项才艺。

再比如，你对幼儿园老师的划线是，不虐待孩子，不往孩子身上扎针眼，那孩子在园内发生其他意外的包容度就会变高，情绪也更容易自洽。

父母是孩子与社会之间的“缓冲带”

教育内卷，实际上是家长向孩子传递社会焦虑的结果。

社会越是复杂高压，家长越应起到“缓冲带”的作用。而不是雪上加霜，将内卷的压力转嫁给孩子，让孩子逃不脱学习的牢笼。

未来是不可控的，社会是急速变化的，家长能够把握和相信的，应该重点关注的，是孩子个人意志的成长。因此，家长一定不要陷入为孩子忙前忙后、累死累活就是尽职尽责的自我感动之中。而应反思，自身是否有成为孩子“安全基地”的力量。

首先，当孩子面对同辈压力，产生自我怀疑时，家长的及时疏导很重要。家长应有意识地承接一部分孩子的压力，使孩子激烈的情绪得到缓冲。

其次，比起拖着孩子往前走，家长更应站在孩子往前跑时，回头就能看到的后方，为他护航。有家长兜底的孩子有更多试错的机会和勇气，更容易做成自己想做的事。

当然，这也对父母的智慧、格局、信念、价值观和生活态度，提出了更高的要求。“鸡娃”不如“鸡”自己。对孩子了如指掌，对孩子想做的事举重若轻，他飞，便

由他飞；他飞不动时，家长也有为孩子的人生兜底的能力。

听更少的声音，看更大的世界

除了内卷，家长的焦虑来源还有：信息社会外部干扰过多；没有坚定的、可持续的教育内核；见过的“可能性”不够多……

“小升初”还如火如荼的时候，一个朋友手机里有23个相关的微信群，探讨政策、讨论学校、研究方案、分享做法，消息铺天盖地，还有别有用心故意带节奏的生意人混入其中。

那是她极度焦虑的半年，以至于只要看到未读消息的红点显示，立马抓起手机查看，生怕自己晚人一步。鼓起勇气删除所有群时，她说自己脱了一层皮，终于清静了。

其实，适度“闭目塞听”并不会耽误什么，不如花时间精力专注于自己的目标上。将军赶路，不追小兔。

不被信息裹挟，很考验家长的定力。很多人对于孩子的成长，没有从孩子自身出发的清晰规划，容易人云亦云，用别人的眼光来证明自己孩子的幸福和成功。

每个孩子都是孤品，适用的教育方式独一无二，因此，家长对他人、专家的教育观点，一定要多咀嚼，再试用，不合适就换一种方法。

成长的方式千千万万种，从记者到纪录片导演的周轶君带着对教育的无数困惑，拍摄了纪录片《他乡的童年》，去过很多国家，见过很多种教育方式，看到不同的成长的可能性后，她发现，视野打开了，人自然就平静下来了。开始欣赏不同的方式，理解不同的方式背后是什么原因。不要害怕“不同”，欣赏和包容不同的事

物会让自己更强大。

内卷的缓解之法，或许是不局限于“内”，尽可能地开拓自己的视野，开阔我们的心胸，多观察、多思考，找到适合自己的路径，在赛道竞争日趋白热化的过程中，不至于迷失自己。

不妨做一个优秀的普通人

把孩子培养成怎样的人呢？每个人都应该明白，选择普通并不是浑浑噩噩，软烂成一摊泥，丧进尘埃里；也不是把内卷当作挡箭牌，去逃避现实困难。

近年来，“丧”文化在当代青年中兴起，一方面是内卷之下的自我保护与温柔救赎；另一方面，也是强压之下的自我逃避和自我矮化。

内卷、“鸡娃”和“丧”，本质上都是在消耗孩子内心的热爱，使我们所做的事情逐渐失去价值，导致孩子内心深处的价值感、幸福感一降再降。

关于把孩子培养成怎样的人，最近，复旦大学教授梁永安的一番话值得每一位家长细细品味：“你如果只是以出人头地为目的，其实，你是给自己找了一个非常偏狭的道路。我们毕生的任务是做一个优秀的普通人，这个优秀的普通人热爱世界、热爱万物、热爱众生，然后踏踏实实地去寻找一个自己内心喜欢又有时代价值的事情。一个人一辈子能够做好一两件事就很好了，在这个过程中，去证明自己是可以通过改变的，同时也能通过自己做的事情，证明这个世界也是可以改变的。”

生命鲜活、灵魂丰沛，让孩子对这趟珍贵的人生旅程充满激情和热爱，去热爱世界、热爱万物、热爱众生，找到自己内心喜欢又有时代价值的事。家长要点燃自己，但不要让孩子从小当燃料。