

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

没有一种爱  
需要用暴力表达

## 《反家庭暴力法》实施五周年——

## 携手反家暴 共同守护爱

■ 记者 周睿

区别是否为家庭暴力  
主要看目的和结果

家是充满亲情与爱的住所，是每个家庭成员的栖息之所，然而有些家庭仍然存在着暴力，严重侵害着家庭成员的人格尊严和基本权利。

《反家庭暴力法》施行5年来，已经成为了预防和处置家庭暴力，维护妇女儿童合法权益的有力法律武器。《反家庭暴力法》设置的强制报告、告诫、人身安全保护令等制度已在实践中得到广泛运用。

杨竹一表示，《中华人民共和国民法典》明确禁止家庭暴力，禁止家庭成员间的虐待和遗弃。《反家庭暴力法》也明确规定，家庭成员之间以殴打、捆绑、残害、限制人身自由以及经常性谩骂、恐吓等方式实施的身体、精神等侵害行为，都属于家庭暴力。

夫妻间吵架是家暴吗？孩子不听话，父母体罚孩子是家暴吗？多年从事法律工作的杨竹一强调，家庭暴力不同于一般的家庭冲突。家庭暴力主要包括身体暴力、性暴力、精神暴力、经济控制四种方式。需要注意的是，夫妻之间偶尔的打闹、争吵，如果不会给对方造成人身自由、身心健康等方面的侵害，也就不构成家庭暴力。

那么，家庭暴力与教育惩戒又有什么区别呢？巨红琳表示，二者主要是目的的不同，家庭暴力主要是宣泄个人的情绪，而教育惩戒则是为了对孩子起到教育的作用。前期家长应制定相应规则，事后要对孩子进行情绪安抚。家庭暴力与教育惩戒在造成伤害的程度和持续时间上也会有所区别，我们应该正确区分。

## 家庭暴力对孩子伤害极大

全国妇联于2020年11月发布

的数据显示，2.7亿个家庭中，约30%的妇女遭受过家暴。调查显示，家暴原因中，有30%是因为家庭琐事。家暴案件中有57%是夫妻和同居伴侣之间的暴力。

然而，女性绝非家暴的唯一受害者。根据全国妇联的抽样调查结果，也有男性会被伴侣殴打，父母与未成年子女、成年子女与年迈父母之间也会存在家暴行为。

当家庭暴力发生时，从心理角度来说，受伤最深的往往是孩子。巨红琳表示，长期遭遇家庭暴力的孩子会出现厌学、自残、自卑等心理问题，更严重的会产生抑郁症，出现自残行为，甚至在将来也可能成长为一个施暴者。

当孩子目睹家庭暴力或者遭遇家庭暴力时，应该怎么办？杨竹一表示，在遭遇家庭暴力时，应第一时间报警，同时寻求他人帮助。在《中华人民共和国家庭教育促进法》中，明确表示要通过“社会协同”实现对孩子的权利保护，其中包括向社区、居委会、学校、社会公益组织、邻居亲友等寻求帮助。

为了保护我们的孩子，家长如何避免让自己成为一个施暴者？胡东海给出几点建议：

首先，家长要以身作则，学会控制情绪，为孩子树立榜样。

其次，要提高法律意识，《中华人民共和国反家庭暴力法》《中华人民共和国家庭教育促进法》《中华人民共和国未成年人保护法》等法律都已将未成年人保护写进了法律中，施行家暴，就是触犯了相关法律，将会受到法律的制裁。

第三，家庭成员之间可以共同商量防止暴力发生的方法。比如，当情绪难以控制的时候，共同设定一个临界词，当说到这个临界词时，大家都要冷静下来，或者让自己深呼吸、快步走、拨打朋友电话倾诉等等，这些都是让暴力情绪降

温的有效方法。

第四，成为施暴者的原因大多是因为原生家庭的影响或是精神压力过大导致，如果确实有这方面的困扰，建议寻求专业人士的帮助，找到自己的问题根源，通过专业的心理疏导，树立起足够的安全感和信心，提升自我价值感和归属感。

第五，学习非暴力沟通的技巧。平常要主动增加夫妻感情、亲子关系中积极的部分，比如牵手、拥抱、鼓励，多一些陪伴和理解，就会少一些矛盾。

## 遭遇家暴，如何收集证据？

家庭是社会的细胞，是构建和谐社会的基础。然而，家庭暴力的存在，严重损害家庭成员的身心健康，破坏家庭的和谐，成为影响社会稳定的重要因素。

在实际生活中，家暴受害人“取证难”问题比较突出，当遭遇家暴，我们应该如何收集证据？杨竹一表示，证据对证明有家暴事实或现实危险具有重要作用，但是，因为部分家暴受害人缺少保存和收集证据的意识，导致一些家暴行为没有得到及时有力的处理和追究，甚至造成更严重的后果。

杨竹一介绍，为了帮助受害人树立证据意识，依法维护自己的合法权益，11月25日，全国妇联发布了《家庭暴力受害人证据收集指引》，目的就是告诉受害人哪些可以作为证据，怎么收集证据，收集的证据用来干什么。

其中主要包括：  
**证明发生过家庭暴力事实的证据——**

1. 公安机关出警记录、告诫书、行政处罚决定书、伤情鉴定意见等。
2. 村(居)民委员会、妇联组织、

反家暴社会组织、双方用人单位等机构的求助接访记录、调解记录等。

3. 因家庭暴力就医时，就医的病历资料、诊疗花费票据等。

4. 加害人实施家庭暴力的录音、录像等。

5. 对家庭暴力造成的身体伤痕和打砸现场拍照、录像等。

6. 施暴人的保证书、承诺书、悔过书等。

7. 目睹或听到家庭暴力发生情况的邻居、同事、未成年子女的证人证言。

8. 受害人自己叙述遭受家庭暴力的情况陈述。

## 证明面临家庭暴力现实危险的证据——

1. 《反家庭暴力法》第二十三条规定，当事人因遭受家庭暴力或者面临家庭暴力的现实危险，向人民法院申请人身安全保护令的，人民法院应当受理。当事人因遭遇家暴或者面临家庭暴力的现实危险，可以向人民法院申请人身安全保护令。人民法院受理申请后，应当在72小时内作出人身安全保护令或者驳回申请，情况紧急的，应当在24小时内作出。

2. 如果加害人通过电话、短信、微信、QQ聊天记录、电子邮件等威胁、恐吓的，受害人可以录音、截屏等方式备份保存此类证据，具备条件的，可以通过公证处提取电子证据。

家暴不只是家务事，反家庭暴力是国家、社会和每个家庭的共同责任。当遭遇家暴时，我们要勇敢地拿起法律的武器保护自己，并做好证据保存，捍卫自己的人身权利。

家是温馨的港湾，不是充满硝烟的战场，希望每一个家庭都能树立优良家风，弘扬家庭美德，重视家庭文明建设，努力回归幸福家庭，远离暴力阴影。

女儿从小就非常听话，身体也特别好，从出生开始，不管她睡着多长时间，把她叫醒她都不会哭闹，反而会笑眯眯地看着我，特别可爱。

可是到了两岁时，她开始会打周围的小朋友。每次带她到游乐场玩，她总会把旁边的小朋友打哭。有一次，还揪了一个女孩的头发，我急忙向女孩和家长道歉，也大声斥责了女儿。在我的要求下，女儿勉强道了歉，可依然会打人。

又一次，我们回老家，女儿和邻居家同龄的小姑娘一起玩耍时，不知什么原因，一把把那个女孩的脸抓出了血印，女孩撕心裂肺地哭起来，邻居看到后心疼不已，但又碍于面子没有说什么，我尴尬极了，狠狠打了女儿的手，她也大哭起来。我既心疼又无奈。

我的专业虽是学前教育，但做母亲还是第一次，也没什么经验。于是，我上网查找了很多资料，试图找到解决的办法。

从孩子出生以来，一直是我妈妈在帮我带孩子。我很了解妈妈，她节俭惯了，不舍得花钱让孩子玩一些需要消费的项目，久而久之，估计孩子是没有安全感，也就有了占有欲。她总是要一个人滑滑梯，一个人玩玩具，生怕玩具被别人抢走。

另一个原因是女儿还小，她还不会用语言来表达自己的需求，担心其他小朋友来抢的恐惧无法表达，只有通过动手来捍卫自己的利益，并不懂得寻求大人的帮助，这也是一种无助的表现。加之孩子并不知道打人是错误的行为，所以屡教屡犯，屡犯不改。

总结出原因后，我先和妈妈进行了沟通，让妈妈适当满足女儿的一些要求，给她一些安全感。

俗话说，陪伴是最长情的告白。我和老公每天也尽可能多地抽出时间来陪伴孩子，周末带孩子到公园或郊外玩，让孩子感受到我们的爱。在她高兴的时候，我时常和她聊天，问她喜欢什么，不喜欢什么，鼓励她大胆表达自己的喜好。告诉她，对于自己不喜欢的行为，一定要告诉妈妈或爸爸，我们帮助她一起解决。

之后的几周，女儿打人的行为少了很多，但偶尔还是会打别的小朋友。

我应该让她意识到打人是错误的，是会受到一定惩罚的。当然不是以暴制暴，那样只会适得其反，甚至愈演愈烈。于是，当我带她出去玩或者买东西给她吃的时候，她一旦出现打人的情况，我会立即抱着她回家，不让她继续玩，也不给她买东西吃，让她知道打人是错误的，打人之后自己也得不到想要的东西，这样几次以后，女儿再也不打人了，还学会了正确表达自己的需求。

卢梭说过：“人的教育在他出生的时候就开始了，在他不会说话和听别人说话以前，他就已经受到教育了，教育的基础是家庭。”家庭教育对孩子的影响深远，当孩子出现问题时，我们不可以袖手旁观，而应该积极探索有利于孩子成长的好办法，为孩子纠错的过程，也是家长自身不断成长的过程。

当孩子变成打人的「小恶魔」……

■ 杨桂敏

## “无课本日”的教育哲学

■ 杨强劲

女儿的小学发了一则通知，告知家长学校将某个周五设置为“无课本日”，提醒家长当天将孩子书包里的课本清空，代之以孩子爱吃的零食，也可以换下校服穿上爱穿的衣服，并准备一两个擅长的节目。

女儿很开心，早早地就开始期待这一天。在“双减”的宏观背景下，学校设置“无课本日”的意义远不止于单纯的“减负”，更折射出了一种基于儿童视角审视下的教育哲学。

在这一天，孩子们不再受到某种人为价值观的界定，也不必以某个标

尺的刻度作为言行的依据，他们可以从儿童的自然本性出发，充分尊重儿童天然的审美和元认知，让一切本质意义上的教育在校园里自然而然、生动活泼地流淌和发生，让学校教育的价值评判和教育手段主动地向儿童的生命自由靠拢。

英国教育学家怀特海在谈到儿童发展阶段时提出三阶段循环理论，其中起始阶段的特征是“浪漫”，此时，儿童对事物的认知表现出一种整体、粗浅、朦胧、好奇的特点，在这个阶段，教育必须侧重于自由，让儿童独自参

与、独自去领会、独自去行动。而“无课本日”通过体育、艺术、手工、科技等一系列让儿童释放活力、张扬个性的活动安排，构建起了一种生本理念下的人性化教育系统，让孩子像一个孩子，不仅跳出了狭隘意义上的“学习”，而且有利于放飞孩子的童心与遐想。试想，在那阳光明媚的一天，校园里的每一个空间都释放着自由自在的因子，各个功能区域都彰显着与之相应的气质，孩子们或动手、或动脑、或表达、或思考、或舞蹈，思维的创新、习惯的养成、个性的发展、品格的健全在良

性的轨道上得以促进和生长，孩子们依照自己喜欢的方式更多地认识自然、感受生活、探索生命的意义，每一个儿童都在自己的“跑道”上逐梦向阳。在这种氛围下，或许才有真正意义上的教育。

无课本不等于无学习。真正的教育从来都不局限于课本。教育不能被功利左右，在教育路上一直负重前行未必能达到成功的彼岸，教育的过程需要长远的目光引导。在“无课本日”让孩子们暂时放下课本，融入生活，体悟群体生活的美好和个体生命的价值，

以独特性、多样性充实学校教育，不仅充满了对儿童生命的尊重，充满了教育的温情，更是一种教育的大智慧。这种教育形式让学习走向广阔的天地，在特定情境下拓宽了学习的边界，也让学习的内涵更加丰富。

在这个不断变化的多元时代，教育更需要释放儿童的生命空间，也需要我们真正倾听儿童的声音，重视儿童的体验，让他们在包容、自由的氛围中学会认识自我、理解生活，从而让每一个儿童在接受教育的过程中慢慢成长为独特、灵动、丰富的生命个体。