



资料图片

## 拥有爱的能力 需要爱的教育

### 情感教育不容忽视

近日,“中青校媒”面向全国1028名大学生发起了一项问卷调查,结果显示,88.23%的大学生支持大学开设恋爱课。“不仅仅是大学生,现代社会中,绝大多数的人并没有经历过所谓的情感价值教育,面对亲密关系的处理也很陌生。”复旦大学社会学系副教授沈奕斐表示,“从进入青春期开始,孩子就需情感教育。它的意义不仅在于正确认识爱情,更在于学习如何在亲密关系处理中成长自身,从而更好地去处理更多关系。”

在大多数父母眼里,孩子的成绩很重要,因为考上理想的大学,能为孩子的发展提供一个比较高的起点;孩子的能力也很重要,因为,孩子从踏入社会的那一天起,关于分数的高低,已然无人问津,孩子要靠自己的能力立足于社会,得到社会的认可。

但是,对于孩子的情感教育——孩子是否是一个情感丰富的人,我们没有来得及去关注更多。有的人认为,情感对于孩子来说可有可无,更有甚者,有人认为孩子对人、对社会的冷漠,更能够适应这个竞争激烈的社会。不得不说,这种对孩子情感教育的淡漠态度,是孩子成长的悲哀。

我们生而为人,正因为爱自己,而推及爱父母及社会,乃至爱自然万物,才能热爱生活,创造美好。如果没有了这些美好的情感体验,即使孩子学富五车、富可敌国,又能如何?无非是能挣钱的机器而已。

如何培养孩子丰富的情感?那就需要注意引导孩子学会爱自己,发现、感受生活的美好,有一颗感恩之心。

怎么爱自己?爱自己的前提是自尊,自尊就是自己认为自己是值得的,是独立的个体。有了这样的自我接纳和认可,就会有善待自己的动力,并能够持续不断地完善自己。这样,孩子就更有能量去回馈父母的爱,也就是学会了爱父母,进而爱同学、爱社会。

怎样培养孩子热爱生活的良好情感呢?当孩子学会了爱自己以及爱社会,孩子就能够感受到父母的爱、老师的爱、同学的爱。通过一碗粥感受到妈妈的爱意,通过一盒花发现生命的美好,通过一次帮助感受到同学的友谊。这些美好的情感,都是在自爱的基础上生发出来的。父母需要做的,就是爱孩子,唤醒孩子的自尊。

感恩,是最美好的一种情感。哈佛大学心理教授曾做过一个实验,实验发现,在诸多的美好情感中,能量最强大的情感就是感恩,感恩的能量甚至超过了爱的能量。具有感恩心的人,其幸福指数总体都比较高。

培养孩子具有感恩的情感,从父母的身教开始,父母面对亲朋好友的帮助,要有感恩的态度。特别是在家庭生活自然生活状态中,要经常分享感恩的事情,父母这种感恩的心态,会潜移默化地传递给孩子。进而引导孩子学会感恩父母的劳动,在吃饭的时候,孩子会由衷地说:“妈妈,今天的饭菜真好吃!”即使饭菜的味道不太可口,孩子也能感受到妈妈劳动的辛苦,对妈妈的付出表达感恩之情。由近及远,由此及彼,孩子的感恩心就会生发出来。

富有感恩心的孩子,会更容易和他人友好相处,更有机会有帮助和成功,也就更有可能对社会作出更多贡献。

愿孩子都成为爱自己、爱生活、懂感恩的好孩子。

■ 本报记者 马晓冰

#### 态度

##### 避而不谈,不如大方讨论

“如何拥有更成熟的亲密关系”“如何开始一段爱情”“如何避免在恋爱中受伤”“怎样才能与对方有效沟通”……2017年,哈佛大学教育学院发布的一份报告显示,70%的青少年都很希望父母对自己进行关于爱的教育,在他们所提出的问题中,并非只是青少年的“情窦初开”的困惑,有很多是成年人也尚未思考透彻的命题。而在面对青少年对爱的思考和想象时,成人惯用的“压制”方法,会使孩子难以形成对爱的正确认识。

“正视孩子正常的情感需求,重视正确的情感价值教育。”沈奕斐指出,情感是需要学习的,家长避讳教,不代表孩子不会学。大众媒体制造了太多纯粹爱情的幻觉,其中不乏一些具有误导性的性别观、爱情观、性观念及消费观。“为了你,我可以与全世界为敌”;看似男友力十足的“总裁式壁咚”;“男人不坏,女人不爱”等等。“很多文学作品、影视剧的情节都是荒谬的。”中国人民公安大学教授李玫瑾指出,如果孩子从这些渠道学习“如何去爱”,是盲目的,甚至是危险的。

“初中阶段,我建议爸爸妈妈要亲自跟自己的孩子去聊,聊什么?”李玫瑾说,妈妈可以跟女儿聊,男人最重要的品质是什么?爸爸的优点是什么?缺点在哪儿?同样,爸爸要跟男孩聊关于女性品质的话题。李玫瑾指出,这能帮助孩子青春期刚开始时学会识别男人和女人,知晓哪些品质是最重要的,爸爸妈妈就是眼前的实例,孩子的体会也更具有现实感。

此外,“家庭应成为性教育的主战场。”中国陶行知研究会青春期教育专业委员会副秘书长蔡迎春强调,“性在很多家长看来是隐私且敏感的,但对孩子而言可能坦然得多。”当孩子进入青春期,从对性知识的好奇转向对性行为的好奇。他们成长在信息时代,如果家长、老师不提供科学的信息,孩子就会从很多渠道来获取信息,而这些信息往往良莠不齐。

“当孩子遇到困扰时,如果父母能够保持开放的状态,接纳并尊重青春期孩子异性交往的权利,孩子才会愿意和父母讨论,问题才能更好地解决。亲子之间开放通道的建立,对于指导青春期异性交往是非常重要的事情。”蔡迎春说。

#### 交往

##### 与其说早恋,不如说是“早练”

讳莫如深带来的往往是严厉禁止,早恋在大部分家长眼里并非正常现象,甚至以此为耻。对此,蔡迎春表示:“学会交往是伴随每个人一生的重要功课,现在的男孩、女孩总有一天要成为男人、女人,成为别人的丈夫、妻子,成为父亲、母亲。我们不能等到孩子上了大学,或者大学毕业进入工作时,才和他们强调与异性交往的重要性,催促他们结婚、组建家庭。到那时,我们会发现,因为没有相处的经验、不知道自己想要的是怎样的伴侣、怎样去选择适合自己的自己的伴侣,孩子会碰到很多的问题。”

男孩和女孩需要在相处的过程中去了解另一半。“与异性交往”同样要孩子去经历,学习,蔡迎春认为:“与其说早恋,不如说是‘早练’。”

父母在对待青春期孩子间的

交往时,往往会陷入一种误区——太早用成人的视角看待少年之间的交往。蔡迎春说:“孩子的青春期恋情跟成人的恋爱有很大差别。对一个异性有好感,并不代表孩子‘学坏了’。”同时,沈奕斐也提醒家长,“鸳鸯是被棒打出来的。越禁止、越逆反,孩子以恋爱为反抗家长的一种手段,也曾引发很多极端个案。”

除了“禁止”家长可以做的其实有很多。如何帮助孩子更好地处理异性交往和学业的关系?如何在交往的过程中更好地掌握分寸和保护自己?这些都需要家长的指导与支持。

男女生交往过密影响学习成绩是家长普遍的担心。沈奕斐反问道:“学习成绩和恋爱这两者之间一定有相关性吗?”她指出,问题的关键不在于恋爱本身,而在于个人有没有自我的控

制力,能不能分清什么时候该做什么事。

同时,家长也要帮孩子“打预防针”。其一,是要告诉孩子,有一天,你们可能会分开,现在多甜蜜,以后就有多痛苦,要做好心理准备,避免出现情绪的崩溃;其二,让孩子做好面对“舆论”批评的准备。社会的整体环境是不支持青春期恋爱的,如果孩子“公开恋情”,不可避免地会收到指责和反对的声音,但如果选择了,这些压力与惩罚就是必须去面对的。

而学会如何在交往中保护自己,更是重中之重。与孩子一起“制定规则”是蔡迎春的建议。“规则的内容应该是具体、可操作的,包括外出的时间、地点;禁止的行为、饮食;合理的着装规范;如有特殊情况第一时间告知父母等等。”

#### 学习

##### “爱”的教育不仅是“恋爱教育”

“我的爷爷奶奶,吵了一辈子……日常如此,年复一年。我曾认为爷爷奶奶之间只有亲情。但随着时间的流逝,我也知道了:爷爷不能吃蛋黄,奶奶希望他每早吃两片蛋白;奶奶腰不好,菜买多了拎着,爷爷看了心疼;爷爷中午不愿睡午觉,奶奶会不乐意;奶奶每次揪爷爷耳朵时,爷爷都会故意弯下腰,嘴上叫着疼;奶奶晚上爱开空调,爷爷担心她感冒……两个人,因着各自的体贴,吵了一辈子。”这段文字来自一篇作文《原来我们不懂爱》,14岁的女孩滕霖在老师布置的关于“爱”的习作中,通过对爷爷奶奶日常生活的描写,表达了自己对真正的爱情的理解:爱不是轰轰烈烈、缠缠绵绵,爱是负责任,是长久,是忠诚。

滕霖有如此的感悟既来自于

她对家人和生活的细心观察,来自于爷爷奶奶吵吵闹闹、相伴白头的真情,同时也来自于父母“爱”的教育”。

原来,担心女儿不会挑伴侣,爸爸从滕霖小学五六年级起,就有意无意地和她聊身边的爱情和婚姻。成功的有,不成功的也有,然后跟她一起分析怎么样的感情才能支撑两个人一起白头,“没想到,真的起作用了。”滕霖爸爸说。

“情感教育并不局限于教大家怎么谈恋爱,更重要的是教育和帮助青少年认识和处理自己的情绪、情感,学会如何与他人形成连接。”沈奕斐指出,现在的青少年比起以前,更缺少、也更需有关“爱”的教育。线下的社会交往在减少,进入初中,与同伴玩耍的时间在减少,他们很难满足对外

建立亲密关系的需要。

感情不是非黑即白,也不是宣泄式的付出和狂热的追捧。但当青少年不懂爱、不会爱时,他们中就会有人选择以这样的方式表达爱。家长需要用正确的言传和身教告诉孩子如何认识爱,如何表达爱。

弗洛姆在《爱的艺术》中告诉人们:“爱是以自己的生命去激发对方的生命力,以自己的全身心的爱的能力去引发另一个人的爱的能力。”“一个孩子自我意识的成长和感受到爱的能量,其实是个同步的过程。”沈奕斐说。这份能量也许来自于青春期对异性的好感,也许来自与他人建立友善的关系,也许是感受到身处充满关心、关爱的环境。总之,它会成为一个孩子非常重要的成长的动力。

■ 张文博