



# 教育导报



Education Guide

在这里,见证教育的无限可能……

国内统一刊号:CN 51-0052 邮发代号:61-141 第30期 总第3795期



## 家教周刊

2023年3月25日 星期六 今日4版 四川省教育厅主管 四川省教育融媒体中心(四川教育电视台)主办

3月12日,第95届奥斯卡金像奖获奖名单出炉,电影《瞬息全宇宙》包揽了最佳影片、最佳导演、最佳女主角等七项大奖。电影以“新瓶装旧酒”的方式,重新探讨了“母女关系”的议题。讲述了一位化身超级英雄的母亲穿梭在多重宇宙中,一路升级并最终拯救女儿的故事。

一个脑洞大开的虚构世界,辅以武侠电影的动作、万花筒般的镜头和诡异的幽默,展示的却是日常生活中的亲子相处状态:既相互折磨,又彼此需要。如何真正达成和解,并由此构建一段长期、良好的亲子关系?值得每一位父母去思考与改进。

# 爱你,以你爱的方式

## ——《瞬息全宇宙》中的家庭教育启示

■ 本报记者 马晓冰

### 走出“对抗式”关系困境 学会如何爱是关键

“母亲是避风港,也是倾盆大雨;母亲是护身符,也是诅咒;母亲倾其所有地爱我,也不遗余力地毁了我。”母亲与孩子有着最深的羁绊,却常常陷入这样的矛盾与纠葛中彼此伤害。

电影《瞬息全宇宙》中,伊芙琳与乔伊正是这样一对母女,她们之间似乎总是弥漫着火药味,一点即燃。“母女关系当中,平和而紧密的需求;女儿则拒绝沟通,不去体会母亲的处境。这是两端都得不到回应的爱,因为爱和关心都藏在了心里,没有机会被对方看见。

当乔伊想要跟妈妈沟通,伊芙琳却分身乏术没空理她。乔伊失望离开,伊芙琳这才放下手头的事追了出去,踌躇一会却只是严厉地对女儿说:“你必须要吃健康一些,你又胖了!”

“母亲的逻辑总是为孩子着想,以至于不自觉地越界管控。”商雪梅说,孩子在父母的恩泽中长大,却可能因为父母的高期待、强控制不断地否定自我,伴随着了愤怒、委屈、压抑和无奈,大战也一触即发。

转机发生在母女二人都化身为

石头的那一重宇宙,她们感受到了彼此的存在,进行着无声的对话。“回归人类最原始的状态,母亲的本能是爱孩子,孩子的本能是忠于父母,她们血脉相连。”商雪梅认为,剧情的设计也在告诉我们母女和解的路径——抛开所有,暂停下来,平等对话,反思与回顾。

“宇宙为何混乱?妈的错。”“宇宙的发生如何恢复?妈知错了。”看似戏谑的评论却揭示出真实可行的方法论。“自我反省是每个人必需的,而一个母亲的反思力也正是她教育孩子的能力。承认过去发生的一切,承担自己的那部分责任。”让孩子放下盔甲,首先妈妈要放下盔甲。商雪梅告诉家长,承认我错了,并向孩子道歉,有着能够拯救彼此宇宙的能量。

站在和解的起点上,一个智慧的母亲不会原地踏步,与孩子建立新的约定,改变曾经的相处模式,主动开启一种新的状态。只有这样,关系才能得到修复,爱才能在其中流动,生活萌发出更积极意义。

### 父母的经历PK孩子的压力 该如何选择?

在影片《瞬息全宇宙》中,有一段对乔伊成为“魔头”乔布·土巴卡的过程描述:在头顶机器下,面部扭曲的她是一个被母亲看到天赋的孩子,但不能依照自己的主见做事,在母亲日复一日的逼迫、控制中,乔布·土巴卡崩溃了,她的大脑分裂成很多个碎片,思维在每个宇宙间穿梭,跨越了每一种可能性,甚至可以在同一时间掌控无限的知识,拥有了操控多重宇宙的能量,但她也因

为见识了太多世界,丧失了道德感和对真理的信仰。

“精神暴走”后的女儿实现了真正意义上的为所欲为,而她最想做的是走向毁灭。这样的人物设置也展现出母亲和孩子意志的激烈碰撞,并暗示了两败俱伤的结局。

“人的本性需要正向的反馈,也追求良性的关系,只活在打压、苦闷和折磨中,人生的意义感必然会被消磨殆尽。”商雪梅指出,存在主义有三个很经

典的论述:人终究是要死的,所以我们寻找生命的意义;人都是孤独的,所以,我们需要活在关系里;任何人都无法拯救自己,只能靠自我救赎。只有构建起值得存在的自我,人才有活着的理由。

无论是与丈夫,还是与父亲,母亲伊芙琳所身处的关系都很难称作良性,这种不稳定的情绪处境带给孩子的必然是拉扯与动荡。同时,乔伊的自我也得不到认可和理解,这体

现在她的社会性别认知和母亲希望她是一个“正常”女生的冲突上,矛盾显得那么不可调和,但又很难说是谁的错。

“孩子用极度痛苦才唤起父母的觉醒,这样的代价是否有些太大?”商雪梅指出,“在时代变迁中,家长应给予孩子更多的包容与接纳,不要带着认知的偏见给所谓的‘正确’下定义,给两代人之间的差异更多空间和余地。”以开放的心态去了解、去学习,亲子关系应该是

柔软的,人存在的价值与意义应该是多元的。

其实,父母认为正确的事与孩子想做的事之间也不是绝对的对立,给予对方一些“商量”的空间,亲子间也很容易“化敌为友”。商雪梅指出,孩子不一定是幼稚的,大人也不一定更成熟,我们头脑里很多条条框框的规则也可以更灵活变通地遵守,在与孩子进行这些无伤大雅的协商时,家长也就找到了优化亲子关系的法门。

### 放手和放弃

#### 一字之差意味着什么?

“这是一对母女,她们有多重的角色,甚至有多元的冲突,但其实女儿需要的不过是一个可以见她所感,她所感的人。”成都市高新区中学德育教研员、成都高新区银都紫藤中学校副校长耿雁说。

“现在很多家长为孩子包办一切,尽可能地给他们清除路障,甚至帮他们抄近道去学习和成长。”耿雁举例,一个很优秀的女孩,从小到大念父母安排的学校,学父母选择的专业,人生的每一条路都是由父母决定。成年后的她只想逃离父母,无论去哪,无论做什么。一贯专制、权威、强势的母亲在听到答案后崩溃痛哭,她不知道为什么女儿会这样对待自己,明明她在女儿身上投注了所有心血。

“这个世界上所有的爱都以聚合为最终目的,只有一种爱以分离为目的,那就是父母对孩子的爱。父母真正成功的

爱,就是让孩子尽早作为一个独立的个体,从你的生命中分离出去,这种分离越早,你就越成功。”借由英国心理学博士西尔维娅·克莱尔的话,耿雁指明了原因,越早学会放手,孩子的成长就越稳健。

与此相反,也有家长采取“摆烂”的态度,用彻底的失望向孩子宣告决裂。伊芙琳就是那个被父亲放弃的女儿,年轻时,她不顾父亲的反对,与丈夫私奔到美国,父亲从此与她一刀两断。伊芙琳一直活在想向父亲证明自己的阴影里,即使人到中年,她的内心依旧渴望得到父亲的肯定。

要学会放手,但不能让孩子感觉到被放弃。如何界定二者的边界?商雪梅指出,“放手”是允许孩子做自己,允许他犯错,允许他自由探索,但同时家长要用一只眼睛盯着孩子。余光里是信任、责任与关爱;“放弃”则是“破罐子破摔”,其背后还是一种企图控制孩子的心理。

做到正确、安全、恰如其分地放手,需要把握哪些原则?其一是“安全原则”,保证孩子的身体、心灵不受到伤害;其二是了解孩子的身心发展规律,在不同的成长阶段给予他不同程度的自由空间;其三,拿出勇气和担当,和孩子一起经历、解决遇到的挫折,并给予孩子及时有效的引导,共同解决问题。

### 生活百科

近期,关于感染甲流会不会引起“白肺”的问题引起家长关注。“白肺”是什么,感染甲流可能引起“白肺”吗?如果孩子出现发烧、咳嗽等症状,有哪些情况需要家长高度警惕,及时送医呢?一起来听听专家解读。

#### ——流感患者得“白肺”比例较低

北京市呼吸疾病研究所所长童朝晖介绍,“白肺”是重症肺炎的口语化表达,只有当肺部肺炎浸润的影子超过了75%、80%以上,导致呼吸困难、憋气才叫“白肺”。一般的肺炎,有点片影或者是单侧、散在的影子都不叫“白肺”。流感患者得“白肺”的比例,不管是成人,还是儿童都是比较低的。

#### ——儿童感染甲流后绝大多数是轻症

专家介绍,儿童感染甲流以后绝大多数都是轻症,以呼吸道感染为主要表现。还有一部分孩子可能会出现呕吐、腹泻等胃肠道的症状,只有极少部分孩子出现并发症。

首都医科大学附属北京儿童医院急诊科主任王荃表示,如果孩子的发热时间超过三天,或者出现了超高热,比如体温在40℃以上,要积极地到医院求助医生。

另外,孩子出现呼吸困难、脸色苍白、呕吐腹泻、尿量减少,哭的时候没有眼泪等脱水征象,要及时就医。如果孩子在这个过程中出现抽搐,尤其是抽搐后神智不清,或是发热后,精神状态非常不好,迷迷糊糊总想睡觉,也要及时到医院就诊。

专家提醒,孩子感染甲流后,体温通常以39度以上的高热为主,一般会持续3—5天,总的病程大概在一周左右。

王荃介绍,药物起作用基本上需要48小时以后,体温高峰才逐步往下走,所以,家长们也不要太着急。可以在家给孩子吃药、多喝水,让孩子多休息。

#### ——6个月以上婴幼儿可接种流感疫苗

专家表示,接种流感疫苗可以显著降低儿童感染率和发生严重并发症的风险。如果家长出现了流感症状,在家要戴好口罩,注意手部卫生,与孩子保持距离,避免传染给孩子。

王荃称,如果孩子6个月以上没有禁忌症,鼓励孩子在每年流感流行季前去注射疫苗。6个月以下的孩子,鼓励孩子的同住者积极接种疫苗。

对于一些高危人群或者是患有基础病、有免疫缺陷的孩子,可以在医生的指导下进行预防性用药。如果孩子一旦感染了,建议要让孩子居家休息,不要带病上学。

## 感染甲流会引起『白肺』吗?

## 比“批评教育”更重要的是帮助治愈

■ 向颖

据新京报3月22日报道,海南省临高县一名女孩遭遇霸凌,被多名同校学生在校外殴打。网传视频中,多人手脚并用对该女孩施暴,还将她推入水沟。被打女孩头发凌乱,双脚赤裸,身上有明显伤痕,跪在地上向施暴者说“对不起”。

3月24日,临高县联合调查组发布情况通报称,对已满14周岁的违法未成年人依法给予行政处罚,并责令其监护人严加管教;对严重失职失责的学校校长予以免职,其他相关人员责任处理结果后续将及时向社会通报。

近年来,越来越多的霸凌事件通过网络进入人们视野,得到了全社会的高度重视,相关部门也采取了一系列举措预防和阻止校园霸凌事件。当事件发生后,因为涉及未成年人,解决方式更多停留在“批评教育”“道歉”“和解”层面,鲜有人关心那些受害学生的心理、情绪问题,更遑论这些曾经被伤害过的人,后来过得怎么样,如何被治愈?

每一次欺凌,都可能在被欺凌者心底埋下一颗“恨”的种子,要么向外攻击他人,将负面情绪转移到周围人身上;要么向内攻击自己,陷入

“后遗症”中不能自拔。近期热播的韩剧《黑暗荣耀》就是映射,被校园霸凌欺负到遍体鳞伤的女主步步为营,完成了自己长达18年的复仇计划,让网友直呼“好爽”“解气”。但现实中,我们不主张“复仇”,更反对脱离法律框架的“私刑”。“爽文”不会发生,更多的人困在被霸凌的角落里,久久走不出来。

因此,霸凌事件发生后,比“批评教育”施暴者更重要的是帮助受害者降低负面情绪的影响,治愈自己。

首先,帮助他们停止精神内耗。经历过校园暴力的人,会对自己产生

怀疑感:“为什么欺负我?是我哪里做得不好吗?”从而越来越自卑。中国父母总喜欢让孩子反省自我,但在这个问题上,请家长“偏爱”孩子,认同孩子,坚定地告诉他们,“你很好,不是你的问题。”他们需要拥抱着那个无助的自己,然后勇敢地和自己和解。

其次,鼓励他们表达自我,直面伤痛。一味地沉默,或者假装这件事没有发生过,只会加剧他们的否定情绪。情感需要宣泄,如果不去表达,就会找到另一个出口。请家长给孩子

安全表达的空间,主动倾听他们倾诉。如果一开始很难,那就让他们写下来、画下来,在空旷的山谷喊出来。这个把内心的感动动情地、痛快地表达出来的过程,本身就是极好的减压方式。

然后,鼓励他们做一些自己喜欢的事,随心所欲,并尽量沉浸其中。一些受害者会急于收拾好自己的情绪,强迫自己尽快回归正常的生活轨迹,甚至无意识地从行为上优化自己,结果导致越来越焦虑。经历类似事件后,请家长允许孩子,给自己一个缓冲期或者真空期。简单来说,把“我的快

乐”放在第一位,让孩子通过一些有获得感的事,比如学习一门技术、或一种乐器,来取悦自己,帮助他们重新建立积极的、正面的自我形象。

总之,如果希望孩子重拾阳光自信,那么,父母至少先要做到接纳、尊重和倾听,传递给孩子勇气、信心和力量,让他们能从父母这里获得安全感。如果孩子对人际关系彻底失去希望和信心,产生的变化超出自己的预期,无法再像以前一样正常生活时,也一定要第一时间寻求专业人士的帮助。最重要的,就是让孩子知道爸爸妈妈永远和他站在同一战线。

### 七日谈