健全自我 获取幸福

礼河实验学校 严欢

书是泥土，能生长万物之精。在阅读了优秀的书籍之后，心中都会感触颇多。《每个孩子都需要被看见》是加拿大作家戈登·诺伊非尔德和加博尔·马泰合著，崔燕飞译的家庭教育心理学书籍，是可以让你变得更好的心理学书。

我想，每个孩子都是一粒独特而珍贵的种子，需要得到我们正确、细心地浇灌和呵护，才能结出丰硕的果实。身为教师，我们不仅要善于发现孩子的闪光点，因材施教，还要看到孩子们内心的需求。如果只一味地对孩子们的错误行为进行教育和纠正，可能会导致师生关系变得紧张而疏远，而孩子的行为问题却得不到解决。

班里有个男孩叫豪豪，字写得很端正，读书声音很响亮，这是我对他的最初印象。后来，和吕老师带着同学们一起参加了一次社会实践活动，却发觉这个豪豪可能拿了其他同学的零钱买玩具，有多个孩子举证。还有一次，班级里分发酸奶，发到最后却莫名少了一盒，大家桌肚里一看，豪豪偷拿了两盒放桌肚里。经过这么几次事件，我对这位小朋友的印象分大打折扣。既然发现了这些行为习惯上的问题，吕老师和我就找了豪豪的家长来，告知这些事情，并了解一下他家里的情况，商量一下如果去纠正孩子的坏习惯。等到放学后，学生们都放学离校了，是豪豪的奶奶来学校的。听了孩子奶奶的讲述，我们才知道豪豪父母已经离异，妈妈不怎么来看他，爸爸工作很忙，经常出差不在家，平时生活上、学习上主要由爷爷奶奶负责。父母离异对一个幼小的孩子来说犹如晴天霹雳，说是天塌了也不为过。更何况他还不怎么能看到妈妈，缺乏母爱的滋养，确实不容易。但这些也不是做错事的借口，我们也与孩子奶奶沟通了要对孩子的这个行为引起重视，一起帮他改掉这个坏习惯，可不能听之任之。我们家校双管齐下，让豪豪意识到自己行为上的不当，赶紧改正。现在，我已经教了这个班快两年了，对孩子们也越来越熟悉，已经很少听到孩子会偷拿别人物品的事了。豪豪在爷爷奶奶的教养下，也越来越优秀了。虽然在提到妈妈的话题时还是会红了眼眶，但他在学着恰当地处理这份心事。课间我在教室批作业的时候，他总是会站在旁边，看看有没有批到他的，错了多少个，是不是全对。每次默写、小练习，他正确率都很高，经常是全对，我们就会适当地奖励一些小零食给他。这样也能激励他越来越好呀。

教师要做一个“心灵捕手”，只有看见孩子，才能读懂孩子。每个孩子都需要被看见，看见就是回应，回应会让他们感受到被爱和被重视。如果我们为孩子带来更多的肯定、关心和陪伴，让他们看到比起那些规矩和评价，我们更在意的是他们的感受。当孩子们感受到被看见和被重视，他们才会产生相应的信任和依赖。那么，在师生情感逐渐加深的过程中，行为问题也会慢慢消失。

启蒙思想家卢梭在《爱弥儿》中写道：“什么是最好的教育？最好的教育就是无所作为的教育：学生看不到教育的发生，却实实在在地影响着他们的心灵，帮助他们发挥了潜能，这才是天底下最好的教育。”我想，这就像我们古话里说的那样：桃李不言，下自成蹊。

自从有了家庭有了孩子之后，我对各种关系尤其是家庭关系中的问题产生了好奇心。我们谈及性格，虽然可以简单分为多血质、粘液质、胆汁质和抑郁质，也知道有的时候人的性格可能会是综合性格，但是我们依旧可以在相似气质的人当中有所区分，造成这些区分的，是后天教养给每个人的岁月刻痕。

很遗憾的是我们大多数人的生活都是一样，工作日每天通勤，周末休息，每天应付工作就足够筋疲力尽，更何况还有各种生活琐事的打扰，所以我们留给孩子的时间并不多。更或者，我们的孩子，其实直接交给了我们的父母。在这样的情况下，依恋关系在我们和孩子之间，若隐若现，这会直接导致我们的家庭教育产生问题。

我经常看到网络上各种陪娃做作业导致各类疾病的中年人的报道，其实这是现代人集体焦躁的一个体现，焦躁的产生源于生活的压力，更重要的是压力无法排解，最终成为我们家庭关系中的相互伤害。我们也常常看到各种名牌大学毕业生最后闭门不出的报道，他们因为踏上社会后受挫或者其他原因，无法承受失败或者不知道如何坦然面对期待与现实的落差而躲进自己给自己搭建的围城里，不愿意正面现实。一方面我们谴责他们的自私与怯懦，但是我们真正该深思的，是孩子的成长过程中家庭教养对他产生的影响。我们也常常看到即便是同一社会阶层的家庭，有的家庭生活和睦，关系融洽，而有的家庭却是整日鸡飞狗跳，乌烟瘴气，究其根源，幸福的家庭成员性格成熟正向，而不幸的家庭，总有成员性格扭曲，哪怕年至古稀，依旧无法成熟。成熟的、健康的性格在处理家庭关系、社会关系时都至关重要。

这本书的前两部分给我的感悟颇深：第一部分，在关系中，孩子才能被看见；第二部分，不被看见的孩子，自我难以健全。在孩子的成长过程中，需要一个稳固的依恋关系，如果我们需要孩子能够听从我们的指点，最必要的条件，是让孩子对你有依恋，而这种关系，需要我们用很长的家庭时间去维护，这对我们这些打工人而言，本身其实就是一种挑战。每当孩子叫着“妈妈，妈妈”时可能你的手头正在忙碌，你没有耐心和时间来听完孩子的话，你可能会粗暴地打断他：“没看到我正忙着呢！”久而久之，可能孩子就会把你排除到依恋关系之外，而依恋关系没有得到满足的孩子，更容易脆弱，受伤，更容易产生逆反心理，用“不在乎”“冷漠”为自己筑起一道防御的心墙。在未来的人生中，一旦他陷入困境，这堵心墙便可能成为他禁锢自己的牢狱。

只有在依恋关系相对牢固的基础上，我们对孩子的引导才能够真正顺畅进行。而要想引导孩子，对父母而言其实是有较高要求的，如何保持教养权力在孩子成长过程中不丧失，需要父母不断去学习和领悟，在孩子还没能成为独立的成熟个体前，我们总处于“父母”这个被依恋的位置。

总之，作为老师也好、家长也好，都需要真正去看见孩子，耐心地、真诚地去倾听他们，跟孩子建立良好的依恋关系。在积极回应和主动看见的环境中，孩子内心得到全然的满足，才能在成年时形成一个健全的自我，拥有获取幸福的能力。