《每个孩⼦都需要被看见》读书笔记

本书告诉我们父母与孩子构建什么样的关系是家庭教育中最根本的东西，强调亲⼦关系的重要性以及如何培养亲⼦关系。当孩⼦还对我们还有依赖亲近感时，“⾝为⽗母，我们要做⼀个灵魂的捕捉者，不仅要看到孩⼦说出来的需求，还要学会去理解孩⼦内⼼的真是需求。”“友好地建⽴关系”;“等孩⼦再⼤⼀点，开始不愿意和我们接触时”，我们要“友好地拉近距离”。

本书认为亲密关系是⽗母教养权威和影响⼒的来源，也是孩⼦上进的动⼒。⽗母要看见孩⼦，看见孩⼦的需要，持续投⼊⽆条件的爱，为孩⼦建⽴牢固的安全基地，让⽗母与孩⼦之间永远保持联结，从⽽让孩⼦能够发⾃内⼼地亲近⽗母、愿意听从⽗母的管教，消除隔阂的⼼门⼼墙，消除代际鸿沟，建⽴起安全稳固的依恋关系。这样才能让孩⼦真正成熟独⽴，成为更好的⾃⼰，同时⽗母也成为更好的⾃⼰。

本书还是是⼀道⼼灵鸡汤，抚慰⿎励在育⼉中⼼有所累、⾏有所怠的⽗母打起精神，好好地经营亲⼦关系。孩⼦爱玩的天性，遇上⽗母所思考的学业的、社会化的压⼒，每个⽗母都有抓狂的时刻，也有被孩⼦疏远、抱怨、讨厌、反抗的经历，“⽗母需要⼀边⽆穷⽆尽、不求汇报地付出爱，⼀边耐⼼地观察进展，期待明天会更好。即便眼前的处境让⼈束⼿⽆策，也不能放弃这块阵地，只要我们⼀直敞开怀抱，再任性的孩⼦终究会成重新回到⾝边。”事实告诉我们，“随着孩⼦实现了真正的独⽴成熟，他们的逆反⼼理会慢慢消失”。但是“如果你不懂孩⼦，你就没办法忍耐他。”“你看不见孩⼦的内⼼，你也就⽆法忍耐各种让你崩溃的琐事。”所以“⽗母必须认识到：⽗母的爱是⽆条件的，它就在那⾥，和孩⼦的的表现是‘好’还是‘坏’⽆关。孩⼦可以发脾⽓、任性、抱怨、不听话或者粗鲁，但⽗母却要让孩⼦感觉到⾃⼰是⼀直被爱的。⽗母必须掌握⼀种⽅法，既可以告诉孩⼦什么是不好的⾏为，⼜让孩⼦依然能感受到爱，要让孩⼦敢于在家长⾯前表现⾃⼰的不安和最讨⼈厌的性格，同时⼜不会失去⽗母⽆条件的爱。”

本书也是育⼉路上的灯塔，它告诉我们“很多时候，教养问题的形成都是⽗母太着急导致的，他们没有耐⼼去观察孩⼦，看不见孩⼦的需求，给孩⼦提供了很多孩⼦不需要的动⼼。这⽐什么都不给更糟糕。”“耐⼼与洞察⼒是最基本的教养⽅法”，“爱的本能——微笑、点头、睁⼤眼睛说话和轻声细语”。 耐⼼与洞察⼒让我们“看见孩⼦，看见孩⼦的需求”，爱的本能让我们满⾜孩⼦的依恋需求，以此建⽴安全稳固的依恋关系。依恋关系安全稳固了，孩⼦才会有多余的精⼒去勇敢探索未知世界；依恋关系安全稳固了，孩⼦才能体验脆弱感、⽆⼒感，才能⾃由地释放⾃⼰感情，⽽丰富的情感世界，是孩⼦完整⼈⽣的重要组成部分；依恋关系安全稳固了，孩⼦才能发展出健康的⾃尊，其关键就是⾃信和⾃我价值；依恋关系安全稳固了，孩⼦才能有精⼒发展⾃⼰的个性，开始⾃⼰的独⽴意识之旅,最终⾛向真正的成熟。

终究明⽩了学业只是孩⼦⼈⽣的⼀部分，亲⼦关系、健全独⽴的⼈格才是家长应该努⼒追求的。