

亲子关系系列专刊之一

内容提要:

近期,一名17岁的学生跳桥的新闻令人关注。在如花的年纪,生命迅速凋零,令人唏嘘不已……这样的事例不仅让我们感到遗憾,更应该让我们反思,是什么造成了悲剧事件的发生?是孩子太过任性、缺少抗压能力?还是我们的教育出了问题?我们该如何正确看待这样的事情?这一系列问题正是今天本版将要探讨的内容。

逝者已去,追究孰对孰错已经没有意义。作为旁观者,我们惋惜年轻生命的离去、感慨家庭教育问题的同时,更应反思如何才能让悲剧不再发生。近年来,青少年自杀的新闻层出不穷,9岁男孩因撞碎了学校的玻璃选择“跳楼谢罪”、复旦大学大一男生厌世跳楼身亡、成都一小学生因不遵守纪律被老师批评跳楼身亡……究竟是因为什么让他们在最美的年纪选择了死亡?有人曾说“90后”“00后”是最幸福的人,他们没有遭遇过饥荒之苦、没有经历过求知之难,父母宠爱、物质生活优越……但那些不幸事件的发生却为我们敲响了警钟,为什么我们自认为生活顺风顺水的年代,个别青少年会选择用这种极端的方式结束自己的生命?

孩子该如何面对  
父母以爱之名的“语言暴力”?

我们关注于网络暴力所伤害的公众人物,却不曾想过我们身边的有些青少年也正在遭受着某些无形的语言暴力。尤其是在当代应试教育的影响下,成绩几乎是衡量一个孩子好坏的唯一标准。曾经有人作过调查,在每个孩子的学生时期,都有一个共同的“噩梦”,那就是被“找家长”。家长来到学校不会问你是不受了委屈,张嘴就是批评。可孩子呢,他们可能在学校遇到了某些事儿,感到委屈,家庭本是孩子温暖的港湾,他们渴望跟父母表达心中的情感,可是父母总是打着为子女好的名义责骂他们。父母期望孩子感受到他们的爱,却从未问过孩子是否接受家长的这种爱,以爱的名义给学生施压,期望孩子成为家长心中的模样,却从未问过孩子自己想成为什么样儿的人。突然想起小时候经常听到的话:“你们现在就是身在福中不知福。我们小时候多苦啊,没吃没喝,还要喂猪做饭。你们现在除了学习啥也不用管”“咱家什么也不用你管,你就把自己管好,学好习”……正是这种观念形成了“中国式

教育”。孩子在社会没有参与感、在家里也没有参与感,一旦学习生活受挫,就会感到人生毫无意义。据统计,16%的学生考虑过自杀,25%的孩子想过自杀,5.85%的孩子谋划过自杀方案。如此轻视生命,是如今的学生太过任性吗?来自家长以爱之名的“语言暴力”,来自教师的无视、来自社会的冷漠……多重压力下,孩子自闭、抑郁,他们仿佛是行走在社会的边缘人。再来看本篇新闻事件,男孩毫不犹豫地跳下桥,我想之前他一定是想过轻生的。“压死骆驼的从来都不是最后一根稻草”,在学校受到的委屈、家长的责骂与不理解,把男孩儿心里的最后一层防线击破,对生活的失望使他毅然决然地跳下桥去。我曾经问过一名初二级的学生,家长不理解你的时候你会怎么办?大多数学生都回答说会感到很生气,会把门关起来不和父母说话。我想如果这种情况发生过很多次,久而久之,他们就会越来越不愿意与家长沟通。由此可见,加强沟通确实是家长和孩子的必修课。

怎样对孩子实施“挫折教育”?

青少年自杀事件频发发生,社会大众认为其中原因是如今的家长对孩子过分宠爱,孩子没有经历过挫折,导致了孩子的抗压能力弱。因此,遇到不顺心的事就容易做出偏激的行为。我们不愿看见令人惋惜的事件再次发生,我们不希望看到一个本来成绩优秀,却由于一点儿小事触动了他敏感的心而致使他结束了自己的生命。因此,我们呼吁“挫折教育”。所谓挫折教育是指让受教育者在教育过程中遭受挫折,从而激发受教育者的潜能,以达到使受教育者切实掌握知识并增强抗挫折能力的目的。但是,挫折教育真的能帮助孩子成长吗?曾在电视上看过这样一个情景,父亲为了锻炼孩子的意志力,带孩子去沙漠中步行,不让孩子喝水,这样的挫折教育真的对孩子有利吗?挫折教育不是“折磨教育”。还有一个视频,既好笑,又让人难受。小女孩对爸爸说:“爸

爸,你有一个缺点,知道是什么吗?就是,你老是让人不开心。”爸爸斩钉截铁地回答:“不能,就是要让你现在经常不开心,以后你才不容易崩溃。不可以做温室的花朵,否则到了社会无法生存……”试想一下,如果孩子总是经历一次次的失败,而得不到足够的情绪支持,他们就会在挫折中自我怀疑,慢慢地他们会开始觉得自己是无能的,只要碰到困难,第一反应就是“我不行,我做不到”。面对挫折时,孩子首先需要的是父母无条件的情感支持,接着孩子需要的是父母愿意和孩子一起面对困难和挑战的那份行动。世界本来就有风雨,父母的任务是为孩子撑一把伞,而不是化身暴风雨中的冰雹。

本版稿件由实习生 边新宇  
本报记者 李锋 采写  
本版策划 戚凯慧

世界很美 勇敢面对

关于亲子关系,网友有话说

@Letitgoletmefree:孩子很是敏感,需要更多的关心和爱。如果家长不能好好友善地跟孩子沟通的话,最好的办法就是冷静过后再去了解,不然这样的悲剧还是有可能再发生的。

@柠檬花园:家长一直信奉棍棒底下出孝子,相信表扬让人进步,批评让人有前进的动力。但是,对孩子适当表扬和鼓励也是必不可少的。

@书香满心:现在的孩子心理问题,确实应该摆上十分重要的位置。现在的孩子往往在溺爱中成长,心理承受能力不强,受不了一点儿委屈。作为父母应当想办法教育子女提高抗挫折的能力。

@妈咪心一:人生而自由,又无往不在枷锁中。一个成年人在经历了世事之后,常常会经不住压力,更何况一个人格还在塑造完善期的孩子。每一位父母教育孩子的出发点都是好的,他们也希望看到孩子未来一片美好,有时只是用错了方式。父母应当明白教育植根于爱,要告诉自己的子女,“就算你一无是处,我还依然爱你、相信你”。

@四毛:无论在教育孩子的哪个环节,热爱生命、热爱生活都不能缺少。

小贴士

如何对青少年进行心理健康教育?

对青少年进行心理健康教育首先创设有利于学生心理健康发展的环境。创设有利于学生心理健康发展的环境要营造优美的校园环境。学校是学生的第二个家,学生从学校中不知不觉地接受教育和影响。因此,优雅、洁净、文明、舒适的校园环境能给学生“润物细无声”的良好心理影响。校园中学阁假山、名人雕像、书画长廊、名人名言、校风校训以及各种宣传橱窗都会给学生美的享受和理性的思考。生物园里生机盎然,校园里繁花点点,绿草茵茵,学生在曲径廊亭中看书,这些自然风景和人文景观无时无刻不在触动学生的感官,使学生受到了美的熏陶和道德的感染,在愉悦中受到教育,自觉地形成一种积极向上的心态。

创设有利于学生心理健康发展的环境还需要创设育人情境,促进学生心理品质的优化。目前,青少年心理和行为问题日益增多,而人的心理和行为又是密不可分的。良好的行为习惯受良好心理素质的支配,同时,良好行为习惯又可内化、积淀为一定的心理素质。因此,学校心理健康教育不是单纯的口头说教,更应该创设各种情境,在行动中促使学生自我体验、自我认识、自我教育、自我控制,形成良好的行为习惯,形成一定的心理素质。健康良好的心理素质就能表现出最佳的行为效果。因此,创设各种情境,通过心理认知暗示,能培养学生健康心理素质,促进学生良好行为习惯的养成。与此同时,还需要开展好心理咨询活动。

在校中学生的心理健康问题不容忽视。为此,许多学校都建立了心理咨询室,有的还配备专职的心理咨询师。学生通过咨询、倾吐和宣泄,释放心理压力,解决心理困惑和矛盾。据了解,咨询的学生反映出的心理问题主要有:学习压力重造成考试的自卑、抑郁、狂躁、恐惧等情绪情感问题,人际关系问题,无法自制的不良行为习惯,青春期困惑的问题等等。行为咨询方法的先驱者克·罗姆布鲁兹指出“咨询的中心目标就是要帮助每一个当事人解决他之所以来寻求帮助的那些问题。”学校心理咨询师要给予咨询学生温暖,指导他们自我调控,还要详细了解咨询学生的各种情况,尊重、理解学生,保护学生的隐私,做到既是学生的倾诉者,又是学生的咨询顾问,努力消除学生的心理障碍。除了求助于心理咨询师外,学校还可以开设心理健康课程,举办心理健康讲座,组织各种心理健康教育活动等。

由“跳桥事件”所想到的——

作为旁观者,看到这篇新闻我感到心痛和惋惜,多么美好的年纪!本该享受着青春年华,而纵身一跃,一切都化为乌有。悲剧已经发生,如今的我们能做的只有吸取教训,让未来不再发生类似事件。如今的青少年课业压力大,如果得不到排解和释放,很可能产生心理健康问题。世界是美好的,亲人、朋友给予我们无条件的帮助和爱。我们痛心男孩儿的离去,也担心会由此给别人做出错误的示范。生命只有一次,没有任何人、任何事物值得我们放弃自己的生命。

人作为一个渺小的个体,生活在世界上,不可避免会遇到各种挫折,我

们必须勇敢去面对。调整心态,不要被挫折所吓倒。有时我们心中巨大的难题可能是我们心中的假想,挫折并没有那么巨大,只是我们人为扩大罢了。学会倾诉,找到一个倾听者,可以找你的朋友、你的亲人,寻求他们的帮助,也可以自己写日记排解,自己跟自己说说话、聊聊天,不要一直停留在原地,不管什么样的挫折总会过去,生活是美好的。

在信息爆炸的今天,作为一个旁观者,我们很快就会被另一个新闻吸引过去,慢慢淡忘这件事情。但对于男孩的家长来说,这种疼痛会伴随一生……因此,我们有必要引以为戒,认真思考,避免此类事件的发生。

