

F reedom

给孩子监督下的自由

文 | 元妈 图 | 资料



近些年来,关于东西方教育各自利弊的对比讨论非常多,而通常,都有些隔靴搔痒的感觉。现任纽约市立大学心理学副教授的陈鲁,不仅有着近20年的儿童心理学研究,而且她也是一位母亲,她的丈夫是美国人,也是一位心理学家。这次有机会与他们探讨东西方育儿方法,收获颇丰。

生活周刊:您的丈夫是美国人,您的孩子是在中西方融合的背景下长大的,您觉得东西方家庭教育最大的不同在哪里?

陈鲁:我和先生大卫的个案可能会和别的中西结合的家庭不完全相同,我们两个都有心理学博士学位,育儿的理念都是受共同的现代科学的心理学原则指引。即使这样,我们在日常的点滴生活中,对待孩子还是有不同。

最大的不同是大卫事事给孩子更大的自主权。比如,吃饭时,大卫从来不往孩子的碗里夹东西,甚至不会劝她吃某样东西。他的观点是,只要家长摆在餐桌上的东西都是家长提前把关、选择的,孩子想吃什么、吃多少应该是自己的事。我呢,会习以为常往孩子盘子里夹菜,劝她多吃菜。大卫在玩耍中也更尊重孩子的自主性。大卫和一岁左右的孩子玩耍时几乎是听孩子的。孩子让他拿些玩具茶杯,让他喂布娃娃喝,等等,他都照做。二十多分钟的玩耍全由孩子主导,他担任“助理”。而我有时会过多引导孩子去照我的想法玩,孩子会唧唧呀呀地表示不快。给孩子当“助理”并不等同家长扮演完全被动的角色。因为家长的年龄、生活经历摆在那儿,家长需要时时为孩子的玩耍创造条件。比如我们这个月去美国东北部缅因州很偏僻小镇度假,因为莉莉要抓青蛙,大卫就把周围池塘、湖泊、小溪的分布研究透透,每天带她去不同的地方,并且都有所获。但实际操作时,我们就扮演“助理”的角色,被指挥从不同的角度去围堵青蛙等。这种做法,我起了个名字,叫“监督下的自由”。监督就是大人给孩子创造玩耍的条件,过程中保证孩子的安全,剩下的具体操作,就让孩子自主了。这个,我是从这位西方家长那儿学来的,看到它对丰富孩子的生活并同时培养孩子的自主性、解决问题的能力、深化亲子关系很有效果。大卫给孩子的自主也不能等同于溺

爱。其实他给孩子的规矩比我多,并且执行起来比我更毫不留情。比如他会让孩子定期清理自己的房间、严格限制上电脑、看电视的时间。孩子会磨,他总是坚持。过程中要花费时间和脑力。

另外一个较大不同是传递信息给孩子时,大卫完全依赖语言,而我要加肢体动作。比如,某天,一家人出门前,他坐在门前穿鞋,堵住了后面的莉莉的去路。莉莉半开玩笑似的敲掉了他的帽子。在莉莉身后的我第一反应是啪地拍了一下莉莉的后背以示抗议,而大卫的第一反应是一句话“这样你得等更久了!”在风暴更大的情况下,他也从来没有动过孩子一指头,对孩子一切的劝说、警告、不满、抗议他都能用语言有效地表达。而我呢,则曾经有过几次生气时猛力推搡孩子的情况。但当看到情绪、问题都可以通过语言来表达、解决后,我逐渐锻炼自己驾驭语言和孩子互动的能力,是自己很好的成长。

还有一个不同是大卫从不拿自己的孩子和别人比较,他认为每个孩子都是独特的,相互比较没有意义。我呢,也不比较,但有时会说别的小孩好,因为我比大卫更相信榜样的力量。起初,我会说“莉莉,你看谁谁这个干得很好。”她和爸爸马上就听出我的意思,两人会马上制止我“No comparison!”

我强调这是我们的个案,它可能具有一定程度的普遍性,但不能涵盖所有的东西方家长。因为随着全球化,育儿的文化差异越来越小。有研究显示中国家长中,尤其是教育程度高的,让孩子自主、重视和孩子说理的做法越来越普遍。

生活周刊:您觉得在教育孩子的时候,哪些方面是坚持中国的教育好,哪些方面是借鉴西方的教育好?您有一些什么样的建议呢?

陈鲁:我想在这个问题中,教育还是指的家庭教



育。首先,越多深入地接触东西方父母,我越发现大家培养孩子的目标是一致的。所有的父母都想让孩子有优秀的人格(对家庭、社会负责任等等)、受到良好的教育、独立自主、有幸福的人生体验。只不过是在如何达到这些目标上,东西方家长有些做法、风格不同。我倾向于一些偏西方的做法,比如玩耍中多给孩子自主权、多用语言来讲理、平等地对待孩子。我倾向于一些偏东方的做法,比如不过度赞美孩子,不表扬孩子“聪明”而是表扬孩子“努力”,让孩子深信努力的力量。研究发现,取得某种成绩后被别人夸奖为“努力”而不是“聪明”的孩子,更能接受新的挑战。

生活周刊:在您的新书《0—6岁 A+育儿法》中,您提到了“我们需要培养的是孩子适应各种变化的能力”这句话太棒了,可以具体谈谈从小如何开始培养他们的这种能力吗?

陈鲁:书中列举的六大心理能力:健全的自我意识和自主意识;对自己、家人、生活环境感觉良好并充满安全感;对所有的生命充满爱心和同情心;浓厚的好奇心,良好的注意力和解决问题的兴趣;初步的自我感情调节能力和行为自控能力;足够的语言能力表达自己情绪和思想,都能彼此合作来帮助孩子适应变化。有安全感的孩子遇变会较为不惊,因为有心理后盾——那些一直信任、支持自己的家长和朋友。自主意识强的孩子会主动去思考应变的措施。好奇心强、爱解决问题的孩子会把变化当成挑战而用正面的态度去接受挑战。自控能力强的孩子不会意气用事、盲目做决定。注意力好、语言能力强的孩子有能力去专注新问题的解决、和有关方面有效沟通。有爱心、同情心的孩子最有可能在变化带来的纷乱中把握住处理问题的正确原则。

因为能适应变化的个体才最有可能生存,所以在人类长期的进化过程中,能发展出这些能力的“种子”都被写到人类的基因里了。也就是说,当一个孩子呱呱坠地,她/他的生理、心理机体就“迫不及待”地要发展这些能力了。只要了解了这些孩子的天性,你会发现我们的工作其实不难做。在书中,我详细地用很多的例子解释了家长如何做好三件事来培养这六种心理能力,从而锻炼孩子的应变力。

上海伊美尔港华医疗美容医院

整形外科 · 美容皮肤科 · 美容外科 · 美容牙科 · 美容中医科

美丽热线: 400-700-8885 地址: 上海市长宁区武夷路100号

沪医广[2012]第05-10-C167号
有效期至2012年5月10日至2013年5月10日止