

育儿经

在原地成长中学会接纳

我们开始一起寻找接纳别人的方法，并最终允许别人真正地参与到自己的生命中来。我相信，正是这样一次又一次的接纳与宽容，让彼此感受到了家的幸福。

今年过年，我们一家三口留在了上海，爸爸和女儿一同在网上选购了我们仨都爱吃的零食；年夜饭的菜谱则是由女儿和爸爸一起拟订的，准备饭菜的事也几乎被他俩包圆了。不过，我也没闲着，早上去菜市场买回一条肥肥的花鲢，以讨个“鲢年有余”的彩头。而且，这次的“剁椒花鲢”是女儿点名要爸爸做的。

其实以前，女儿是很厌恶鱼腥味的，我们夫妻俩经常只能“躲”在厨房里大快朵颐。这次，女儿主动要求在餐桌上摆上一道喜气洋洋的“剁椒花鲢”，让我很欣喜：她是真的长大了，开始学着接纳与自己不同



图 IC

◆ 塔克

的家人了。

要说女儿的改变，大概缘于我们大人也在学着接纳她，并向她打开了家事的边界。让她开始感觉自己真正成了三口之家中不可或缺的一部分。要知道，感觉到自己被需要、被信赖、被依靠正是使人倍感幸福，从而愿意有所行动的心理能量源泉。

这也让我想起了2019年的春节，那次，我们一家是在北方的外婆家度过的。除夕那天，大人们忙里忙外地准备着年夜饭，女儿一个人在卧室里无聊，看书、画画……等所有菜肴都摆上桌后，女儿发脾气了，她不高兴地说，菜单都是大人定的，没有什么菜是她想吃、爱吃、能吃的，还赌气说再也不想来外婆家过年了。也许，当时忙着准备年夜饭的我们，并不是真的忘记了她的存在，我们只是十拿九稳地确定菜谱中必然有她爱吃的菜，才没去和她商量，更没有请她帮忙做菜。可一个人的心思，另一个人怎么能完全了解呢？就算是母女之间，也不可能永远心有灵犀。那个晚上，女儿一个人躲在卧室里，没有和我们一起吃年夜饭。那时，我认为她需要冷静，所以没有去打扰她。

现在想来，也许应该事后和她好好梳理一下这些情绪的来源。虽然，我们后来谁都没有再

提起那件事，但好在我们都开始学着接纳家人。如今，与孩子发生冲突时，就连急脾气的爸爸也愿意主动克制自己了。要知道以前，如果碰到类似的情况，爸爸往往把冲突归因于孩子，甚至暗示孩子的一些状态是受到了妈妈的影响。

在我们家，的确是我和孩子相处的时间更多。有人曾研究过，在现代的核心家庭中，不仅孩子不驯顺了，妻子也是如此，并将前者的状态归因于后者。但孩子并不是可以任由另一人揉捏与塑造的泥娃娃。他们是一直处于成长与发展中的，他们会主动选择如何行事的能力。当孩子们看起来过多地选择父母中的一人去效仿时，也不意味着他们会与父母中的另一人彻底绝缘。

家是一个系统，充满了家人之间的相互影响与启发，因此即便是那些不能经常在家的父母，也依然会影响到孩子的成长。当我彻底明白了这一点之后，便逐渐地斩断了爱人指责孩子时，内心中一再升腾起来的、自己被连带责备的暗示。我终于可以平心静气地面对孩子和爸爸的冲突了。

也许，正是在平静中，我们开始承认，即便是一家人，也会性格、爱好、行事各不相同。我们开始一起寻找接纳别人的方法，并最终允许别人真正地参与到自己的生命中来。我相信，这样一次又一次的接纳与宽容，正是这些发生在父母与孩子身上的原地成长，才能让彼此感受到家庭中的幸福，也能让孩子们在未来之路上既不苛求他人，又能善待自己。

我希望，这样的原地成长能再多一些，再多一些。

◆ 张君燕

学习，其实会给孩子带来快乐，但大部分的父母却过多干涉，无意中打消了他们学习的积极性。以后，我要慢慢地把这份快乐还给孩子，让他自己找到学习的快乐。

本应属于孩子的快乐

儿子一进门，

就从书包里掏出两张试卷，“啪”的一声拍在桌子上，然后一脸得意地看着我。“怎么回事，这么嚣张？”我半是不解半是好笑地问。儿子不说话，只是用眼神示意我看试卷。我拿起试卷，看到上面两个鲜红的100分，这才明白过来——原来，儿子这是向我“表功”来了。

“乖儿子，考得不错！”我忍不住笑了起来，一把把儿子揽在怀里。儿子却挣脱我的怀抱，把一只手伸到我的面前说：“说吧，打算给我什么奖励？”就在我考虑拿什么作为奖励时，儿子接着说：“我让你高兴了，你就应该奖励我，最好能满足我提出的要求。”

儿子的话，让我一下子愣住了。考试成绩不错，适当给点奖励作为鼓励当然可以，可儿子理所当然的语气以及那句“我让你高兴了”的话，却让我感觉格外刺耳。没错，看到儿子满分，我确实很开心欣慰。可是，更开心的不该是他自己吗？毕竟他是为自己学习，从大的方面说，现在的努力是为了将来能够为社会做出贡献；往小了说，是为了将来自己能有更多的选择。但是显然，儿子似乎认为学习是为了我，正如网上说的那样“学习使我妈快乐”——儿子从什么时候开始有了这种意识呢？

等他回房间后，我坐在沙发上开始思考，是不是自己的某些言行不太妥当，让儿子产生了这样的意识？反思之后，我找到了答案：对儿子的学习，我插手太多，而且太过积极主动，比他还要上心。他考了好成绩，我比他还要开心；他的成绩下降，我比他还要着急。长此以往，让他产生了一种错觉，学习是妈妈的事情。我成了主角，而他只是配角。看来，是时候改变一下了。

晚饭后，我没有像往常一样催着儿子写作业，也没有督促他每晚例行地阅读打卡。儿子磨蹭了一会儿之后，突然问我：“妈妈，你怎么不喊我写作业？”我看着他说：“你长大了，妈妈相信你可以独立完成。”感受到我话语里的认同和鼓励，儿子露出了笑容，立刻转身坐在书桌前。写完作业后，不用我说，又拿出一本书开始阅读。不到9点，就完成了全部的学习任务，要知道，平时我再三催促，他有时也要拖到10点多呢。

儿子收拾好书包，自己准备了第二天要带的水杯等物品。在做这些事的时候，他的脸上带着一丝自豪。我暗自告诉自己，学习其实会给孩子带来快乐，但大部分的父母却过多干涉，无意中抢走了原本属于他们的快乐，也打消了他们学习的积极性，甚至认定“学习使我妈快乐”。这份快乐本应属于孩子，以后，我也要慢慢地把这份快乐还给孩子，让他自己找到学习的快乐。

共读故事

喜欢？不喜欢？

◆ 颖静

我们常常会问孩子，你喜欢这本书吗？为什么？这样提问时，大人心里大概是有预设答案的，喜欢，并且他一定会说出书哪里好，让所说的喜欢言之有物。但是，你有没有给孩子告诉你不喜欢的机会？

我也经常和女儿讲自己对某一本书的喜爱，引导她读到书中的妙处，但每年看那么多的书，真的每本都喜欢吗？答案肯定是否，在我们看过的书中，自然有很多书是不对味的。所以我也会对她说出自己对不喜欢，久而久之，我们关于书的交流越来越多。最近有几次女儿给我的反馈，我觉得很有意思。

上周，她读完《闷闷熊与好心情》后对我说：“这本书很好看，好玩、傻傻的。”我大致看了一下，写得还挺细腻的，但还是有点絮絮叨叨的无厘头，不过女儿说她喜欢。



颖静 摄

这周，我又给了她同系列的《闷闷熊与好朋友》，这次的一本厚了一点，她读着读着，突然对我说，这本书不好看了。我问为什么呢？她歪着脑袋说，太长了，有点啰嗦。我忽然和她有了共鸣的感觉。这次，我支持了她不好看的感受，并给了她说出不喜欢理由的机会。

那晚，她还看了新买的《奇妙的甲虫》，看完后，再次向我表达了不喜欢：“这本书我不喜欢。”为什么？“我还以为这本书要让我找甲虫呢，结果呢，是一本讲各种甲虫特质的书，我觉得大概只有我的同桌会喜欢这本书，要不我送给他吧。”

我算是一个比较坦诚的家

长，像对待朋友一样平等地对待孩子，我会告诉孩子有的书我觉得有点难，也会告诉她什么样的书并不吸引人。当然，我也会告诉孩子我的阅读偏好，有时候，还会和她分享一些别人对书的看法，也会对有些不怎么令人满意的作品直抒胸臆，说出哪里写得不行。

当然，孩子也有评价的自由，当我问她喜欢不喜欢的时候，我的心里是没有预设的，但不管得到什么答案，我都会问一句为什么，知道自己喜欢什么，也知道不喜欢什么，这很重要，不但读书，做人更是如此。

我们讨论一本书好不好看时，也包括了作品的特色，甚至有时还能发掘到这本书最适合的读者人群。希望这次，她所认为会喜欢这本书的同学，如她所想。她能吧这本书开开心心地送出去。