

帮孩子守住“敬畏生命”的底线

核心提示:

近年来,青少年由于种种原因而轻生的突发事件时有发生,面对这样痛心的事件,我们不能不反思:今天的孩子为何如此容易放弃生命?学校、家庭和社会该如何从小培养孩子“敬畏生命”的意识,使青少年内心健康、阳光?

图片来源于网络



青春期的孩子容易冲动

针对中学生自杀发生的现状,北京大学儿童青少年卫生研究所曾对全国13个省约1.5万名学生进行了调研,并发布了《中学生自杀现象调查分析报告》。调研结果显示,每5个中学生中就有1人曾经考虑过自杀,占样本总数的20.4%,而为自杀做过计划的人占6.5%。

21世纪教育研究院、社会科学文献出版社联合发布的《中国教育发展报告》显示,自杀率从小学六年级开始攀升,初中最高,高中次之。

无疑,青春期是中小學生自杀的高危时期。

青春期的孩子,心理和生理面临巨变,生理和心理发育的不同步,容易导致其在情绪、行为、认知上出现明显的不稳定性,以至于他们比较敏感、脆弱,非常容易被外部的环境左右且不能自拔,产生冲动情绪。不少中小學生自杀具有突发性,是当时压力下的瞬间意志力崩溃或一时冲动,如同伴关系的疏远、老师的批评、家长缺乏同理心等等,都可能被他们无限地放大、无法排遣,成为压垮他们的最后一根稻草。

也有的自杀源于长期的压力。

社会转型时代,个体焦虑与社会焦虑并存且相互影响。学生、家长、老师都存在焦虑情绪,其中最严重。绝大多数孩子从小被家长、亲人甚至老师灌输要上好学校、要学习出色、要考上名牌大学追求高学历,目的是有份好工作、地位高、收入好,出人头地。家长、老师对现实的过度关注,使得一些孩子更多地把目光聚焦到生活中物质的层面,忽视了对精神的关注。致使青少年在某一时刻下定决心告别这个世界的潜在原因,是他们在成长过程中没接受到应有的生命教育,很少考虑到死亡的含义和后果,不理解“珍爱生命”究竟意味着什么,以至于缺乏对生命起码的敬畏感。

怎样的生命教育适合孩子?

近年来,大多数城市中小学普遍对学生加强了生命教育、心理健康教育,但学生自杀事件依然没被杜绝。面对着一个个鲜活而又年轻生命的逝去,我们不得不深刻反思:对于当今的青少年儿童,我们究竟应该给予他们怎样的生命教育?

戳穿“死而复生”的美丽谎言

生命教育于20世纪60年代由美国学者杰·唐纳·华特士首次提出,在于让受教育者直面生命和人的生死问题。广义的生命教育其实是全人教育,不仅涵盖人从出生到死亡的过程以及过程中涉及的各方面,既关乎人的生存与生活,也关乎人的成长与发展,更关乎人的本性价值。核心目标在于,通过生命管理,让每个人成为“我自己”,提升人的生命质量,实现生命的价值。

西班牙哲学家萨瓦特尔曾经说过:“认识死亡,才能更好地认识生命。”从近些年发生的一些案例来看,青少年儿童之所以走上一条不归路,是因为对生命的认识存在着“盲区”和误区,不少孩子不知道生命只有一次,死亡就代表着永远地逝去,自杀是对自己和家人最大的伤害,他们只是希望以这种方式引起家长、老师和学校的关注,或者“穿越”到一个幸福的世界而远离现实的痛苦。

据媒体报道,上海黄浦区某小学曾对五年级150多名学生做过一项调查,当问起孩子“人失去生命后,是不是可以重新获得?”时,一半学生居然回答“不肯定”或者“可以重新再活”;有的学生甚至认为,死了就是没血了,补补血就可以活过来了。各种虚拟的死亡场景通过网络游戏、影视剧、神怪小说等等媒介走进了孩子们的视野,潜移默化地误导了孩子们对于死亡的看法。

生命教育一个不可或缺的内容,就是让孩子们了解到真相:“死而复生”其实只是一个美丽的谎言。在这方面,家庭教育不可或缺。

家长可以借助日常生活的点点滴滴对孩子进行生命教育,引领他

们认识生命成长的过程,学会面对生活中遇到的烦恼,理解挫折是人生的必然。同时,通过死亡教育,帮助孩子认识死亡、探讨对死亡的看法,消除对于死亡的恐惧、焦虑心理,懂得生命的珍贵,强化不能随意践踏生命的意识,增强孩子受挫的能力,鼓励他们享受健康和快乐的生命过程。

关注和理解青春期的孩子

学习压力是青春期孩子普遍面临的问题,家长要帮孩子摆脱焦虑情绪,特别是在孩子付出了努力而没有看到成果之后,避免粗暴地批评、指责,甚至打骂,把自己的焦虑转嫁给孩子,增加他们的焦虑情绪。我们正处在一个多元的时代,家长的教育观念应当从单一的“学习改变命运”向“丰盈生命”转变,有义务和责任引导孩子看到,在人生中,除了学业,还有很多值得我们投入和珍惜的内容,比如学会积极生存、健康生活与独立发展等等,给青春期孩子更多正向的引导,让他们有更丰富的精神生活,从中获得更多的参与感、体验感与幸福感。

青春期的孩子敏感、躁动,需要家长细心观察,及时了解他们的心理困惑,给予他们更多的关注、理解和心理支持。如果父母家人能贴近孩子的内心,设身处地地去感受孩子的感受,体会孩子内心的苦与乐,孩子就能从亲人的关怀体贴中感受到“爱”的力量,这种力量能让他们感受到生命的美好,懂得一个人不仅为自己活着,还要想着家人和所有关爱自己的人。有了这个牵挂,孩子就不会有轻生者那种孤独和无助的感觉,也就不会走上绝路。

青春期是人生的一个特殊时期,对于这一阶段孩子的生命教育,家长首先要尊重孩子的独立人格,遇事多倾听孩子的想法和心理需求,让他们感到自己活得有尊严,而恰恰是这种尊严感,能唤醒他们的生命意识,认识、感悟生命的意义和价值,学会欣赏、思考和热爱自己的生命。(来源:中国妇女报)

保护孩子过度影响他的一生

九成多中国父母在育儿中遇到困惑,这个数据本身并不奇怪,但其中隐含的问题值得我们深思。我注意到,在教育方面,有1/3的人为如何开发孩子的早期智力犯愁,43%的担心与理念相关。实际上,中国人在育儿理念上,最急需改变的就是对孩子保护过度。

孩子“会什么”往往是家长最关心的:会唱几首歌,会画几幅画,会认字,会背唐诗……这些在一定程度上成了父母们炫耀和比较的资本。但家长是否想过,孩子真正需要的是什么?作为一名关注儿童发展的研究者,我发现,独立性缺失成为中国儿童最严重的问题。而导致这一现象的最关键的原因就是中国家长保护过度。

孩子明明可以自己吃饭了,却偏要追着喂饭;孩子想要出去玩,家长担心外面的环境太脏太乱;孩子一表示异议,就被说成“不乖”,剥夺他们自己做决定的权利。很多家长会委屈地抱怨说:这正是我爱他的表现呀,我怕他受伤害。殊不知,孩子能做的不让做或者帮着做,这种过度保护是一种不理智、不科学的爱,这会严重影响孩子的独立性,进而影响他的一生。比如,在小时候会导致他无法适应新环境,缺乏自理能力;长大后,他可能学习成绩顶呱呱,动手能力极差;步入社会了,他依然会对父母过于依赖,责任心、承受挫折的能力差。

从全球来看,中国父母对子女的付出是最大的。这种单向的无以复加的爱,也会导致孩子缺乏感恩之心。中国式育儿急需理性的、科学的爱,中国家长应该解放孩子的时间和空间,把紧紧抓牢的手放开,给孩子更多的自由空间。

(来源:生命时报)