

父亲节特别策划



如果父亲不能够成为孩子的榜样,不能够帮助孩子建立规则,那孩子成长的动力从何而来?孩子的规则感又如何建立呢?其实,这些并不是父亲带给孩子的,而是孩子在自己与父亲的关系中体验到的。

孩子需要一个真实的老爸

□树辉

一位男士参加过很多次我带领的心理活动,也跟着我学过一些专业的心理学课程,无论在活动还是在课程中,只要谈及亲子关系的话题,他始终一脸严肃,这让我感到很好奇。

我一直坚信,不管一个人抱着怎样的目的接触心理学,只要他能坚持学习,投入自己的精力去体验,那他一定会被慢慢“融化”的,可是这位男士似乎很难让自己柔软下来,我找了一个机会,把他请上讲台,对他做了一个简短的访谈。

访谈中他告诉我,他觉得父亲就应该是一个威严的角色,他讲了好多证据。比如某心理专家讲:“爸爸要给孩子树立榜样,帮孩子建立规则。”所以他在家里一直恪守这一点,一谈到亲子关系,他想的是作为爸爸应该如何帮孩子建立规则。

听了他的说法,我感到很诧异:父亲就是父亲,什么时候成了他所认为的榜样和规则了呢?和榜样、规则这些东西相比,孩子更需要一个真实的父亲。

那么,什么样的父亲能算作真实的父亲呢?

他可能并不优秀,但一直在努力,他可能有很多不擅长的事情,也可能不善言辞,但总能带着一股顽皮劲儿、一股温暖的力量和孩子相处,他和孩子在一起的时候,不必总想着“我是谁,我要带给孩子什么”这样如此功利的问题。

那你可能会问,如果父亲不能够成为孩子的榜样,不能够帮助孩子建立规则,那孩子成长的动力从何而来?孩子的规则感又如何建立呢?其实,这些并不是父亲带给孩子的,而是孩子在自己与父亲的关系中体验到的。孩子会把自己和父母形成的关系内化成自身的一部分,这部分力量会伴随孩子一生,谁都不可动摇。

作为父亲,如果只会一味地要求孩子,按照自己的标准制造出一些“规矩”,这些规矩对孩子成长所起的作用会很让人担心。可能从短期目标来看,你的孩子变得越来越守规矩了,可如果把目光放得长远一些你会发现,孩子会越来越僵化,在一个集体中,当他看到有人不守规矩时会很难接受。曾经不止一个来访者跟我谈到,生活中他们看到不守规矩的人会有多难受,有些人在路上开车,看到有的司机强行变道,甚至想不顾地猛踩油门撞上去。

咨询中,一些青少年说起他们厌学的原因,往往让人哭笑不得。很多孩子会讲:“老师不公平,明明是事先制定好的规则,为什么别的同学不遵守可以,而我就不行?”你看,对于公平的想象已经成为一种僵化的模式,植入了孩子的内心世界。

无论是成年人还是青少年,他们身上彰显出的这些问题都源于早期把“父亲”这一形象内化成了自己的规则,这样的规则硬度有余,然而不够柔软,更谈不上有温度。很多认为应该对孩子严管、严教的父亲其实内心也是排斥规则的,他们对孩子说得最多的就是:“如果不听我的,以后你会吃亏,会吃大亏。”

在这样的关系中,孩子的内心没有一个空间去探索什么是规则,自己为什么要遵守规则,他们只会不断地被驯化,不断地

被告知:“只要你遵守规则就可以。”因此我们看到那些对规则充满抵触的孩子,并不是没有能力遵守规则,而是他们的内心一直很迷茫,不知道自己为什么要遵守规则。

父亲要如何在亲子关系中传递给孩子温暖的力量、帮助孩子树立规则意识呢?这里没有一个绝对的标准,我来模拟一个场景,希望可以给你一些启发:一个刚学会走路的小家伙不小心摔倒了,妈妈可能会第一时间冲上前,抱起孩子紧张地查看,不断地安慰。这是妈妈传递的爱的方式,这样的方式让孩子感到很温暖,但同时也会制造一些紧张气氛。相同的场景下,爸爸看到孩子摔倒不会像妈妈一样着急地冲过去,而是会深情地注视着孩子,爸爸不去第一时间抱起孩子并不代表爸爸不爱他,而是鼓励孩子自己爬起来,并且也相信孩子自己爬得起来。

你看,和妈妈的情感相比,爸爸的爱里多了一份带着力量的温暖,孩子如果以后再跌倒了,他不会第一时间惊慌失措,爸爸给他的眼神、对他的鼓励,都会成为他自己爬起来的力量,这样的力量远远比榜样的力量实用得多。

更重要的是,在类似这样的力量鼓舞下,孩子不会有太多抱怨,无论他以后经历什么,他都不会觉得别人对自己不公平,因为遇到挫折时他会专注于自己要如何爬起来,而不是费力琢磨这个世界对自己是否公平。

除此之外,父亲还要有足够的勇气和孩子一起“挑战”规则。这里的挑战是指我们要满足孩子的好奇心,帮助孩子适应规则,很多父亲一听说孩子有挑战规则的想法就会变得很紧张,这又在无形中刺激了孩子去独自挑战规则。

父亲和孩子如何一起挑战规则呢?不是孩子说怎么做就怎么做,而是父亲要有一个基本的原则。比如我的孩子在三四岁时,有一次想穿着鞋进入一个游乐场,这时候工作人员和一些家长都反对。孩子很想进去玩,可又不愿意脱鞋,这怎么办?我经过和工作人员协商,给孩子在商场里买了一双打折的新鞋换上,孩子顺利地进入了游乐园,也玩得很开心。当时有很多家长大声议论:“这样会把孩子惯坏的。”事情过去了三四年,我发现当初这个举动并没把孩子惯坏,反而使我和他的关系变得越来越好,直到现在他还保存着那双鞋,有小朋友来我家,他还会和人家讲述那双鞋的故事。

在亲子关系中,父亲和孩子所形成的关系质量,往往决定着孩子成年之后的性格特点。你的孩子是幽默风趣,还是严肃认真;你的孩子是倔强,还是灵活;你的孩子是有担当,还是缩手缩脚;你的孩子是充满阳刚之气(阴柔之美),还是总让人感觉不温不火、捉摸不定,这些都和父亲有着或多或少的关系,取决于父亲是带着一种怎样的状态和孩子建立关系的。

我相信一个聪明的父亲,一定会让自己在孩子面前变得顽皮一点,一个睿智的父亲,一定会让自己在和孩子相处时变得温暖一些。然而聪明也好,睿智也罢,我们不要忘记一个前提,你的孩子需要一个真实的父亲。

(作者为实战派心理咨询师,树辉心理创办人)

心之路

□张呈明

一头牛,迈着沉稳的步子,被父亲牵着进了家门。

牛暂时先拴在了院子里的那棵老泡桐树上。父亲拍了拍牛的脊梁说,老伙计,以后这里就是你的家,别见外。

牛明显有些慌乱,作为一头牛,它知道自己应该呆在牛舍,抑或耕作在农田里。这个时候却被拴在了院子里,它感到多少有些不自在。

牛的到来,让鸡和狗有了危机感。几只芦花鸡咯咯叫着飞上墙头,小黄狗试探着往牛跟前凑着,时而又倒退几步,汪汪地狂吠个不停。

而牛就是牛,面对眼前的热闹场面,它只是抖了抖肩,然后摇了摇尾巴,算是和新的邻居打了招呼。然后,它便有节奏地嚅动着大嘴,回味着曾经的美好。

父亲说,晚上就让牛睡在西厢房里吧,这样能时刻看着牛,心里踏实。

夜幕缓缓落下,牛被父亲牵进西厢房。父亲笑呵呵对牛说,往后咱俩搭伙住一屋。牛摇了摇尾巴,答应了。

牛是好牛,耕耙耩耘样样在行。一如父亲,每样庄稼活都驾轻就熟,拿得起放得下。

春天,父亲扶着木犁走在后面,牛全身披挂整齐奋力前行。绳套深深勒在牛的脖子上,父亲的汗水滴落在泥土中。朝霞里,一人一牛构成一幅绝佳的春耕图。

过了芒种,麦子进了场,牛的肩胛便套上了碌碡。正午的阳光像烤火一般,晒得脸火辣辣地疼。经过一个上午的翻晒,麦场上的麦秆、麦穗变得焦脆,正是轧场的最佳时机。父亲脆脆地甩了一个响鞭,甩鞭的父亲样子很帅,果断、干脆,颇有大将的风范。“呼隆隆,呼隆隆”,牛在父亲长长的缰绳的牵引下,在金黄色的海洋里画出一个个大大的圆。头顶上,骄阳似火,树荫里,蝉声如歌。一遍场轧下来,人和牛都如瓢浇雨淋,虽然这样,却无怨无悔。

牛被父亲牵到浓浓的树荫下。早就铡得短短的青草拌了麦麸、豆饼端

微情感

□黄廷付

午夜的钟声已经敲响,我却怎么都睡不着,因为儿子今天中考。

虽然昨天刚和儿子通过电话,该交代他的事情也都交代了,可我依然放心不下,总感觉还有很多话要对他说。可我现在不能打扰他,要让他有充足的睡眠,好好休息、轻装上阵,我不想再给他施加任何压力,哪怕轻轻的一声叹息。

此时此刻,如果我在老家,我一定会偷偷地看儿子有没有睡着,看看他的被子有没有掉在地上,我可以在他早上醒来之前,给他准备丰盛的早餐,我还可以骑着车子把他送到考场的大门口,然后在门口等待他从考场里出来。可是我在遥远的千里之外,我什么都做不了,什么都做不到,我连给他打个电话都感觉是在打扰。

儿子今天中考,好像我比他还着急。尽管着急改变不了儿子的成绩,我只想让儿子轻装上阵,也没期盼他能超常发挥。我昨天给他打电话时也对他说了,你只要正常发挥就行了,考出自己的真实水平。我觉得自己有些婆婆妈妈,在电话里反复叮嘱儿子考试的时候不要忘记带准考证和文具盒,其他多余的东西不要带,不要乱吃东西,这几天要保证充足睡眠。儿子笑着,知道了,知道了。

电话里儿子无意说了一句:三天的考试时间太长了。我当时不知道该说什么。是啊,这是儿子人生中第一次真正意义上的考试,看起来他还是很紧张的。都说不经一事,不长一智,经历这人生的第一场考试,以后他还会面对更多的考试,这也许就是人们所

任劳任怨的老牛

到牛的跟前,这是给牛最高的待遇,牛有些感激地看了一眼父亲,便慢条斯理地咀嚼了起来。

田野调完最后一个畦墙,牛就架上了耩子。父亲一声令下,牛迈开稳健的步伐,一步一个脚印地跋涉在平整的土地上。父亲有节奏地晃动着双肩,而父亲的身后,笔直地犁出三道耩沟,麻雀和灰喜鹊远远地跟在后面,它们叽叽喳喳七嘴八舌,对父亲和牛出众的技艺赞不绝口。

父亲对牛的照顾无微不至。每次铡草的时候,父亲总是把草铡得非常细。他常挂在嘴边的那句话就是:“寸草铡三刀,没料也添膘。”不管一天有多累,父亲在喂牛的工序上,丝毫不敷衍。于是,即使在三夏或者三秋大忙的时节,牛照样圆滚滚的,一点也没有跌膘。

夏秋时节,一个个肥硕的牛虻,将尖锐的吸管刺进牛的身体,贪婪地吸食着牛的血液。牛不停地甩动着尾巴,依然赶不走这些可恶的家伙。父亲拿着一个蝇拍子,彻夜地为牛驱赶着牛虻,牛则时而低沉地叫上一声,它这是在向父亲表示感谢呢!

闲下来的时候,父亲点上一袋旱烟,或者沏上一壶浓茶,然后就和牛说说话。说说生活的不易,说说这辈子开心的事或者伤心的事。

父亲懂得牛,牛也懂得父亲。

父亲常说,三亩地,一头牛,老婆孩子热炕头。这是一个庄稼人一生追求的幸福生活。地有了,牛有了,一家人团团圆圆和和睦睦,还有什么不知足的?作为庄稼人,一辈子就踏踏实实面朝黄土背朝天、两腿插到墒沟里吧,种啥收啥,足够了。每当这时候,牛一边认真地听着,一边摇着尾巴,细细咀嚼品味着父亲的话语,时而沉闷地“哞”一声,尾音拉得很长很长。

这声音,唯有庄稼人能从中听得出来那种沧桑,无以言表的那种沧桑。刚刚初中毕业拿起锄头、镰刀的我,分明看到父亲在这牛叫声里把一锅旱烟吸得烟雾弥漫,而我也在这呛人的烟雾中泪流满面。

其实细想想,父亲不正是家里那头任劳任怨的老牛吗?

儿子中考

说的成长吧,一步一步地成长。我现在什么也做不了,我能做到的就是默默地关注着。

我闭上眼睛,默默地在心里数羊,一只羊、两只羊、三只羊……一百只羊……我还是睡不着,我发现那些羊都变成了我的儿子,从咿呀学语开始,到蹒跚学步、背着书包去幼儿园、上小学、上中学,一个个镜头记录了一段段难忘的时光,那些镜头,那些时光,都在我的脑海里徘徊。我好像并不想让它们溜走,我想抓住它们,想让它们再清晰一些,可是不知道谁动了那些镜头和时光,慢慢地变得模糊起来。我继续寻找,却发现一个个新的镜头和一段段新的时光慢慢地覆盖了从前的镜头和时光。

我跟在儿子身后奔跑着,我伸开双臂想做儿子的保护神,看他的身体往哪边倾斜,我就用自己的身体为他支撑。可是儿子跑得越来越快,我好像有点吃力了。

我不知道自己什么时候睡着的,我梦到和儿子一起走进考场,一起写着试卷,我望着儿子认真地答着题目,自己的眼前却是一片空白。下课铃响了,我望着自己空白的试卷,忍不住叹了口气。妻在旁边推了我一下,“老公,闹钟响了,快点起来上班了,马上迟到了。”我一骨碌从床上爬起来,还在想着刚才那张试卷。



扫码下载齐鲁壹点
找记者 上壹点

编辑:徐静 美编:陈明丽