



找记者 上壹点

A11-13

齐鲁晚报

2020年7月25日  
星期六好  
读  
书  
读  
好  
书

□ 美编：  
曲继红  
□ 编辑：  
曲继红

从幼儿园到大学的教育,就像一个焦虑铸就的保护罩。家长付出了全部心血,却换来脆弱的心灵、迷茫的巨婴、没有炼成的钢铁……如果这样,是否还要过度保护、过度教育孩子?新近出版的《娇惯的心灵:“钢铁”是怎么没有炼成的?》一书,将目光投向了当代社会进程中的这场教育危机。

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 张九龙

## 禁止坚果的后果

2009年8月,3岁的海特开始在美国某幼儿园的第一天。他的父母正参加面向家长的入园培训活动,由老师解释幼儿园的种种规则和活动程序。若是以讨论时间的长短来判断,最重要的规则便是“禁止坚果”。

有些孩子会对花生过敏,为了防止风险,幼儿园立下了一项禁令:进入校园不得携带任何含有坚果的物品。为了更加无忧无虑,只要某工厂有接触花生的风险,幼儿园也会禁止该工厂制造的一切产品进入,这导致许多水果干、点心也被拒之于校园门外。

眼见违禁品的清单越长,老师还在耳朵边滔滔不绝,海特父亲向在座的家长提了个问题:“请问在座诸位,你们的孩子是否有对坚果过敏的症状?如果确有孩子对坚果过敏,我相信所有家长会各尽所能,避免风险。但如果班上压根没有孩子患过过敏症,也许我们应该放轻松一些,不必疑神疑鬼,对所有坚果制品大开杀戒。比方说,只禁止花生呢?”

毫无疑问,海特父亲的质疑激怒了老师。老师当即打断,不让在座的父母有回应机会。“不能让任何一个学生面临危险,不让任何一位父母感到不安。无论班上是否有孩子对坚果过敏,学校的规则就是规则。”她说道。

其实,直到20世纪90年代中期,花生过敏在美国儿童身上都很罕见,根据当时研究统计,8岁以下的美国儿童,每千人中仅有4人对花生过敏。但到了2008年,数据同比增加了近3倍。

研究者后来发现,如果自婴儿期起经常食用花生制品,身体会形成一种保护性免疫反应,而不是过敏式免疫反应。花生过敏症激增,原因正在于父母和老师过度保护儿童,让他们不与花生有任何接触。

生物学的解答是,人体免疫组织是一种复杂的调适系统,作为一种动态的系统,它有能力随着环境的变化而进行自我调整并进化。免疫系统进化的动力,恰恰是接触各种各样的食物、细菌,甚至是寄生虫。注射的各类疫苗之所以有效,就是基于此原理。

生活中,类似的过度保护还有更多,比如户外身体游戏的急剧减少。根据密歇根大学研究,近二十年来,美国孩子大部分的玩耍活动都已转入室内,且经常是对着电脑,也没有其他孩子陪伴。

室内网络游戏并不能强身健体,也无法有效培养心理韧性或社交能力。诚然,父母不愿意孩子整天玩电脑玩手机,可出于孩子安全考虑,谁也不敢让孩子整天在室外玩耍。

人这一生,失败、受辱和痛苦的经验总是如影随形。《娇惯的心灵》一书指出,人类需要身体和心



《娇惯的心灵:“钢铁”是怎么没有炼成的?》  
[美]格雷格·卢金诺夫 乔纳森·海特 著  
田雷 苏心 译  
生活·读书·新知三联书店

# 『钢铁』是怎么没有炼成的

智上的挑战和刺激,否则我们就会退化。例如,无论是肌肉还是关节,都需要刺激,才能正常发育。四体不勤会导致肌肉萎缩,使关节僵化,心肺功能衰减,血液凝结成块。没有地表重力所带来的考验,宇航员就会出现肌肉和关节退化的症状。

无论生理心理,道理皆是如此。孩子们不是蜡烛的火苗,一吹就灭,他们是“反脆弱”的。根据“创伤后成长”理论,人们在经历一段创痛之后,反而会变得更好、更强。

这么说,并不意味着家长应该停止对孩子的保护,放任创痛对他们的折磨,但它确实提醒着人们,安全主义的文化得以立足,追根溯源,是因为我们错判了人性,也误解了创伤和痊愈的机制。

有句老话叫“不撞南墙不回头”,撞南墙未必是坏事。一个人在遭遇苦痛之后活了下来,日常生活中势必埋伏着种种蛛丝马迹,一不小心就会触发他们的创伤,有了前车之鉴,人便会主动远离危险,这就是成长。

《娇惯的心灵》认为,与其为孩子铺好路,不如让孩子学会如何走好路。有些善意的保护可能会适得其反,过度保护和过度教育,反而会让我们的孩子成为“脆弱的一代”。这不能简单归咎于父母和教育管理者,更不能归咎于“娇惯”的孩子,全社会应共同反思和努力做出改变。

## 大学有道隐形门槛

前不久,一起令人痛心的消息引发关注。山西中北大学一名大二学生因作弊被抓,竟然跳楼自杀,不幸身亡。自杀的动机是,该学生在参加课程补考时作弊被发现,老师将考卷没收,并在学生群中通报批评。

根据监控录像显示,监考老师和该学生并没有发生言语或肢体冲突,但学生却在教室内哭泣20分钟后,给母亲发了一条“妈妈,对不起,不要想我,我配不上”的短信,便从教学楼纵身跳下。

类似的情况并非个案。数据统计,进入21世纪的第二个十年,大洋彼岸的美国青少年患抑郁症和焦虑症的比例大幅激增,自杀率亦呈现急剧上升趋势。

以当今的生活条件、学习环境来看,家长们显然难以理解和接受这种现实。

从幼儿园开始,贯穿整个小学、中学阶段,如今的孩子们,每一天都受到严格的安排和设计。自我学习、社会探索和科学发现的机会都要统统让位,取而代之的是在语数英等核心课程上反复攻坚。

特别是对都市里的孩子来说,放学后邻里孩子约在一起,三五成群自由玩耍的场景几乎不复存在。他们要参加各种各样的课外活动,比如音乐课、团队运动项目、补习班,以及其他有人组织并监管的活动。唯一的,就是要超过同龄人,不输在起跑线上。

然而,钢铁不是一夜炼成的,更不是看起来有个钢铁的轮廓就算炼好了。同样的道理,学生分数够了,不代表心智成熟。

或许我们忽略了,大学有道隐形的门槛:所有的学生都必须做好准备,离开家庭“保护罩”,一个人学习生活、书写人生。

在这一过程中,那些没有自我、总感到自己如荒野独行客的年轻人,将要面对空前的考验,做出最大幅度的跨越。这一次,他们只能靠自己。

相比社会的考验,大学的这道隐形门槛,已经友善许多。《娇惯的心灵》指出,人生的竞技场从来不是一片坦途;生活从来不公平,但大学很可能是这世上所能找到的最佳环境。在校园里,可以同那些令我们不舒服的人事和观念面对面,大学是最终的心理锻炼所。

## 履历的“军备竞赛”

放眼全球,想进入顶尖大学,竞争越来越残酷是不争的事实。

以耶鲁大学为例,20世纪八九十年代,耶鲁的录取率始终保持在20%上下。而到了2003年,录取

率下降至11%,2017年甚至只有7%。

一切变得合乎情理。父母要同子女通力合作,帮助孩子选择课外活动,且多多益善,把简历塞得越满越好。这就是威廉·德雷谢维奇,一位此前曾担任耶鲁大学英文教授的全职作家所说的“履历的军备竞赛”。

任何家庭,若不齐心协力加入这场游戏,他们的孩子就会落入不利的境地。在《优秀的绵羊》一书中,德雷谢维奇曾这样写道:“拥有更多,唯一的意义就是超过其他每个人。没有哪个国家非得要20000颗核弹头,除非别国有了19000颗。同样,没有哪个孩子必须要参加11项课外活动,想一想,要这么多到底能有什么用?除非已经有学生参加了10项。”

残酷竞争当前,父母自然表现出一种恐慌感,紧跟着孩子的成绩寝食难安。好像少拿一个“A”,就会影响孩子的一辈子。外人眼里,这似乎有点小题大做,但在那些竞争高度激烈的学区,现实就是这么残酷。

“如果在六年级的数学课上拿不到‘A’,就意味着赶不上趟,到中学后就无法进入数学的第一方阵,而这就意味着他们进不去斯坦福大学。”有家长抱怨。

所以,许多家长只能守在孩子身边,眼睛不眨地监督着孩子,并不只是为了人身安全,还要确保孩子们做好功课,认真准备考试,走向人生巅峰。

如今的大学录取考查模式,使中学生很难享受校园乐趣,更奢谈追求内在满足。这一过程“扭曲了学生的价值观,让他们身陷于竞争的狂热”,同时也“伤害了他们的心理健康”。

根据2015年的一项调查,在美国名校列克星敦高中,95%的受访学生表示,他们对课程感到“压力很大”甚至“压力极大”。而在2016年的一项研究中,美国疾病预防控制中心得出结论,在斯坦福所在的帕洛阿尔托市,十多岁青少年的自杀率高出全国平均数据的4倍。

这两个地方不简单,是美国人眼中的精英学区,给美国顶尖大学输送了绝大部分生源,被称作是“成就精英的摇篮”。然而,“尖子生”在学业上准备好了,可如何应对日复一日的生活,他们却压根没有做好准备。“这种状况要归因于他们缺乏处理日常问题的机会”。

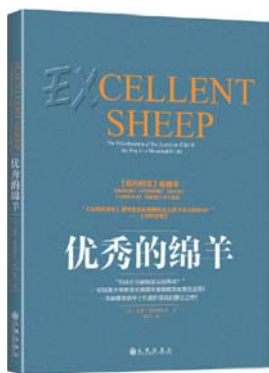
这似乎是自相矛盾:为了帮助孩子拿到大学录取通知,家长和学校必须让孩子全身心投入学习,而一旦孩子们开始读大学,这种教育模式却反过来变成制约他们成长的因素。既然如此,寒窗苦读拿高分、学特长考证书,到底是为了什么?

在一次访谈中,学者许倬云曾透露,有一个大三学生曾给他写信,表达心中困惑:“当代的压力迫使我们去学习更多知识和技能,可是自己的能力和精力有限,什么都没有做到极致,导致自己碌碌无为。要怎么做,才能成为一个内心丰富且有力量的人?”

许倬云的建议是,要在资讯的海洋中,保持分析知识和综合能力。只有能懂得如何分析问题,对周遭的世界有自己的独立思考,人才能收获一份属于自己的判断力。他相信,人通过这样的知识训练,有了判断力,才能拥有真正的冷静和安定。

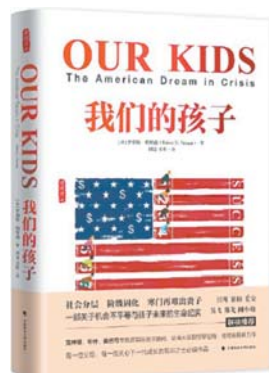
很难说,判断力到底属于智力因素还是情感因素。但从学生们的迷茫可以看出,这种判断世界的的能力,可能比一纸文凭更重要。

## 【相关阅读】



《优秀的绵羊》  
[美]威廉·德雷谢维奇 著  
九州出版社

作者德雷谢维奇历数哈佛、耶鲁等常春藤学校学生的“数宗罪”:过于自信却输不起;朋友圈同质化,固步自封;思维僵硬,与社会脱节,缺乏“常识性聪明”……他们的优秀是毋庸置疑的,但他们同时又不敢越雷池半步,只能在传统和固有的模式中追求一流的成绩,如同绵羊一样老老实实跟着头羊,所以被称为“优秀的绵羊”。



《我们的孩子》  
[美]罗伯特·帕特南 著  
田雷 宋昕 译  
中国政法大学出版社

在一个阶级固化的社会里,寒门为什么再难出贵子?为了回答这一问题,理解美国社会的贫富两极分化是如何影响下一代人的生活机遇的,哈佛大学帕特南教授组织研究团队以数年之功,追踪访问了生活在美国各地的107位年轻人,呈现出美国教育、美国社会在过去大半个世纪以来的变迁图景。