

# 每個“小核桃”都渴望被大人讀懂



平”，其實孩子要的並不多，就是父母的傾聽和鼓勵。父母不一定要在物質供應上刻意做到一人一份，卻可以用心營造每個孩子特有的“單獨時光”。比如大孩子可以陪父母去超市買東西，請他參與挑選物品，賦予大孩子當家做主的成就感；小孩子可以抱在膝上共讀繪本，或者陪他洗澡時一起吟誦兒歌……生活中總有很多機會，讓每個孩子都感覺自己是被父母重視的。

## 2 永遠不要讓孩子感到自己被放棄

什麼叫給孩子無條件的愛，至今仍是一個有爭議的話題。在祝薇描繪的親子關係中，我們看到了無條件的愛就是接納孩子的本相，愛孩子本來的樣子，儘管孩子目前的狀態是不優秀的、對學習感到迷惑的、好像還沒開竅的，也願意放下自己的執念去愛他，願意幫助孩子呈現最真實、最快樂、最幸福的自己。

“大人們永遠意識不到，讓孩子做決定的意義有多重大，當一個孩子決定去做一件事情的時候，他全身的細胞都活躍起來，充滿了力量，充滿了期待，充滿了自信。”小核桃寫在班級日記裡的這句話，是在提醒大人，一定要給孩子自己做決定的體驗和練習。現實中，事事包辦代替的“直升機式父母”和試圖為孩子掃清成長路上一切障礙的“掃雪機式父母”，尤其要學會放手，讓孩子體驗到自己做決定的這份喜悅和自信。

小孩子並不簡單，他們什麼都明白，知道“媽媽生氣的導火索是爸爸，但是遭殃的卻是我”。當我們一遍遍催促孩子“快點兒快點兒”的時候，當我們看到別人家的孩子那麼優秀，不由得為自己孩子各種一般般的時候，當我們面臨孩子成長中越來越多的挑戰而流露出茫然、煩躁、焦慮、委屈等情緒的時候，請記住，小核桃眼裡看得見媽媽“焦慮而憂傷，卻又強裝微笑的臉”，

心裡會擔心“如果連媽媽都放棄我，那就真的沒救了”。

一個人最脆弱的時刻，是感覺到連親人都想放棄他的時刻。好在小核桃的媽媽能覺察到自己的情緒帶給孩子的影響，會跟孩子坦誠溝通，承認自己“是不懂而不是不愛，是對自己的沮喪，而不是對你的嫌棄”，鼓勵孩子分享出她的感受和想法。孩子需要確認媽媽的愛始終如一，應該知道父母並非全知全能，也需要幫助和支持。親子之間用心溝通，就能讀懂彼此的心。

所有人際關係中，最難相處的就是家庭關係。有些大人控制不住自己的情緒，動輒拿孩子當出氣筒，甚至給孩子貼上“撒謊、愛偷懶、狡辯、膽小”等標籤，大人之間也可能互相貼“大大咧咧、安全焦慮症”之類的標籤，引發彼此的對立。

父母給孩子最好的禮物就是夫妻相愛，已經成為今天的共識。父母的關係對孩子來說非常重要，如果父母能做到有話好好說，教育孩子時態度一致，孩子才不會糾結。祝薇用爸爸媽媽圍繞小核桃參加夏令營產生的爭執，形象展示了父母的分歧對孩子心情的影響，故事裡包含了許多家庭教育的重要常識。

## 3 長大，就是構建自己的社會支持系統

社會支持系統是個心理學專業詞彙，也稱為社會關係網，指個人在自己的社會關係網絡中所能獲得的、來自他人的物質和精神上的幫助和支援。一類為客觀的、可見的、實際的支持，包括家庭、婚姻、朋友、同事等；一類是主觀的、體驗到的情感上的支持，包括受尊重、被支持、被理解的情感體驗。良好的社會支持有利於身心健康，反之則損害身心健康。

社會支持系統相當於一個動力系統，是健康生活的重要保障，順境中給人提供快樂和充實，當人處於應激之中，良好的社會支持系統可以給我們力量和信心。人慢慢長大的過程，就是走出

出父母翅膀的遮蓋試著自己飛的過程，就是學著構建自己的社會支持系統的過程。

夏令營風波，就是小核桃構建社會支持系統的一次操練。爸爸很支持，認為孩子可以去經風雨見世面，但媽媽的第一反應卻是一大堆安全問題，萬一……如何……怎麼辦……結果被爸爸說成是安全焦慮症，擔心之余還增加了不快。好在爸爸沉得住氣，準備曲線救國，告訴小核桃“不急不急，再想想總會有辦法的”。姥姥姥爺也支持小核桃，但沒有衝動表態，不像爸爸那樣不提前跟媽媽商量就做決定，而是啟發小核桃換位思考，理解心思細密又在城市長大的媽媽為什麼會有那樣的反應……這些人與人的相處之道，被長輩娓娓道來，讓孩子在經歷中長智慧，真實地獲得了受尊重、被支持、被理解的情感體驗。

媽媽們自發形成的小小學習型組織，也是一個社會支持系統的範例。從孩子的角度看，每次獨自在家面對開完家長會回來的媽媽，都會覺得非常害怕，但當媽媽們聚在一起互相提醒、互相安慰後，回家時態度顯然放鬆多了。今天我們提倡家校共育，倡導各種形式的家長互助學習，就是希望家長能在良好的社會支持系統下調整家庭教育理念、緩解育兒焦慮。

作為知心姐姐，祝薇的筆下妙招頻出：家裡要“雙歸”！用完東西要歸位，同類東西要歸類；鬧了鴨子不知如何和解？寫張紙條真誠地說出感受，就事論事，提出建議；瞭解自己是左腦人還是右腦人，不然家長用左腦講道理、孩子用右腦感受情緒，互相都覺得對方不懂自己；逃避不能解決問題，反而會帶來更多的問題；在大自然中體驗黑暗，打開所有的感官；學習這件事本身也需要學習，學習動力、學習目標、學習思維、學習情商是關鍵要素……這些妙招來自生活，值得借鑒。

營地生活為孩子獲得真實體驗提供了環境，孩子們發現在美麗的夕陽、翠綠的田野、清澈的河流的背後，農村有那麼多讓人傷感的真相，才知道成長中不僅有鮮花、歌聲、掌聲等美好的東西，也會面臨哭泣、悲傷與痛苦。懂得孩子的父母，也懂得成長需要這樣的經歷。

“孩子都想成為媽媽的自豪和驕傲，可是又常常覺得自己是媽媽的小麻煩”“孩子不喜歡被安排的感覺，不喜歡不被信任的感覺”“孩子一哭，一定有大事發生”“孩子寫作業為什麼拖拖拉拉？因為他們每次抓緊時間幹完一件事，媽媽又會安排另外一堆事情給他們，沒完沒了，所以他們寧可慢慢地寫作業，這樣就不用那麼辛苦了，反正也玩不了，大家都拖著唄”……讀祝薇的心靈成長小說時，我心裡一直在笑，看到“孩子寫作業為什麼拖拉”這個梗時，更是忍俊不禁，這個知心姐姐啊，太懂孩子了！

## 1 被大人重視的感覺真奇妙

祝薇在《知心姐姐》雜誌工作了近20年，職業之便帶給她很多走進孩子內心世界的機會，讓她一直保持著和孩子“在一起”的狀態。3本小說的書名，仿佛從孩子的角度解碼童年的秘密——《我是最棒的小核桃》《我是媽媽的好朋友》《我是自己的CEO》，又仿佛傳達一個個孩子對父母和老師的傾訴：我們渴望大人的關心和理解，渴望你們的傾聽和激勵，我們渴望探索自我、學會獨立。

小說的主人公小核桃，是個敏感又細膩、話少心思多的小女孩。內心充滿小憂愁的時候，會皺著眉頭、唉聲歎氣，甚至會把自己緊緊包裹起來，躲在

角落裡一言不發，不敢大聲歡笑，不敢表達自己，不敢和別人交朋友，從外表到內心都像一顆皺巴巴、硬邦邦的小核桃。

但沒有一個孩子是生來就不快樂的，孩子之所以關閉心靈的大門，假裝自己很冷漠、很堅硬，多半是因為在成長過程中受到過忽視和傷害，對大人失望，對世界失去了信任。“當全世界都忽視孩子時，如果爸爸媽媽還在乎他們，孩子就有勇氣面對一切困難，但是如果爸爸媽媽都準備放棄他們，那麼孩子的世界就會一片黑暗”。這話值得每個做父母和當老師的成人深思，看看自己的孩子和學生，想想是否在造就一個把自己藏在殼裡的小核桃。

好在小核桃遇到了一個願意傾聽孩子、鼓勵孩子的小新老師，他教孩子們自我介紹時用一種動物形容自己，借助照片、道具和才藝展示自己的特點、愛好和夢想，讓每個孩子發現自己是“獨一無二的我”。他鼓勵孩子們在班級的“秘密溝通本”裡分享自己的煩惱和願望，他也分享自己少年時代的糗事，讓不自信的小核桃確信自己“不是笨，只是開竅晚”……真正的好老師有個絕招，就是重視每一個學生，又讓每一個學生感覺自己是最被重視的那一個。

今天，家有二寶的父母常常苦惱不知道如何在兩個孩子之間“一碗水端

NAME

# Classified

聖路易地區  
314-991-3747 Fax: 314-991-2554

## 分類廣告

服務業  
房地產  
餐飲業  
金融投資/保險業  
旅遊/休閒業

**美甲店請人**  
誠請美甲師，前台接電話，需英文流利，PT/FT均可  
314-685-5866

**外賣店**  
誠請前台與後廚人員。聘請接電話，打包、炒鍋、油鍋、打雜、送餐，全工半工均可，有經驗者優先。  
314-757-3996  
314-562-3374

**中餐廳請人**  
誠請炒飯廚師、打雜及接電話一名。略懂英文。楊小姐  
314-620-9917

**誠請廚房炒鍋**  
，有意者聯繫  
314-497-7888

**餐廳出售**  
西區好地點  
外賣店  
314-368-4322

**砍樹、修樹、家電、廢五金、垃圾清除**  
誠信可靠、經驗豐富、價錢公道，請電Michael  
314-585-3035

**食品批發公司招聘**  
誠徵辦公室客戶銷售、會計  
通中英文和電腦，會福州話：廣東話者佳  
電郵簡歷 contact@stlws.com

**南區工廠請人**  
南區電子廠誠聘裝配員，每週工作五天，薪優、健康牙科保險、年終花紅、401k退休計劃，有意者請電  
314-322-7038

**誠徵**  
廣告印刷公司規模擴大，誠聘兩名辦公室文員。負責電話接聽和微信溝通等文職工作。  
\*工作時間：週一至週五，上午9:30 - 下午5:00。  
\*職位職責：協助日常辦公室管理，確保辦公室高效運行。  
\*發展空間：對於表現出色並有意願的員工，公司提供晉升機會。  
\*時薪：18美元，需報稅。  
\*獎金：基礎薪資並提供績效和銷售獎金  
\*工作環境舒適、輕鬆、無壓力、同事友好。  
工作地點百利超市附近。  
請洽 314-749-8828

**考駕照/翻譯 服務**  
考駕照：多年的汽車培訓經驗，熟悉考駕照技術及規則。  
9/14-127試及格  
翻譯：美國翻譯協會(ATA)會員，20多年的豐富翻譯經驗，精通國、粵、英、日語。會陪你到移民局，社安局，法庭/律師樓，醫院等地  
羅先生/教練314-210-7219

**房間分租**  
包水、電、瓦斯，中國城，方便  
314-239-1430

**冷暖氣安裝維修**  
314-757-7032  
李宏亮

**BLOSSOM Nail SPA**  
指甲攤位出租。誠請指甲大工、小工、學徒工(包學一個月)位於聖路易富人區，提成高，小費高。  
314-498-6587 Lucy

**餐館誠徵**  
有經驗炒鍋、服務生、Busboy及送貨Delivery  
314-239-1430

**房間分租**  
Olive大道，近華人商圈，包電、瓦斯，木板地，有網路，衛生整潔  
314-288-5933