

你最近读了什么微信好文?欢迎发送至“三湘都市报周末”微信订阅号,顺便附上你的批奏!

圈好文深阅读

扫一扫加入三湘都市报周末二维码



7月24日上午, MH17航班40名荷兰遇难者的遗体回国, 皇室出迎, 国家降半旗。一具遗体一具棺木一辆灵车, 都由8位士兵抬灵, 民众自发在马路边注视运送车队, 汽车停车亮灯致哀。这种哀悼神圣尊严, 荷兰人直面死亡和伤痛的态度令人动容。在荷兰获得博士学位并定居下来的魏蕊蕊, 从身边的案例着手, 撰写了关于荷兰人引导孩子直面伤痛与死亡的文章, 值得参考学习。



MH17航班荷兰遇难者的遗体回国, 皇室出迎, 国家降半旗。民众自发在马路边注视运送车队, 汽车停车亮灯致哀。

荷兰人如何引导孩子直面死亡?

别说“不要怕, 有我在呢”

荷兰人对待恐惧, 伤痛和死亡的态度, 就是“直面面对, 彻底承受”, 几乎没有“善意的隐瞒或谎言”。

荷兰父母觉得他们只能向孩子忠实地呈现现实, 而不是赋予自己强大的信息过滤权, 去决定哪些是孩子该知道的, 哪些不是。在孩子觉得害怕的时候, 多数父母只简单对孩子说“不要怕, 有妈妈/爸爸在呢”。心理学家认为, 如果这样说, 是没有长远价值的安慰和逃避。因为孩子在这句话的引导下, 虽然得到短暂的慰藉, 可是无法帮助他们解决恐惧的根源, 况且父母不可能永远都在。

正确的做法, 应该是父母和孩子讨论恐惧, 将恐惧肢解, 细化地提出“不要怕”的具体解决方案。荷兰父母在这方面做得相对较好, 比如他们会和孩子交流, “你在怕什么? 你觉得那个为什么可怕? 怎么样我们才能不怕”等等。这种方式对怕黑, 怕虫子这些具体的东西很有用。孩子会认识到这些不可怕, 建立识别和面对的意识, 心理逐渐成长。

“孩子, 我也和你一样害怕”

可如果孩子的恐惧是更深层抽象的情绪, 如害怕亲人的死亡, 就是另一种处理方式了——父母在孩子面前敢于承认自己的恐惧, 让孩子知道某些情况下, 恐惧无法避免, 采取行动也无法解决, 只能交给时间。

我一位朋友的6岁儿子, 担心患癌症的外婆去世, 怕得睡不着觉。他妈妈会拥抱着他, 并不掩饰痛苦和眼泪, 对他说: “我也和你一样害怕, 不过外婆现在不是还在我们身边吗? 我们得好好珍惜外婆在的每一天。你要好好睡觉, 明天才有精神去看外婆, 对不对?”

千万不要在孩子面前做“最优假设”, 别说: “外婆在医院得到最好的治疗, 相信医疗、相信科学, 说不定外婆会很快好起来的。”这样完全是不负责任地给孩子增加希望, 如果现实不是这样, 对孩子的打击更大。

当孩子问起爸爸, 她只重复强调“去世了”

在荷兰, 无论孩子多小, 父母都不会向孩子隐瞒家庭重大变故的信息。孩子的亲人去世了, 家长就明白的告知什么是“死亡”, 不会骗说去出差了, 出远门了等等; 父母离婚了, 也直接告知孩子, 并解释这是怎么回事。

我的先生是荷兰人。他公司里有个员工叫桑德拉, 她老公在儿子Dirk只有4岁时出车祸骤然离世。她当天把Dirk从学校接回家, 就对孩子直说了: “爸爸死了! 今天爸爸骑摩托车的时候出了事故, 他永远地离开我们了。从今天起, 只有妈妈和你了, 爸爸再也不会回家了。明天起我们还要处理很多事情, 比如爸爸的葬礼, 你要去给爸爸道别。我们的生活短时间内会有些改变, 比如你这几天暂时不会去上学; 有可能你会看到妈妈哭, 还有很多家人会哭, 我尽量做到不大哭, 但是有很多东西会和以前不一样了。”

Dirk参加了爸爸的葬礼, 给爸爸的棺材上撒土说

再见。可是因为他太小了, 之后还是经常问起为什么爸爸不在, 桑德拉每次都重复强调爸爸去世了。我先生非常赞同桑德拉的做法, 说必须要反复重申概念, 让Dirk真正明白什么是亲人的亡故, 这样对他有好处。因为他的生活已经决定了, 他必须比其他孩子更早了解死亡, 他应该尽快学会接受。

大概4个月后, Dirk总算接受了父亲离开的事实, 并学会了如何与这个事实相处。桑德拉每周会在亡夫遗像前的花瓶里插上一束白玫瑰, 而Dirk每天都会给花瓶里的白玫瑰换水。他会拍着胸口说: “爸爸去世了, 就算爸爸再也不能来看我, 我还是会永远想他。奶奶说了, 我们都要习惯在没有爸爸的时候也要快乐的生活。”

现在, Dirk9岁了, 爱好跆拳道和弹钢琴, 和妈妈还有继父及妹妹一起和乐地生活。他依然每天给爸爸遗像前花瓶里的白玫瑰换水。

“决不能说可怜”

在这种“直面伤痛”的文化里, “受伤”便不再是孩子们撒娇的理由。若孩子的伤痛和挫折是因为不可抗拒的外因造成的, 大家都会关爱、支持, 一起面对, 想办法改善。若孩子的伤痛, 是自己不守规矩造成的, 家长几乎完全不同情, 也不表现心疼, 而是非常“狠心”地让孩子反省, 接受教训, 及承受后果。

不久前为了迎接巴西世界杯, 开赛那天, 我先生家族一大家子人聚在一起把房子装饰成橙色。10岁的外甥Armin的任务是剪橙色的彩带, 结果他不专心, 抬头看电视, 一下子就把左手大拇指顶端的肉剪掉了, 鲜血奔涌。我们第一时间处理了伤口, 并带他去医院包扎。他很坚强, 没有哭。医生说, 这几天会疼痛, 在之后的两周他的大拇指会逐渐愈合, 可指尖的麻木感会持续大概6-8周。

回家后, 他坐着休息, 大家也没有特别关注他, 继续装饰房子。我帮他倒了杯水, 喂他喝, 他妈妈马上过来说:

“他要喝水你让他自己倒, 不要喂他喝, 让他自己想办法。”说完又回头对着他说: “你只是大拇指受了伤, 你的手还可以活动, 医生说了你这个伤痛要持续6-8周, 在这段时间你要学会忍受不方便也要自理自己的生活。”

我说了句: “算了, Armin好可怜!” 以他爸爸为代表的全家人都炸开锅了: “他有什么可怜的? 从他7岁开始使用剪刀, 我们就反复告诫他用剪刀时要专心, 如果不专心会有什么危险。他今天不按学到的做事, 边剪边看电视, 伤了他自己, 只能说他不聪明不守规矩, 决不能说可怜。”

于是, 之后吃晚饭, 漱口, 洗澡, 睡觉, 都是他自己应付的。临睡前, 他和我们亲吻道晚安, 然后对他父母说: “爸爸、妈妈, 我记住了, 以后再也不会犯这种低级错误了。”

他睡了之后, 他父母才在我们面前表现出了对儿子的关切。

微信号 少年商学院
作者 魏蕊蕊

【圈阅君批奏】

鲁迅先生说, 真的勇士, 敢于直面惨淡的人生, 敢于正视淋漓的鲜血。不管对于谁, 直面和接受伤痛甚至死亡需要很多勇气。我们何不将这份勇气提前献给孩子, 让他知道, 不用羡慕别人的幸运, 不要懊恼自己的遭遇。遇到什么, 就稳稳接住, 大家一起真实面对, 分享和学习承受它的过程。选择坚强, 但不用逞强, 要有直面的态度和寻求帮助的准备。如何给孩子一个有韧性和厚度的人生, 取决于父母的选择和态度。