

走出亲子共生困局 让家成为爱的港湾

□毛洪亮

(一)

前些日子，一位朋友转给我一篇文章，看过后心里久久不能平静。

文章讲的是香港一对母女，因为小升初一事起争执，双双跳楼离世。最让人唏嘘的是，这位母亲还是资深心理社工，平时帮好多人走出了情绪困境。她能渡别人，却渡不了自己的教育执念。

这场悲剧像一记重重的警钟，敲在我的心头。这些年来，我越来越确定一个事实：大多数家庭教育走下坡路，不是孩子不够聪明，而是亲子关系错位，陷入了互相消耗的死循环。我不觉得这场悲剧只是一时情绪失控的偶然事件，而是当下好多中国式家庭育儿困境的真实写照。回望这些年看到的新闻：上海有妈妈因辅导作业崩溃跳河，杭州有母亲被育儿琐事缠得服药轻生……而更多家庭，家长会因为孩子成绩波动而情绪失控，破口大骂。不知道从何时开始，家成了亲子对峙的战场。

(二)

有育儿调研数据表明，国内有超过九成的家长都曾因为孩子的学业问题情绪崩溃。不少家长拼命督促施压，觉得是在为孩子的未来铺路，结果却陷入了“共生绞杀”的畸形关系，它一点点磨掉了父母的平和心态，也耗尽了孩子的自信和对生活的热爱。

好多父母习惯把自己的价值绑在孩子身上，把孩子的人生当成自己的人生，把孩子的分数当成自己的荣辱。特别是那些为孩子放弃事业的全职父母，把时间和期许全给了孩子，慢慢丢掉了自己的生活 and 追求。在他们看来，孩子考得好就是教育成功，孩子成绩一般就是自己失败。时间长了，孩子不是独立的生命个体，倒成了父母证明自己的教育成果。

想起那个让人惋惜的天才少年张一得。他父亲花了十七年时间，用极致窒息的付出，绑住了孩子的人生。这份看似毫无保留的为爱付出，却没换来温情陪伴和健康成长，反倒让张一得一直活在被审视、被期待的高压下，最后走上了自我毁灭的路。

(三)

如果说“共生”是无形的精神捆绑，那“绞杀”就是具象的致命的精神摧残。当父母的人生价值完全依附在孩子身上，一旦孩子的表现达不到预期，父母的自我认同感就会崩塌。他们很少反思自己的教育方式，只会把内心的焦虑、挫败全部转嫁到孩子身上。一次次指责、一遍遍贬低、一层层叠加，最终完成了对孩子的精神绞杀。

纪录片《闪闪的儿科医生》里，七岁的小龙因为没考满分，就使劲自我否定，抬手捶自己，长期陷入“我没用”的负面情绪中。好多人说现在的孩子太玻璃心，其实根源从来不是孩子脆弱，而是父母严苛的打压和情绪捆绑。

更让人揪心的是，这种共生绞杀的模式还会蔓延传染。不只是普通家庭，很多事业有成的父母照样逃不出这个困局。哪怕孩子已经长大成人，在父母眼里，只要没有活成自己期待的样子，依然会被挑剔、被干预。英伟达创始人、CEO 黄仁勋曾说：“我都63岁了，我工作的时间比我爸当年还长……他们表达爱的方式，就是批评你，这就是他们说‘我爱你’的方式。他们会说：你看起来已经尽力了，但你知道，这还不够好。”当然，黄仁勋是幸运的，他有一颗强大的心脏，最终成就了自己，但这样的强大并不是每个孩子都拥有的。

(四)

平时和家长沟通，我总会问一个问题：最初怀上孩子的时候，你对他最大的期待是什么？几乎所有家长的答案都一模一样——只求孩子平安、健康、快乐就好。但走着走着，所有人都忘了初心。不仅希望孩子听话懂事，更希望孩子成绩优异、出人头地，打着“为你好”的旗号，不断提高要求，把孩子成长的空间越压越小。

个人认为，好的亲子关系，不是绑在一起“共生”，而是各自独立，相互滋养。

首先，把亲子边界划清楚。这一点最难做到，好多家长痛苦，就是因为管太多。

其次，坦然接受孩子就是个普通人。不是每个孩子都能成绩拔尖，平凡普通才是常态。学习成绩只是孩子成长过程的一部分，品行端正、内心坚韧才是孩子最好的底气。

第三，让家变成治愈身心的港湾。如果学校是拼搏的地方，家就是让人放松的温暖港湾。真正好的家庭教育，不是高高在上地管着，而是平等尊重地陪着；不是提苛刻的要求，而是温柔地托底。学会做情绪稳定内心充盈的家长，父母情绪稳住了，家才会有温度。

(五)

教育的终极意义，从来不是雕出一个符合世俗标准的完美孩子，而是父母和孩子彼此包容、互相成全。别打着爱的旗号束缚孩子，别让过高的期待毁了亲情。用从容平和的心态，静待孩子长大；用纯粹真挚的爱意，守护成长的航路。让每个孩子都能在自由和爱里，活成自己独一无二的样子。

最后，把出自胡适先生家书的这段话送给所有父母——

我养育你，并非恩情，只是血缘使然的生物本能；所以，我既然无恩于你，你便无需报答我。反而，我要感谢你，因为有你的参与，我的生命才更完整。我只是碰巧成为了你的父亲，你只是碰巧成为了我的女儿和儿子，我并不是你的前传，你也不是我的续篇。你是独立的个体，是与我不同的灵魂；你并不因我而来，你是因对生命的渴望而来。你是自由的，我是爱你的；但我绝不会“以爱之名”，去掌控你的人生。

（作者为南海教育集团、南海实验学校校长）