

# 为什么家长越来越焦虑?

研究发现:可能与加入很多微信群有关

杨雄

在不久前举行的第八届上海市家庭教育高峰论坛上,上海市儿童发展研究中心主任、上海社科院青少年研究所研究员杨雄做了题为《AI时代:家长如何克服教育焦虑》的演讲。他在演讲中指出,教育是农业,而不是工业。养育孩子实际上是一个守望与发现的过程,守望靠耐心,发现靠用心。以下是演讲的主要内容。

## 为什么家长越来越焦虑

上海社科院青少年研究所的课题组在2017年的时候曾经做过一个调查,样本覆盖上海市16个区,包括小学、初中和高中,以家长与孩子进行配对抽样的形式,分别调查了8000个家长和孩子的。

数据分析得出以下10个结论:

一、上海中产家庭的亲子关系普遍良好,并没有想象中那么紧张。独生子女家庭的亲子关系普遍好于多子女家庭。

二、家长对孩子的心理健康越来越关注,亲子互动时间有所增加。

三、家庭教育主要以母亲为主。

四、家长比较关注孩子的情绪、社交能力等。

五、家长对孩子的教育期望仍然较高,九成家长认为孩子必须读到本科以上。

六、校外培训补习是家庭开支中最大的一部分,占到30%—50%。

七、年轻家长的养育方式更趋于平等与民主,孩子总体上比较健康。

八、长期跟踪的数据显示,上海家庭的性教育水平有所下降。

九、半数家长对家庭教育状况比较满意。

十、家庭暴力偶尔发生。

为什么如今的家长越来越焦虑?研究发现,2014年,微信被大规模使用以后,很多家长加入了各种微信群。尤其是在家庭教育中承担主要职责的母亲,在各种微信群中互相交流生育、养育、教育孩子的经验,结果导致焦虑情绪激增。原先每个家庭的信息都是阻隔的,你在家干什么,大家不知道,现在从朋友圈里得知别人的孩子怎么出色、别人的孩子上了多少补习班,家长的心理就越来越失衡,变得越来越焦虑。

## “鸡娃”将导致怎样的后果

据我个人的观察,现在的教育竞争不仅仅是孩子的竞争,其实背后是家长的竞争。尤其是中产家庭,家长对孩子的期待就是要进入优质学校。

每个家庭对孩子未来教育路径的选择,事实上反映了家庭对未来社会所需要的人才的一种判断。在很多家长看

来,进入好的学校、考上好的大学,仍是唯一的成才路径。殊不知,未来对人才的要求已经发生了很大的变化。

现在的孩子身处互联网时代,但是,70后、80后家长仍然把自己当年高考的模式复制到00后、10后的孩子身上。学术上我们称之为“结构化了的童年”,这并不符合教育规律。你把自己的教育模式强加给孩子,并且给孩子设了一个很高的目标,对有些孩子来说甚至是遥不可及的。当达不到目标时,孩子就容易出现心理问题。

我们曾在南方某大学对3万名本科生进行心理测试,结果显示,有2.5%的大学生具有严重的抑郁倾向,有的学生甚至需要父母陪读。由此可见,家庭教育如果仍然这样“鸡娃”,学校如果还是以分数为导向,那么心理异常的孩子会越来越多。这必须引起我们的高度重视。

在人工智能时代,家长和老师千万不要将儿童的大脑去和电脑竞争。就像无人机可以24小时、不知疲劳地巡航,而再优秀的飞行员也做不到。

反观儿童的大脑,更加需要保护。脑与神经科学实验早已证明,每一个儿童的大脑发展都是有差异的。为什么现在女生的学习成绩比较好,男生会落后一些?因为男孩大脑的灰质、白质区域的发展远远滞后于女生,女生20岁就发育成熟了,男孩要到30岁才成熟。我们过去说要保护女孩,从某种意义上讲,现在同样要保护男孩。

人类的大脑,其脑容量早就被结构化了。大脑的新皮层,也就是一张报纸大小。如今信息爆炸,每天大量的新知不停地塞进儿童的大脑,而结构化了的大脑无法再往外拓展。如果过早开发,压力过大,容易使儿童大脑的白质区域出现问题。

## 教育是缓慢培养人的过程

漫画大师丰子恺先生曾经画过一幅画,题为《某种教育》。画的是一个师傅用力地把一个个泥团往模具里按,桌子上站着一排一模一样的小泥人。教育家叶圣陶先生因此写道:“受教育的人绝非没有生命的泥团,谁要是像那个师傅一样只管把他们往模具里按,他的失败是肯定无疑的……”他提出了“教育是农业”的理念,认为教育的性质类似农业,农业是把种子种到地里,给它充

分、合适的条件,如水、阳光、空气、肥料等,然后让它自己发芽生长、开花结果。

我很认同叶圣陶先生的理念。“十年树木,百年树人”,教育是一个缓慢培养人的过程。教育是农业,而不是工业。如果把教育当成工业,会导致教育资源的浪费和就业困难。因为工业化生产遵循的是市场规律,市场缺什么,就迅速生产什么。为了降低成本,工厂的产品一经上线,就要大规模生产。另外,因为工业是标准化生产和流水线作业,所以不允许出错,否则生产出来的就是“废品”。

比起工业,农业更加多样化。播种在同一块田地里的麦穗,有的长得快,有的长得慢;有的长得高,有的长得矮;有的长得粗,有的长得细。孩子就像麦穗一样,有自己的天赋、气质、个性和生长节奏,每个孩子都是独一无二的。在农民眼里,庄稼长成什么样都是宝:长得好的做粮食,长得差的做饲料,连秸秆烧了都可以变成草木灰。

教育是农业,而不是工业,还有另外一层含义,就是父母要允许孩子犯错。犯错,是儿童大脑自我纠正、不断进化的必然过程。

## 不要“催熟”孩子

教育和农业的相似之处正是在于,种田须“守天时”,按照庄稼生长的规律,插秧、施肥、培土、灌溉、防虫害,然后静待花开。教育则要“顺童心,合人意”,符合儿童心理发展的规律,按照每个孩子成长的节奏,让孩子慢慢长大。

但是,现在有些父母热衷“催熟”孩子,拔苗助长,对孩子过早教育。因为信奉“别让孩子输在起跑线上”的教育观念,还没等孩子到合适的年龄,父母就提前抢跑道。一些早教机构会向年轻的父母展示0—3岁儿童神经元突触的发育图片,说大多数孩子大脑的语言、视力、听力区域的神经元突触密度在1岁前就达到了最高峰,掌管抽象思维、逻辑思维等高级思维区域的神经元突触密度在2—3岁时达到最高峰。因此,孩子3岁之前是敏感期,如果这时候不开发大脑,孩子一辈子就完了。这种说法好像很有说服力,于是一些父母赶紧报了早教班。

然而真相是,虽然儿童2—3岁时掌管抽象思维的神经元突触密度达到高峰,但此时孩子的抽象思维能力还没有发育好;反而是7—8岁时,抽象思维能力明显增强。另外,儿童的大脑发育是有规律的,孩子刚出生时,脑容量约为成人的60%;长到7岁左右,脑容量基本和成人类似。所以,学校要求

孩子7岁左右入学,是有认知心理学作为科学依据的。

幼儿期的家庭教育,不能对儿童进行以记忆、正确率为主的大脑认知强度训练,而应该对孩子进行生活教育,帮助他培养良好的生活习惯。有的父母忙着开发孩子的大脑而忽视生活教育,导致孩子入学后还会不会穿衣服。

有一次,我与一名12岁的神童一起做节目,对方因为超高的数学天赋被“中科大”录取。在交流中,我发现他的思维方式就是一个稚气的小孩,除了数学以外,其他方面都是正常儿童的发展水平。事实上,一些少年大学生后来都出现了心理问题或社交障碍,提前上大学对他们而言也是一种“催熟”。

## 换一种思维来养育孩子

现在大多数家庭只有一两个孩子,父母把大量的时间、精力、金钱、情感都投到孩子身上,不遗余力地为孩子创造最好的教育条件。教育投入越大,期待自然就越高,要求有高回报。一旦孩子在成长过程中有一点不符合父母期待的地方,父母就会很焦虑。

父母需要正视一个现实:不是每个孩子都能满足父母的殷殷期待。如果让成功的标准更加多元,那么每个孩子都可以成功。他可能没办法成为一只遨游海洋的大鳖,但可以做一只在井里自得其乐的青蛙,快乐的人生也是一种成功。

每个家庭的条件不同,每个孩子的基因和天赋不同,每个父母教育孩子的能力更不同。所以,父母不能对孩子期待过高。养育孩子,实际上是一个守望与发现的过程。守望靠耐心,发现靠用心。父母要在陪伴孩子成长的过程中,逐渐发现孩子在某一领域的兴趣、特性与天赋,因势利导,让孩子成为他自己,成为一个具有幸福能力的个体,成为一个成熟完整的人。合适的教育才是最好的教育。

人类社会是由不同的岗位构成的,人才多样化才是社会的正常生态。德国有位社会学家写了一本书叫《独异化社会》,他认为,未来对人才的要求是创新与个性化,而不是通用型、标准化。

未来社会需要的是“X型人才”,用今天的时髦用语来说就是“斜杠青年”,即拥有多重职业和身份的多元生活的人群,他们愿意冒险,喜欢尝试新鲜事物;而那些只会考试、门门成绩都很优秀的学生可能不再受到青睐。所以,要培养“X型人才”,培养创新型人才,家长先要走出焦虑,换一种思维来养育孩子。

据《解放日报》

