



此时的孩子们——致父母的一封信

发布人：花开 发布时间：2020年1月26日



愿我们大家在这不安定和变化的生命中，在这特殊的时刻中找到内心的安宁，并将这安宁给予他人，世界，和身处这一切的孩子们！

编者注：本文是郑岩老师面对当下的新型冠状病毒疫情，根据这些年基于对儿童的观察和认识，给家长和其他成人，分享的一些可以在此时支持儿童的视角。经**授权**刊载于此，欢迎阅读。

撰文：郑岩（福源教学校长，高中文史老师）

原载：福源小舍（[公众号](#)）

亲爱的福源家人们：



在这突如其来的疫情面前，我们每一位成人一定都在以自己的内在，外在方式回应着周遭的一切。

当我们将事件渐渐有了较为清晰的认识，渐渐稳定地了解如何应对之后，我们或许可以花些时间想想孩子们，我们这些在不同年龄段的孩子们。此时，他们的眼睛里看到的是什么？听到的是什么？感受到的是什么？所有的这一切会对他们有怎样的作用和影响？我们作为成人，在这特别的时期，是否能够给予他们所真正需要的关照？

由此，我想根据这些年基于对儿童的观察和认识，分享一些可以在此时支持儿童的视角。

首先，我们能够给与孩子的支持，一定来自于我们成人的真实状态。作为成人，在这次疫情中，我们实则可以从各个不同的层面来进行梳理和厘清。在认识的层面，我们借此机会可以学习到的有很多。

例如，关于信息方面的：在各种各样的信息面前如何保持冷静的态度，如何对众多信息真实度进行客观的判断；关于疫情本身的：如何获得对这次疫情基于事实，现象地全面了解，是否能够从各种不同的角度去认识这次疫情，我的个人的认识角度是否可以被他人的视角所扩展；关于我们自身心理建设的：在这过程中可能激发的群体性的情绪情感状态，作为个体如何在这过程中保持安定的内在；关于生命本身的：这次疫情是否让我有机会更多地了解自己，我的情感状态，认知状态，是否可能拓展了我对生命本质的看待，人类的生存和大自然的关系，对待所有生命的价值，态度，取向……作为成人，我们自己越是能够在这各种不同的角度中去基于事实的观察，感受和思考，我们能够给予我们面前的不同年龄的孩子们的，则越真实，有力，丰富。

对于九岁以前的孩子们，我们的支持性原则在于在这纷乱动荡的图景中依然给到他们对世界是“善”的基本感受。对这时的孩子们来说，对世界是温暖的，善的感受，将成为他们日后可以信任这个世界，信任他人，愿意进入这个世界的基本条件。所以，对这个年龄段的孩子们，不适合把所有的信息都“真实地”呈现给孩子们，也



不适合在孩子们面前过度地谈论成人才适合的话题。同时，以怎样的语言告诉他们周遭的发生，回应孩子的问题，也是应该考量的。

对于成人来说，这种对世界是“善”的体验，也许随着我们对世界所经历和目睹的越来越多，也在渐渐减少或失去。只有在成人的内心世界中，我们能够再次找回对世界是“温暖的”、“善的”真实感受时，我们内心的温暖的善之心流才能够流入孩子们的心田。是的，是我们将“善”转化为一种生命底层的情感感受，而不是我们对“善”的概念时，它才成为心之流，而流入孩子们的心田，润泽和支持他们的生命。

有不少家长会问，我该如何具体地回应这时候孩子们的问题，其实，常常，我们若能够真正感受到，就一定会在当下具体的场景，面对具体的孩子，找到恰切的独特的表达，而不再依赖权威或者他人告诉我们该如何回应的答案。可以给出的建议是，也许可以这样说：“外面很多人生病了，很多人在努力地照顾他们。为了不让更多的人生病，我们每个人都要照顾好自己，爸爸妈妈会照顾好你。”

对于12岁以上到14岁间的孩子，则可以逐渐进入基于事实的了解，认识之中。了解，认识的范围，每个孩子都不同，我们可以基于自己对自己孩子的观察和了解来和孩子谈论。但是这个年龄段的孩子，需要关注的，仍然不是对事情“客观”、“全面”的认识，而是要关注这些事实对孩子们的情感是如何作用的。这个阶段的孩子，正在逐渐地、更多地进入外在世界，他们首先会在情感中去回应这些事实，而不是在头脑中形成认识和判断。其实我们每个人都是这样长大的，只是在生命成长的过程中，很多内在的，个体的，对世界的情感反应被忽略，被深藏，直到成人后，也许才开始以某种痛苦的方式浮现出来。

所以，对这个年龄段的孩子，我们要关注他们在听到事实时的情感反应，也透过分享我们自己的情感感受去回应孩子：“我刚刚听到这件事时觉得有些害怕；我听到这个消息很难过；我对这个人特别地敬佩。”这样在事实中，表达我们作为成人自己的真实情感，是这个阶段，孩子学习认识自己的情感、感受最好的途径。孩子们是经由这些情感中的体验而形成对事物的判断和认识。



9到12岁间的孩子们，处在从刚刚开始形成“世界”和“我”之间的分别，到逐渐真正能够去看到，听到外在世界的过程中。他们对外在世界的体验还不像12岁以后的孩子们那么清晰，由此而形成情感中的感受也还是较为模糊的。可以参考之前对9岁前孩子的建议，把这件事情非常简单，清晰地告诉孩子。不主动和孩子谈及情感感受的部分，但孩子若有表达则需要回应。

可以概括而言地是，12，13岁以前的孩子们，他们需要引领，他们对世界的基本的感受，态度，认知，乃至做法，实则是来自于周遭的环境，成人。是我们成人经由我们自己的自信，自我肯定，清晰的生命，将这个阶段的孩子们带入到与世界，与周遭的人的健康的关系之中。

对于14岁以上的孩子们，我们是真的可以和他们进行各种角度的讨论了。在讨论时，不是我把作为成人的观点，态度加之于孩子，而是真诚地分享我们作为成人在自己的情感，认识中所有真实的一切。这时候，我们的生命就和孩子的生命交织在一起，相互扩展。

如上这些建议，是从儿童发展的视角出发的一些普遍原则，但真实的每个家庭，每对父母子女间的关系，每个孩子的具体环境都是独特的。相比其它的一切，没有什么比放下我们成人的判断、期待，而清晰、如实地面对和回应面前的孩子更加能够发挥作用的。这时，我们是在以我们的生命的真实，辉映孩子的生命。

愿我们大家在这不安定和变化的生命中，在这特殊的时刻中找到内心的安宁，并将这安宁给予他人，世界，和身处这一切的孩子们！

祝 冬安！

郑岩

2020年1月24日

注：本文部分图片来自若男老师和柏树爸爸，潘静编辑（编者注：为阅读体验计，部分图片未发于此）



【投稿须知】 想要投稿？想要发布招生、招聘、培训及工作坊信息 [请进](#)