

打破“牺牲式”教育的茧房 “妈妈,不要用牺牲自己成全我”



家庭

本版主持
和柯旭



近日,在短视频平台上,一位浙江宁波的16岁高中生,对妈妈“反向输出”价值观登上热搜,视频中,少年用细腻柔软的语言对妈妈娓娓道来,“凭什么我的人生就比你的重要?”“爱孩子的前提就是先爱自己”。少年的这番言论引发网友讨论:先是自己,才是父母,要好好爱自己,“自我牺牲”的爱,是否真的是孩子想要的?



全职陪考 是关爱还是牢笼

高三那年,我选择了艺考。当时,一起学习的小方深夜给我打了个电话。

原来自从我们学习艺考开始,小方的妈妈就辞职成为了全职妈妈,为小方安排好了生活的方方面面。从学习的时间规划,艺考的学校报名,甚至几点出发考试,妈妈都会全程参与、陪伴。每每想到妈妈眼中的期待,小方总是心理压力巨大,浑身不自在。

我说:“你应该和妈妈提出自己的需求。”他却说:“说了也没用,一提出来说‘为了我的考试辞职照顾我,为了安全全程陪伴我考试等等’,可我真的不需要她辞职,也不需要她全身心来照顾我啊!”

“妈妈,您的愿望并不可耻”

一位网友在社交平台上分享自己“拧巴”的妈妈:她似乎不愿意承认自己有愿望,明明是合理的诉求却好像必须有一个与网友有关、很完善的理由才能成立。想吃水果的时候,妈妈说:“你想吃吗?给你买一点”;想出去旅行的时候,妈妈问网友:“你一年到头出不了几次门,妈妈带你出去?”

“妈妈,你想去吗?”

“我怎么都行,主要看你。”

网友说自己并不想出门,母亲表示,“你出去旅游也是可以休息的呀,还可以看风景。”

反复沟通之后,网友和母亲说:“妈妈,你可以做你想做的事,不需要通过说服我来达成自己的愿望,一个人有愿望并不可耻。”

| 网友讨论 |

@虎小牙--:我要哭了,结婚生孩子之后,我的想法慢慢发生了变化,习惯性忽略了自己,忘记了我们的人生也只有一次。

@ZY:我儿子今年的生日愿望:祝我的妈妈天天开心!瞬间满眼泪花……

@敏-:我女儿总告诉我不要没苦硬吃,自己想吃什么就买什么,不要有负罪感。

@木子:有时候看网上“90后带娃”“00后带娃”,看着他们和我们截然不同的带娃方式,虽然知道很多可能是拍视频需要,但还是感慨“他们这一代人比我们爱自己”。在照顾孩子的同时,他们并没有忘记自己也还年轻,有梦想、有愿望,我也深受启发。

@苏苏苏苏苏:自从我妈妈退休,她经常放假和朋友出去玩,我老调侃她“抛夫弃子”,她说:“我有自己的生活,才不天天围着你们转。”她说得对,她从来不只是谁的妻子、谁的妈妈,她是她自己。

| 专家观点 |

胡乃岩(浙江工商大学马克思主义学院副教授):

需要肯定的是,“自我牺牲式”的教育也是建立在爱的基础上,但是要讲究爱的方式与方法。在与孩子的交流当中,要避免过度控制与情感要挟的问题,不能将父母的付出转化为情感绑架工具,要将孩子视为独立个体而非自己的附属品。若长期用牺牲式的教育,会对孩子成长造成负面影响,容易形成内疚型人格:长期处于“亏欠感”的心理牢笼,形成讨好型人格,丧失自我价值感。由于情感受到压抑,也会缺乏表达情绪和选择成长的能力,导致社交障碍与主体性缺失。产生“低配得感”:形成“不配获得美好”的潜意识,影响终生自信与成长潜力。

要建立家庭之间的边界感,区分父母与孩子的生活空间,互相给予身体和心理上的空间;爱不要附带隐形条件,父母做安全港湾而非人生操控者,允许孩子试错,在孩子需要父母的时候提供支持,在自由成长的空间里任其自由发展。

父母也需要有自我成长,停止“自我牺牲式感动”,先爱自己后爱人,保持身心健康,积极状态是最好的教育,警惕“苦情教育”,负面情绪会代际传递。教育的本质是生命影响生命,父母通过自我成长示范健康人格,比牺牲式付出更能培养出自信、独立、有生命力的下一代。真正的教育智慧在于:用爱托举而不束缚,用身教代替控制,用边界培养责任。