

现在的孩子常常是一家人关注的焦点，享受了太多的爱，其副作用就是孩子比较缺乏仁爱之心。在生活中，家长怎样培养孩子的仁爱之心？从孩子几岁起开始培养这种品格比较合适？听听专家和家长的建议吧。

怎样从小培养孩子的仁爱之心？



邰怡明 绘图

苏女士 私企职工 儿子10岁 鼓励孩子将抽象的爱转化为具体行动

身为母亲,我始终相信,“仁爱”并非与生俱来的天赋,而是需要精心培育的品格。在陪伴孩子成长的路上,我尝试将抽象的爱转化为具体行动,让仁爱之心在孩子心中生根发芽。

“孩子是父母的影子”,我深以为然。每当带儿子出门,我会以身作则,比如为邻居老人提重物、为快递员递上矿泉水。一次,儿子看到我给小区清

洁工送口罩,好奇地问:“妈妈,你认识他吗?”我摇头:“但叔叔工作很辛苦,我们需要尊重他。”后来,他主动把零花钱捐给流浪动物救助站,可见身教的力量,远胜千言万语。

去年,我们加入“微心愿认领”活动。儿子用积攒的零花钱为山区女孩买了一套画笔。当他收到女孩手绘的感谢卡——画着两个牵手的小孩和

彩虹,他反复摩挲卡片说:“原来100元的捐赠可以这么开心!”于是,公益不是遥远的仪式,而是让孩子触摸真实的温暖。

值得注意的是,“分享”不等于牺牲自我。儿子曾紧攥最爱的火车不肯给表弟玩,我未强迫他,而是提议:“你教弟弟玩轨道车,弟弟把泡泡枪借你,好不好?”他犹豫后答应了。两人合作

搭出超长轨道时欢呼击掌。我从中领悟:仁爱需尊重孩子的意愿,在共赢中体会共享的喜悦。

如今,儿子10岁。他会默默给加班父亲留一块蛋糕,会在同学受挫时递上纸条安慰。这些细微的善意,让我看到仁爱之心的生命力——它始于家庭日常的浸润,长于换位思考的引导,盛于躬身实践的滋养。

游女士 会计师 女儿5岁 亲身示范,引导孩子学会爱别人

可能是从小缺少同伴的缘故,女儿显得比较“独”,对别的小朋友的哭泣有点无动于衷,甚至会抢走别人正在玩的玩具。孩子还小听不懂大道理,我决定从日常生活入手,培养她的仁爱之心。

带女儿在社区玩耍时,看到邻居奶奶提着重物很吃力,我询问女儿,“奶奶的袋子要掉了,我们要不要过去搭把手?”路过流浪猫聚集区域时,我

询问女儿,“小猫在发抖,它是不是饿了?”刚开始女儿总是摇摇头,不愿意伸出手。但我没气馁,而是主动走过去,帮老人提起重物,给流浪猫送上食物,亲身示范。

次数多了,女儿被打动了,渐渐学会模仿我的举动。“妈妈,我们买菜时也帮奶奶买一份吧,这样她就不用自己去买了。”“这个罐头可以送给

小猫吃吗?”我还带着她参加“微公益”行动:把一直没穿的新衣服打包捐给山区儿童,在社区参加周末义务劳动……爱心在她的心中开始萌芽。

有一次,女儿的朋友瑶瑶来家玩,两人因为抢玩具发生冲突,女儿情急之下推了瑶瑶一把,把对方弄哭了。我没有马上责骂,而是问女儿,“如果今天是你被推疼了,你希望瑶瑶怎

么做?”“如果瑶瑶以后不和你玩了,你会难过吗?”女儿想了一会,模仿我平时的动作,找到一块创可贴给小伙伴贴上,“瑶瑶,对不起,我不是故意的。”她学会主动道歉和补救自己的错误行为了。

女儿变得不再自我,当班里转来一个新同学时,她第一个上前拉住对方的手,邀请对方一起玩耍。

陆女士 咨询师 儿子6岁 让孩子从小把爱心融入到日常的善行中

很多时候,作为家长都会对自己的孩子或多或少地存在偏爱,而这种偏爱往往会导致孩子形成以自我为中心的观念。这就需要我们家长及时为孩子注入仁爱的理念,凡事不能只考虑自己的感受,也要想想其他人的感受,更不能伤害别人。

记得孩子小的时候在小区里玩,遇到同学拿玩具不给他玩,他就很生气地说:“你不给我玩,我就不跟你

做朋友了。”我一听这种威胁,就小声跟他说:“你不能这样,这是威胁。如果其他小朋友这么对你说,你会开心吗?”通过这种假装,让孩子体验另一个角色的感受,让孩子会有更深的体验。还有就是奶奶做饭,有时遇上孩子不爱吃的,孩子就会恶狠狠地说:“一点儿都不好吃。”我听见了,也会及时制止,告诉孩子:“不合你胃口,你可以不吃,但你不能这么说,奶奶辛

辛辛苦苦做的饭,你这么说的不尊重奶奶,也不礼貌。”从此,孩子慢慢就不这样说了。有时候看到奶奶从厨房里满头大汗地出来,孩子还会说:“奶奶辛苦了。”可见孩子在一点一点成长。

有时候在小区里玩也是,碰到有小朋友哭了,孩子就会楞楞地问我:“他怎么了?”我就说:“小朋友伤心了,我们能做些什么帮助他呢?”孩子有时

候的回答是:“我这个玩具跟他一起玩吧,说不定他会开心。”“我过去送她一朵小花吧。”有时候孩子会递上一张纸巾……仁爱之心就这样在日常生活一点一点积攒起来。仁爱之心不是靠讲道理“长”出来的,而是靠父母在日常生活里“做给孩子看、带着孩子练、陪着孩子想”,从小起,把一次次微小善行变成习惯,最终将内化为孩子自己的价值坐标。

首都师范大学学前教育学院副教授、北京市家庭教育研究会理事 夏静 培养孩子的仁爱之心要从爱集体、爱身边人做起

仁爱确实是比较大而抽象、也比较高级的利他型情感,缩小一点讲就是爱的情感,它的发展有一个由己及彼、由近到远、由具体到抽象的过程。我们在培养孩子的时候,要让孩子先学会爱自己,爱自己的爸爸妈妈,还有自己的祖辈、身边的小伙伴。具体怎么样去爱呢?

我们经常说现在的孩子得到太多的爱,但孩子并没感受到、更没有反应出来,有时候这是因为孩子觉得很多东西是理所应当的,当大人给予太多并且不要求孩子反馈时就会出问题。

举个简单的例子。一家人去吃婚宴的时候,奶奶看见上了一盘大虾,马上把盘子转到孩子的面前,说先给我家孙子两个。这种现象很普遍,全家人都没有意见,但是你会让孩子觉得自己是这个世界的中心,大家都应该围着自己转,这种行为就破坏了他

应该具有的规则意识和秩序感。其实家庭里每个人都很重要,都应该是平等的。上菜时,除了这桌有特别尊贵的人比如老人应该先让他夹菜之外,所有人都应该是平等的,没必要让孩子先吃。

同时,培养孩子的爱心,要学会爱自己,爱身边的人,而不是仅仅局限于一些有纪念意义的日子,不是局限于在一些有仪式感的情境下做出爱的表示。比如重阳节给奶奶洗一次脚,或者母亲节给妈妈画一幅画,这些举动属于在特殊情境、特殊节日里的特殊表达,家长应该让孩子在日常生活就学会眼中有他人、心中有温暖。

培养仁爱之心的做法很简单。比如带着孩子去超市,父母可以让小朋友学会问问爷爷奶奶有没有什么需要带的,或者说“姥姥,我发现你喜欢吃的饼干没有了,我们去超市时给你买一点”,让孩子学会做这类最简单的事情,

逐渐成为一种惯性、一种习惯、一种态度,以后他会更多关注到身边的人。

家长还可以多跟孩子一起去反应情感。孩子真实的情感特别重要,家庭教育很重要的一点就是尊重和平等,相互的尊重代表平等待待,归根到底就是家长的儿童观,到底有没有把孩子看作一个独立的个体,一个有主观能动性的人,孩子未来的发展是不是最终要走向独立。如果家长抱有这样的观点,要让孩子成为一个完整的独立的自己,你做出的很多教育决策就会调整。

要让孩子学会关注他人的需求,能够反应、反射他人的情感,那么当孩子进入幼儿园以后,学会爱周围的小朋友,爱老师,爱所在的班,爱所在的幼儿园,产生集体荣誉感,愿意为集体去付出和努力,这些是一个人未来产生高级情感——仁爱之心非常

重要的基础。爱会越来越宽广,越来越深厚,层级越来越高。

同时,孩子无论是在幼儿园,还是在小学、中学,家长都应该多支持和鼓励他参与集体活动,为集体做出贡献,不要觉得这是在耽误孩子的时间,因为一个人只有胸怀他人,关照集体,心中有大爱,才能成为大才。

本报记者 任洁 周美玉 杨琳琳



更多精彩欢迎关注
“北京市家庭教育研究会”微信公众号

家庭教育指导服务“养育新观察”系列
直播由北京出版集团父母必读杂志社、北京市家庭教育研究会主办