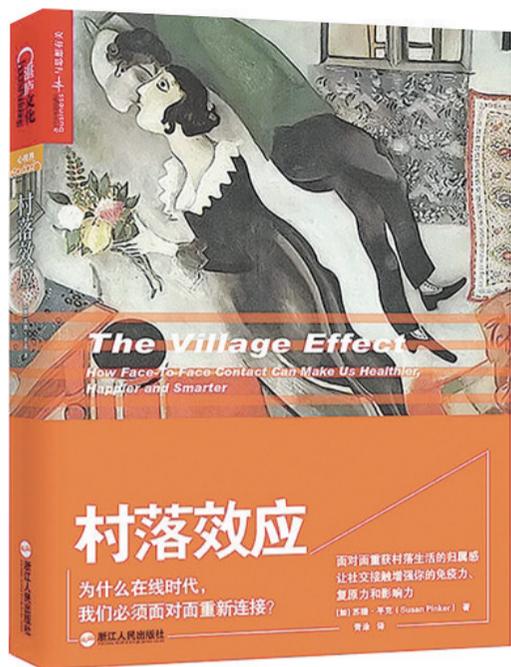


# 在线时代,你需要多多陪伴孩子



《村落效应:为什么在线时代,我们必须面对面重新连接》  
苏珊·平克  
浙江人民出版社

百余年前,在美国兴起了禁酒运动,有社会活动家宣称,完全用母乳喂养4个月及更大的婴儿,会使得孩子比配合摄入其他食物的婴儿更容易过敏和贫血。这种荒诞的说法在当时就引发了强烈的社会批评。

母乳喂养的作用,不仅在于让孩子获得更好的营养,同样重要的是,增加了母子之间的相处时间。这意味着,如果只是将母乳从母亲的乳房,通过吸乳器泵入奶瓶,冷冻起来,然后再按照婴儿的需要加热喂养,就无法达成前述的后一方

面目的。

加拿大麦吉尔大学的儿科流行病学学家迈克尔·克莱默认为,母乳喂养过程中,母亲会不停地跟孩子说话,模仿其动作表情,冲他们微笑,为他们哼唱童谣。研究发现,这一过程会显著的促进婴儿语言智能的提升。

心理学家安德鲁·梅尔佐夫的研究则提出,从诞生的第一个小时开始,新生儿就能模仿他人做出夸张的惊讶表情。婴儿的大脑从一开始就做好了社交互动的准备。

有意思的是,在19世纪,欧美国家还奉行着严格的育儿方法,将婴儿至儿童都视为“有缺陷的小成年人”,所以要为之严厉,育儿专家们建议父母不要通过身体接触来表达对孩子的爱。而在今天,科学家则建议父母要尽可能多的表达对于孩子的爱,因为社交接触和身体接触可以为孩子建立新的神经网络。

事实上,今天无论在欧美国家,还是中国等亚洲国家,为人父母者基本上已经接受了科学界传递的新观点,即父母要跟孩子密切接触——但是,很多父母能够做到的,却仅仅是跟还是婴儿的孩子密切基础,而当孩子年纪再大一些,前者却不愿并辩解实在抽不出时间来与孩子保持高频度的互动。眼下不正好是互联网时代、智能设备不断推陈出新的年代吗?我们就经常能够看到,年纪还不大的孩子在智能手机、平板和电视的陪伴中长大。

加拿大著名发展心理学家苏珊·平克在其所著的《村落效应:为什么在线时代,我们必须面对面重新连接》书中发出呼吁,“不要把孩子一个人丢在电子屏幕前”,因为,“在语言、认知和社会情感发展方面,没有任何东西能够替代父母和儿童的面对面互动”。书中指出,阶层分化从很早就开始了,贫民家庭的婴儿每天会“看”3个半小时电视,同时,他们能够从成人和年长的兄弟那里获得关注也会相应减少。

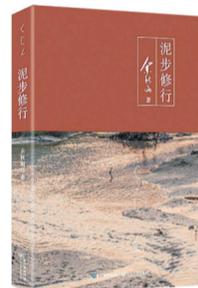
智能设备、社交网络是否有益于青少年学习,是否真的能够扩大孩子的社交圈,与此同时又能够让安全的生活?书中对此给出的答案,同样是需要父母与教师的陪伴和指导。近年来在很多国家和地区出现的青少年网络霸凌现象,实际上就是成年人缺席于青少年生活,从而让霸凌事件在不受约束和控制的条件下

扩张。书作者批评了那些认为给孩子配备了用于学习的平板电脑或笔记本电脑,就能改善孩子学习成效的想法,指出20世纪90年代以来美英等国相继为学校教室安装智能黑板、为教师配备笔记本电脑、为部分学校学生配备电脑,换来的结果是大部分青少年的学习成绩不增反降。

《村落效应:为什么在线时代,我们必须面对面重新连接》书名中的“村落效应”,是个比喻。书作者造访偏远的意大利村落,探寻这些村落大批老人的长寿之谜,发现长寿的真正奥秘不是什么饮食秘方,而是在一个稳定存在、高频互动的村落环境中,“在物理上接近的亲密朋友和知心爱人,可以帮你经受住无可避免的衰老的折磨”。相反,那些“在多重社会维度上都断绝了人际交往的人”,即独自居住的老人,放弃了社交的老人,会在孤独中大大缩短其寿命。此外,社交接触还会促使利他行为,带动将整个社区捆绑在一起。

社交接触,具体来说是基于亲密、信任基础上的面对面的、实时的社交接触,会影响交流着的思维方式,产生满足感,对于提高健康水平至关重要。如前所述,从婴儿到儿童再到青年,人出生后不同阶段的成长,其成长质量也与成长环境中所获得的父母、其他长辈和教师给予的互动质量息息相关,这一切不是电子设备所可以取代的。无论是青少年,还是中老年,如果面临孤独,身心健康都将受到严重损害。互联网造就了“地球村”,却让人们现实生活中的“村落”不断缩小,我们与周边的人甚至是亲人的互动越来越少,虽然与此同时我们能够通过网络收获无数个“赞”。

(来源:新华读书)



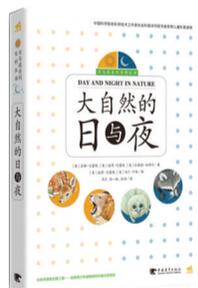
《泥步修行》  
作者:余秋雨  
出版社:长江文艺出版社

《泥步修行》是余秋雨阐释人生修行的归结性著作,用优雅的哲理散文写成。他把修行分为“破惑”、“问道”、“安顿”三大环节,并由此构成本书的三个部分。



《为自己的性格找份工作》  
作者:张宇磊 邹家峰  
出版社:民中建设出版社

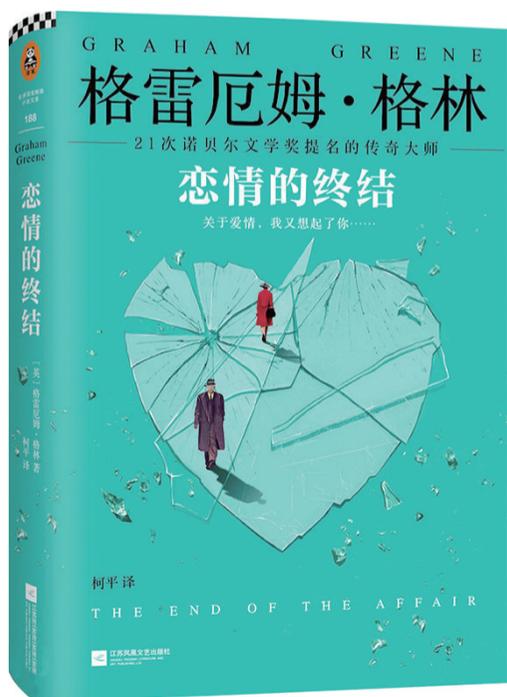
作者将九型人格理论和职业生涯规划完美融合,从性格的角度阐述不同个性的人在职业道路上的优势和劣势,帮助人们发现自己的天赋和局限,并通过经典案例分析、职业规划点睛、图表评估系统、性格测评法等四大方法,帮助读者更好地判断自己、定位职场方向、看清未来方向。



《大自然的日与夜》  
作者:苏珊·巴雷特 彼得·巴雷特 杰勒德·切希尔  
出版社:中国青年出版社

本书通过精美的彩绘插画介绍了生活在雨林、草原、森林和湿地中的各种生物,并按照日行动物和夜行动物分成两大类。通过阅读本系列图书,孩子们可以了解到哪些是日行动物哪些是夜行动物,以及每种动物的特点和生活习性。

## 矫情不是文艺青年的病



《恋情的终结》  
格雷厄姆·格林  
江苏凤凰出版社

格雷厄姆·格林的《恋情的终结》,故事以格林生命中一段真实的经历为原型。格林在42岁那年和30岁的凯瑟琳相恋,凯瑟琳是六个孩子的母亲,她的丈夫亨利是一个百万富翁、一个有前途的政治家。凯瑟琳和格林一见钟情。两人第一次一起吃饭时,点了盘“牛排洋葱”。

洋葱是爱情的暗号,有丈夫的女人不愿意吃洋葱,担心回去吻丈夫的时候被嫌弃。凯瑟琳则大大方方点了洋葱,格林被她的坦率所打动,在那一刻爱上了她。

凯瑟琳和格林相恋,她的丈夫从一开始就知道,格林常常来夫妇家做客,而夫妇也并未分房而居。凯瑟琳

还常常陪格林旅行,她会写信给丈夫报告自己的行程,分享旅途中的快乐。而丈夫的回信则会说:“你肯定很高兴,意大利也肯定很有意思,希望你能好好休息。能与自己喜欢的人在一起太好了,希望格林也一切都好……”

格林发狂地嫉妒着凯瑟琳的家庭,而凯瑟琳却丝毫不嫉妒同样有家庭的格林,不肯嫉妒他的过去,或者他会有将来的。这让格林更加愤怒,“我用自己嫉妒的程度来测算爱情的深浅。根据这个标准,当然她就根本不可能爱我了。”在格林和凯瑟琳的关系中,爱、恨、妒忌、绝望、占有、厌恶、迷恋、猜忌,一刻不停地交互出现,甚至同时存在着。或许亨利看似软弱的包容才是正确的,凯瑟琳从未真正想过离开亨利,他才是真正的胜利者。爱是暂时的,温情与安全感最终会代替它。

凯瑟琳最后生病住院,直到死去,格林都没有去看他,只有丈夫亨利一直陪在她床边。

凯瑟琳死后,丈夫亨利给格林写信,信中说:“你不应该自责,当然,你给我带来痛苦,但是谁能保证自己一生从未给别人带来过痛苦呢?你也带来过快乐,人生是很难简单地做一个加减法的。但是你给了凯瑟琳别人无法给予的东西。不能说这东西改变了她的生活,但是却可以说让她变成了一个情感更为深刻的人……”亨利感谢格林,甚至感谢格林以令人难以接受的坦诚写下了他们三人的故事,因为格林完善了妻子的生命。

凯瑟琳像托尔斯泰笔下的安娜·卡列尼娜,把生活中偶尔出现的激情

与纯粹的瞬间当成救命稻草,其他人都向生活妥协了,而她不能,并且为这“不能”感到深深的愧疚和痛苦。

无法因为生活的富足、安稳与温暖而满足,这不是文艺青年病,是绵延在人类历史长河中的漫长矫情。人们往往把这种情况称为“矫情”。对于“矫情”,毛姆在《面纱》中是这样解释的:“从来无法得知,人们是究竟为什么会爱上另一个人。我猜也许我们心上都有一个缺口,呼呼往灵魂里灌着寒风,我们急切需要一个正阳形状的心来填上它,就算你是太阳一样完美正圆形,可是我心里的缺口,或许恰恰是个歪歪扭扭的锯齿形,你填不了。”

格林冷漠、暴躁、残忍,可对于凯瑟琳却正好填补了灵魂漏风的缺口。同样的丈夫、妻子、情人的三人行故事,还发生在日本作家冈本加乃子身上。冈本加乃子出生在明治年间,是大户人家的富家女,嫁给了漫画家冈本一平。婚后,冈本加乃子连续遭到丧兄、丧女的打击,在痛苦之中,与年轻的大学生相恋。丈夫不仅一直守护着她,还同意她年轻的情人也在家中一起同居,直到大学生移情加乃子的妹妹。

之后,冈本加乃子又先后恋上了作家芥川龙之介、外科医生新田一。她甚至和情人、丈夫、儿子一起游历欧洲各国,写下大量游记。冈本加乃子死时,丈夫和情人一直在病床前悉心照料。

有才的人总是很多情,他们写下奇情曲折、不可思议的故事,而如同种瓜得瓜、种豆得豆的报应一般,奇情曲折、不可思议的人生也会随之而来。(来源:新华读书)