

# 好的家庭教育：父親能陪伴，母親好情緒

### 父親能陪伴，孩子更優秀

在不少的家庭里，父親是缺位的。孩子的每一次成長驚喜，是母親先發現的；孩子的每一次睡前故事，是母親開口讀的；孩子的每一次生病，是母親照顧陪伴的。

有位作家說過：“父母和食物一樣，都是有效期的。”有些人直到過期了才幡然醒悟，有些人哪怕忙得飛起，還是在有效期內盡到了責任。

美國耶魯大學曾做過一項研究：由男性帶大的孩子智商高，他們在學校里的成績更好，走向社會也更容易成功。任何職業角色都可被替代，唯獨父母角色無可替代。

### 母親好情緒，孩子好性格

很多女性說，當媽後，整個人的情緒狀態都紊亂了。既要承擔家務，還要顧慮工作；既要照顧孩子穿衣吃飯，還要教他寫作業。生活、工作、孩子，各方面壓力重重，情緒一上頭，遷怒就變成了家常便飯。有時忍不住大吼出聲，有時心累得面無表情，有時恨不得把孩子打一頓解

氣。

也許對母親來說，情緒發泄出來了，過會就可以恢復正常。但在孩子心里，情緒不穩定的母親就像一個大魔鬼，令人不由自主地害怕。

著名導演姜文在做客《十三邀》的時候也表達過，小時候經常因為媽媽不高興，變得很沒自信。“我理想讓她高興。比如拿到戲劇學院通知書的時候，我告訴她，覺得她該高興了吧。可是她卻說‘你那一籮筐衣服還沒洗呢，別和我說這個’。後來又給她買房子，覺得她該高興了吧，可她還是不高興。”

母親的不良情緒，會在孩子心里種下一顆種子。直到長大成人之後會發現，這顆種子已經長成了一叢高高的雜草，不斷干擾著孩子的抉擇、情緒、思想。母親以為那些都是小事，但在孩子的記憶里，它們是恐懼、害怕、擔憂、膽怯的代名詞，很長一段時間里都無法磨滅。

心理學博士、腦科專家洪蘭女士在 TED 演講時，曾從科學的角度闡明：從人類演化角

度，女性的情緒能量遠遠超過男性。母親是家庭的靈魂，母親快樂全家快樂，母親焦慮全家焦慮。

母親的情緒決定著一個家的溫度，也在潛移默化中決定著一個孩子的性格走向。情緒越不穩定的母親，養出來的孩子越會焦慮、敏感、自卑，習慣看人臉色行事，無論獲得多大成就，內心始終深藏著不自信。

某種程度上，母親的好心態才能成就孩子的好性格。

每個母親希望看到，十月懷胎生出來的孩子，能夠成長為獨立自信、樂觀大方的成年人。但有多少母親，真的能夠控制好自己，給家一個安寧，給孩子一份信任和守護。

曾經有一句話，在朋友圈廣泛流傳：上帝給了你一個缺席的父親，就會贈送給你一個焦慮的母親，最終就會養育出一個失控的孩子。

孩子是一棵小樹苗，需要耐心的陪伴、溫柔的呵護才能成長為參天大樹。你多一點關注，多一點細心，多一點溫暖，孩子統統都能體會到。（作者：范叔）



# 美國總統畫像背後的“戰爭”（上）



為歷任總統畫像是美國的一項傳統，但不是所有總統都喜歡自己的肖像。這些虛實結合、內涵豐富的畫作，更多地反映了創作者乃至外部世界對白宮主人的職業生涯及個人品行的觀感，和總統們心目中「理想的自我」存在着微妙的出入。

最基本的要求是「接地氣」。為杰出人物畫像的傳統起源于歐洲。歐洲移民在北美獨立建國後，這一傳統也在美國得到發揚。自從 1789 年喬治·華盛頓入主白宮，總統成了最受美國人關注的公眾人物。由此，在攝影還沒出現的年代，為總統畫像成了勢在必行的政治任務。

要說哪個版本的華盛頓畫像最接近他本人，畫家吉爾伯特·斯圖爾特的作品無疑是

首選。白宮和美國國家肖像館收藏了他的作品，現版 1 美元紙幣也以他筆下的華盛頓為模板。

斯圖爾特的這幅畫創作於 1796 年，即華盛頓卸任前一年。「普遍認為，這幅畫記錄了華盛頓在國會的講話，旨在爭取國會的支援。」《美國總統一覽》一書提到，「參議員威廉·賓厄姆委託斯圖爾特創作這幅畫，並把它送給了參加獨立戰爭和談的英國首相威廉·菲茨莫里斯。」不久，美國國會花重金買回這幅畫，將其存放在第二任總統約翰·亞當斯家中。

1812 年，英國再度出兵干涉美國，一度攻佔其首都華盛頓，但這幅畫在戰火中毫髮無傷。

華盛頓的肖像充滿了有深意的細節：畫面左邊的桌下放著《1787 憲法》（美國 1787 年制定並於 1789 年批准生效的美利堅合眾國聯邦憲法，這是世界上第一部比較完整的資產階級成文憲法），桌腿以鷹的浮雕為裝飾，鷹爪抓著一捆枝條，象徵美國最初 13 個州的聯合。華盛頓身穿黑色絲絨外衣，身體略前傾，右手手心上做演講狀，左手持劍。「畫家透過這把劍向總統的戎馬生涯致敬，但並沒把他刻畫成帝王或軍閥。」歷史學家凱特·勒梅告訴美國《時代》周刊，「他開創了總統畫像的先例，即總統來自大眾，代表大眾，看起來得接地氣。」

喬治·希利所繪的林肯肖像，隱喻了美國歷史上的另一關鍵節點——南北戰爭。林肯坐在椅子上，右手食指扶額，蒼白而消瘦的臉上帶著若有所思的神情，似乎正在傾聽。這幅畫截取自希利於 1869 年創作的群像《和平使者》，林肯正跟三位將軍商量如何給敵人最後一擊。此畫創作時林肯已遇刺身亡，畫家參考林肯的其他肖像才得以完成。

按照白宮歷史協會的說法，20 世紀之前，為總統畫像的開支基本由國會承擔。此後，這筆錢越來越多地來自私人捐贈。老布希總統

上任後，國家肖像館接過了為畫像籌款的任務，並負責推薦畫家，由總統「欽點」。每位畫家的酬勞並不相同，《紐約時報》稱，歐巴馬那幅肖像的酬金是 50 萬美元。

### 有些總統被「畫中人」惹惱

人們的自我認知和他人眼里的自己往往存在落差，美國總統也不例外。參加完揭幕儀式，歐巴馬依照慣例對畫家可辛德·威利表示「讚賞和感謝」，但他笑稱，後者並未嚴格遵照他的要求，「把耳朵畫小些，把白頭髮畫少些」。

眾多美國總統中，對自己畫像最不滿意的可能要數狄奧多·羅斯福（老

羅斯福）。1901 年，老羅斯福上任沒多久，法國使館就打算送他一份見面禮。剛巧法國畫家西奧博爾德·查特蘭在羅斯福府上做客，法國駐美使館便委託他為老羅斯福作畫。

無論從哪個角度思考，這幅畫看上去都是成功之作。查特蘭也絕非無名之輩，他畫過的名人不計其數。羅馬教皇利奧十三世曾這樣評價他為自己創作的肖像：「這幅畫將讓我流芳百世。」查特蘭此前呈獻的老羅斯福夫人肖像，也令總統一家十分滿意。

然而，畫布揭開的那一刻，老羅斯福大失所望：「我看起來像只哀號的貓。」不但他不喜歡，孩子們也經常拿這幅畫跟他開玩笑。「查特蘭試圖發掘大人物隱私的一面，而老羅斯福自詡為強硬堅毅的男子漢，這就是矛盾所在。」美國「每日野獸」網站如此評論。

事後，查特蘭向法國《費加羅報》抱怨，要讓老羅斯福安靜地待著簡直太難了。他「充滿個人魅力，還會用法語說俏皮話，但我從沒見過比他更不老實的『模特兒』」。（未完待續 作者：胡文莉）

# 人格的養成是第一要務

我們中國幾千年教育的目的不是為謀生，是教我們作一個人，職業技術則是另外學的。而且教育從胎教開始，家教最重要，然後才是跟先生學習。人格教育，學問修養是貫穿一生的。

所以社會除了政治、財富力量以外，還有獨立不倚、卓爾不群的人格品格修養，作為社會人心的中流砥柱。

現在家庭和學校的教育，乃至整個社會的教育觀念，專門為了職業，為了賺錢，基本人格養成教育都沒有。人如果做不好，你講什麼民主、科學、自由、法治、人治、德治，乃至信用、環保、團結、和諧等等，理想都很好，可是沒辦法做到，因為事情是人做的。

一切歷史的創造在於人，如現在講民主，民主是很好，但統御這個民主

制度的，還是在於人，如果人不對，民主制度也會被用壞了。民主也好，法治也好，專制也好，獨裁也好，這些都是歷史文化的陳述，都成了過去，實際上做壞做好，還是要靠人。（南懷瑾語）



# 壞消息要怎麼說，才顯得是一個好消息

要影響他人，最重要的不是提供信息，而是提供「解釋框架」。

一杯溫水想要讓人覺得熱，該怎麼辦？先讓他喝杯水就就好了。想讓人覺得涼呢？那就先讓他喝杯熱水。你看，水本身的溫度並沒有變化，但是「解釋框架」變了，同一杯水就可以解釋成不同的感受。

據說，李世民有一次在花園閒逛，順口夸了句「好一棵大樹」，身邊大臣宇文士及趕緊附和，引經據典把這棵樹夸到了天上。李世民變色道：「我聽魏徵說要提防花言巧語的佞臣，看樣子，應該說的就是你這種人吧？」如果你是宇文士及，這個場子要怎麼圓？說魏徵亂講？說皇上多心？說自己沒這意思？都不對。你應該做的是改變對方的「解釋框架」。宇文士及是這麼回答的：「臣每天見皇上在朝堂上跟一群直言敢諫的官員議事，甚是辛苦。今天好不容易忙里偷閑，如果再不順着您的意思講幾句好聽的，那您貴為天子，又有什么用意？」

這說話的高明之處在於，既不得罪魏徵這樣的同僚，又不是對皇帝的反駁，同時也沒有自辯。他只是把「解釋框架」轉變了一下：「皇上您說得對，可是您用的是朝堂議事時的框架，而我們現在不是在遊玩散心嗎？所以應該換一個框架來看待我的言論。您想想，假如總是魏徵那個框架，時時刻刻都得綁着，誰受得了？」

李世民一聽，轉怒為喜，此後也一直重用並且信任宇文士及。你看，同樣一句話，在一個框架里是「溜須拍馬」，在另一個框架里就是「善解人意」，解釋框架的變換，效果是不是很明顯？

只要留心，你會經常在身邊看到這個原理。比如，你有沒有想過，為什麼即使是那些玩不出什麼新花樣的商家，也會經常性地推出新品？因為「上新」是比「通貨膨脹」或「原材料價格上漲」更好的「解釋框架」。

比較一下，如果街角有兩家麵包店，一家貼出告示：「由於通貨膨脹 / 原材料價格上漲，本店不得已漲價 10%，望新老顧客見諒。」另一家則貼出大幅海報：「好消息！本店有幸請到法國面點師推出當季新品！更多選擇請進店品嚐！」你覺得哪家生意會更好？當然是後者，即使它的價目表已經悄悄地換了一輪，也同樣如此。因為同樣是漲價，消費者更喜歡聽到「新品上架」這個好消息，而不是「通貨膨脹」或「原料緊缺」這類壞消息。

商家早就摸清楚了消費者的內心——他們就像傳說中的花刺子模國王一樣，不管實情如何，只要你敢帶來壞消息，就把你送去喂老虎。



用這個思路，再來看一則 2016 年的社會新聞。當時，珠海有一家面館，因為嫌現金收支麻煩，所以就貼了一張公告，說本店不收現金，只收微信和支付寶。結果有些顧客有意見，投訴說是違法行為，因為人民幣是流通貨幣，商家沒理由拒收。發現沒？老闆的問題在於，他一開始就搞錯了「框架」。如果他真心嫌現金麻煩，那就應該反過來寫這個公告，不要給現金設置障礙，而要給非現金支付提供優惠。比如說，原本一份蓋澆飯 15 元不收現金，那現在就可以變成一份蓋澆飯 17 元，在線支付立減 2 元。你看，這樣一來，就相當於是把「限制」變成了「優惠」。「框架」一變，不但顧客滿意，法律上也不會有什麼問題，而且事實上，也很少再會有顧客付現金了。你的目的不也就達到了？這就是善用「框架」的力量。

關於這個框架效應背後的心理機制，2002 年諾貝爾經濟學獎得主丹尼爾·卡內曼指出，人類具有天生的「損失厭惡」心理。也就是說，不管有沒有道理，人們都會本能地對損失、痛苦、風險更加敏感，即使這些能夠換回更大的幸福。卡內曼設計了一個擲硬幣實驗，被拋的硬幣正反概率五五開，如

果是正面，參與者將得到 150 美元；如果是背面，參與者則會輸掉 100 美元。這麼好的事哪兒找去？勝負五五開的情況下，贏一把比輸一把居然多賺 50 美元，那麼持續下注，肯定穩賺不賠啊！

然而，實驗結果卻出人意料，大多數人拒絕了這個賭局，因為對於他們來說，損失 100 美元的痛苦遠遠大於得到 150 美元的快樂。那麼，將贏錢的收益提高到多少，才能彌補失去 100 美元的痛苦呢？經過測試，是 200 美元。也就是說，同等數量的損失和收益，痛苦是快樂的兩倍。負面的東西在我們心里的分量要兩倍於正面的東西。正因如此，在描述一件事時，對於負面的措辭，我們的感受也會特別深刻。

關於框架的轉換，羅振宇在第四季《奇葩說》中舉了個有趣的例子。一員工不小心把公司的玻璃門碰碎了，老闆馬上跑過去安慰：「哎呀，沒事兒吧，人沒受傷吧（人情框架）」發現沒事之後，老闆轉向 HR，臉色一變，指著剛纔還在噓寒問暖的這個員工說：「讓他賠（責任框架）」！框架不同，冷熱的感情當然也不一樣。進一步說，如果你是這個必須「做惡人」的 HR，要怎樣把「賠玻璃」這件事說得好聽呢？你可以說：「你知道嗎？老闆真是心疼你，特意吩咐讓我們按最便宜的價位算給你就行了。」

你看，到了這一步，你還是可以利用「解釋框架」以自己想要的方式對他人施加影響。