

贫民家庭怎么走出了全球瞩目的第一夫人

慧妈简介 >>

李馨

小学老师。曾留学韩国，热爱旅行写作，如今坐标湖南益阳。家有萌宝女儿5岁。

不管对于学生还是自己的孩子，我的教育理念都是“你就是你，你该有你欢喜的样子”。



如果说，人生真的有赢家的话，美国第一位非洲裔总统夫人，米歇尔·奥巴马应该算一个。她出生在芝加哥贫民区一个普通黑人家庭，靠聪明和努力一路打拼进了常春藤名校；慧眼识珠邂逅奥巴马，拥有一段完美的婚姻和漂亮的孩子；在职场和丈夫珠联璧合，成为全球瞩目的第一夫人。

米歇尔的人生充满了传奇和不凡，更承载了普通人的英雄梦。《成为》是米歇尔·奥巴马的自传，在这部厚厚的书里她详尽述说了一路逆袭的人生故事，特别是她的黑人父母，如何深深地影响了她的一生。

1964年，米歇尔出生在芝加哥南城一个普通的黑人之家。父亲是蓝领工人，母亲是全职家庭主妇，她还有一个极有才华酷爱打篮球的哥哥克雷格。他们没有自己的房子，租住在姑奶奶和姑爷爷家的二楼。地方很小，四口之家只有一个卧室，她和哥哥的卧室是用自制的屏风隔开的，尽管生活困苦，但米歇尔的原生家庭却非常温暖的。

父亲勤劳坚韧，每天穿着城市工人的蓝色制服去工作，下班后会展示对爵士乐和艺术的热爱；母亲早早开始教米歇尔识字读书，带她去公共图书馆，培养她的阅读能力。

虽然，生活贫穷，且被白人歧视，但米歇尔从不缺乏爱与幸福。

米歇尔的父母对两个孩子的教育方式非常民主。米歇尔说，在交流上，父母从不拿他们当孩子，对他们提出的问题有问必答，不管那问题多么幼稚。而且，还允许孩子和父母“斗嘴”。

米歇尔在自传中记录了一个这样的小故事。她不爱吃鸡蛋，但米歇尔母亲当时要求孩子们每天吃一个鸡蛋以补充蛋白质。为此，10岁的米歇尔和母亲展开了一场“关于蛋白质补充必要性”的讨论。她接连发问并提出“为什么花生酱不能算是蛋白质？”最后，经过辩论，米歇尔母亲“输”了女儿，改变了关于“每天吃鸡蛋”的立场。米歇尔说这是她早期取得的“苏格拉底式的胜利”。从那之后直至成年，她再也没有被强迫吃过一个鸡蛋。

在这种民主且温暖的氛围里成长，米歇尔争强好胜和独立思考的个性得到了很好的发展。她知道自己有权说出内心的想法，哪怕这些想法有时会显得格格不入，但这并不是让人羞愧的事情。一个勇敢发声的人，才能真正地为自己的人生负责。

除了鼓励孩子独立思考、大胆发声外，米歇尔的母亲还积极支持孩子在遭遇不公正待遇时，努力为自己争取应得的机会和权益。

米歇尔在读小学二年级时，有一位非常不负责的老师，经常贬低黑人孩子，还让孩子们在阴暗的地下室学习。这让米歇尔感到非常压抑且痛苦，她只好跟母亲抱怨。

只是家庭主妇的母亲并没有把孩子的抱怨不当一回事。她意识到问题的严重性，主动找到学校校长，以女儿的学习成绩和表现说话，要求给女儿换班。最终，米歇尔跳了一级，进入了一个优秀老师的课堂。后来，米歇尔回忆此事，认为它改变了自己一生。

试想，如果一个孩子在人生的初始阶段就被贬低和打压的话，他如何还有自信和勇气面对将来的人生？正是米歇尔母亲的果敢与坚定，才为女儿的人生注入了更多的勇气和力量。

后来，米歇尔凭借自己的努力入读了芝加哥顶尖高中——惠特尼·扬，并名列校内成绩最优等学生长达4年。

但就在她即将将高考选择大学时，又遭遇了一次打击。一名大学申请顾问因为她的肤色而看不起她，并出语伤人：“你根本不是上普林斯顿大学的料”。这深深地打击了米歇尔的自尊心，她虽然气愤，但并不气馁。

米歇尔一边更拼命地复习功课，一边给普林斯顿大学写了一封长长的自荐信。最终，她凭借真诚和努力拿到了普林斯顿大学的录取通知书。

长期以来，米歇尔的父母还灌输给孩子们一个理念：凡事都要提前做好规划与准备，才能走得更远。比如，他们一直要求兄妹俩说话要用标准词语，完整地說出单词，而不是像大部分黑人家庭那样说不够规范的俚语。

为此，他们还专门买了英语词典，在生活中一直纠正孩子的语法。他们希望两个孩子能早早地做好准备，将来在工作和社交场合中，可以更好地表现自己，超越现状，看到一个不一样的世界。

米歇尔的父亲在生活中始终言传身教，一家人无论是出去郊游还是去朋友家做客，总是比预先规定的时间早15分钟到。这种提前做好规划的作风，始终影响着米歇尔的人生。让米歇尔在报考顶级名校时显得从容不迫；让她在面对事业上的难题时游刃有余；也让她在维持家庭与事业平衡、教育孩子方面显得得心应手。预先做好规划与安排，让米歇尔更好地把握自己的未来。

可以说，米歇尔·奥巴马在人生的道路上步步为“赢”，离不开她自身的优秀和努力，更离不开她智慧的父母一路呵护和托举。所有的成功都有迹可循，父母的格局里，藏着孩子的未来。

王建平博士家庭教育

比邻论坛

编者按

相信对于每一位妈妈来说，有了孩子之后的日子，总是一半甜蜜、一半烦恼。甜蜜于孩子成长每一天所带来的欣喜，烦恼于孩子成长路上层出不穷的难题。今日女报“辣妈联萌”版特开辟《辣妈研习院》栏目，邀请资深亲子专家来为爸爸妈妈们解答育儿中的烦恼和难题。



孩子喜欢玩手机游戏，该允许吗？

倾诉：大强妈妈

我儿子上小学二年级，兴趣爱好挺多，但最喜欢玩的还是手机游戏，像《我的世界》《香肠派对》《第五人格》……都是他的最爱。其实，对孩子玩手机游戏，我们并不是完全禁止，他规定的时间内可以适当玩一玩的。

但我发现这些手机游戏对孩子的吸引力太大了。他每天都心心念念玩游戏的时间快点到来，而且手机一拿到手上就放不下来，非要到时间强行收走才可以。而且，除了玩之外，他还喜欢看电视上的游戏解说，说长大了就想当一个游戏解说员。手机游戏对孩子影响这么大，让我很矛盾，究竟该不该继续让他玩？孩子玩游戏会上瘾吗？

帮孩子在生活当中找到价值感和乐趣



亲子专家：王建平博士

我觉得家长要用接纳的心态去看孩子对网络游戏的喜爱。00后一代是网络时代的原住民，网络已经完全进入到他们的生活，不管家长们是否接纳，孩子们对游戏的喜爱就在那里。家长只有接纳才是和孩子建立平等和谐亲子关系的一个基础。而且，手机游戏也并非洪水猛兽，它是一把双刃剑。从有利的方面看，游戏可以锻炼孩子的手眼协调能力，增长见识，在游戏的团队合作中，也能培养孩子的社交能力。

当然，如果发现孩子沉迷手机游戏，家长当然要及时进行干预，但并不意味着可以粗暴对孩子“一刀切”，而是要寻找孩子沉迷游戏的原因，再对症下药。

为什么有很多孩子特别沉迷于游戏？那是因为游戏能带给孩子价值感和乐趣。但是，他们在生活中、在学习中却找不到这种感觉。

甚至，有的孩子在心理上还积压了很多的压力和挫折感。所以，游戏就成了他们逃避生活、逃避自我的最佳选择。所以，如果我们要把孩子从游戏中拉回来，就必须要在生活中、学习中找到成就感、找到自信和乐趣。

比如我们可以丰富孩子的业余

生活。多带孩子去进行户外活动，培养孩子一两项兴趣爱好，通过参加一些竞技比赛，让孩子从中得到荣誉和获得成就；在学习上，多关心孩子，让他以更乐于接受的方式获取知识；对孩子取得的任何一点进步，都积极回应并真诚地给予赞美和鼓励。

同时，我们也需要学会跟孩子谈心。谈心不是简单讲道理，而是让孩子有机会把自己心里的不愉快说出来释放掉。这样，当孩子心理的压力、挫败和负面情绪减少了，也就不会对游戏成瘾了。所以，沉迷手机只是一种表象，而不是本质。如果本质的问题没解决，即便没有手机，他可能也会沉迷其他的东西。

此外，家长一定要时刻对孩子玩什么保持关注。一方面是帮孩子甄别掉一些网络上不良的信息，同时，也要和孩子协商制定出玩游戏的规则，这也是培养孩子自律性的一种方式。

在这个过程中，孩子的自律能力不是一两天就可以培养起来的，家长一定要有耐心，当好执行者。其实，很多时候并不是孩子不能坚守规则，而是我们没有执行好规则。所以，家长一定要非常温和而坚定地坚持。到点就要把手机收走，违犯了规则，就必须接受惩罚，在这个惩罚期间，无论孩子怎么哀求、怎么哭闹，使出什么样的绝招，我们都绝对不能妥协。

一旦你坚守住这个规则了，那么孩子以后就知道要按规则办事，如果你妥协了，孩子以后就会耍赖，他玩游戏就不会有自控力。只要孩子建立起了规则感，就能享受游戏的快乐，又能够理智地控制自己了。

欢迎关注凤网辣妈联萌微信公众号（ID搜索 fengonemama 或扫描上面二维码），给我们留言、投稿和交流，让我们一起在育儿的路上升级打怪……