



家有宅小孩 妈妈怎么办

宅仅仅是表象，由此引发的无感更可怕！

〔中国台湾〕杨嘉敏 / 著



家有宅小孩 妈妈怎么办

宅仅仅是表象，由此引发的无感更可怕！

〔中国台湾〕杨嘉敏 / 著

版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

家有宅小孩, 妈妈怎么办 / 杨嘉敏著. — 北京: 北京理工大学出版社, 2016.7

ISBN 978-7-5682-2134-4

I. ①家… II. ①杨… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第071922号

本书通过四川一览文化传播广告有限公司代理, 经台湾凯信企业管理顾问有限公司授权出版、发行。

著作权合同登记号 图字: 01-2015-8565

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 三河市金元印装有限公司

开 本 / 700 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 13.25

责任编辑 / 武丽娟

字 数 / 150 千字

文案编辑 / 武丽娟

版 次 / 2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷 责任校对 / 周瑞红

定 价 / 30.00 元

责任印制 / 边心超

图书出现印装质量问题, 请拨打售后服务热线, 本社负责调换



别让孩子成为冷感宅世代

从挡救护车的“中指萧”，到殴打司机后还公然说谎的女艺人Makiyo，再到因醉酒驾车，而让一个原本圆满的家庭瞬间破碎的“叶少爷”，诸如此类的社会新闻屡见不鲜。这些事件之所以能引起社会的广泛关注、能引起网友们的口诛笔伐，主要是因为这其中有种令人感到难以测知的“冷感”和令人难以置信的“无感”。“无感”，已经成为当今社会的一个主要特征。

“怎么会这样呢？”“该怎么办？”这是那些关心这个社会、关心下一代的社会民众普遍担忧的问题。当既“冷感”又“无感”的事件接二连三地发生时，手足无措的我们才突然意识到，我们的下一代，会不会在这样一个无感的社会氛围中，成为无感难民呢？

我衷心地盼望各位读者，能够运用自身的影响力给社会加温，这也是人间福报办报的宗旨：不仅要让人间处处有温暖，更期望读者通过阅

读本报，保温并加温对这个社会的信任与期待，让大家都能散发出生命的馨香！

嘉敏老师长期以来，一直负责人间福报“少年及家庭”版，她将自己对写作及教育的热忱与期待，借用文字来具体表达。在她笔耕的过程中，我们可以深切地感受到她的温度。身为一线的教育工作者，在与孩子们的相处过程中，她深切地感受到，无感的社会对下一代的伤害有多么可怕！

在本书中，嘉敏对目前孩子们生活中各个层面的“无感”现象，作了很深入的观察；以亲身的教学实践，向大家分享消除孩子身上“宅病毒”的方法，让孩子成为有感、有温度的人。

最后，我想再次呼吁大家，抢救“无感”宅小孩，是我们共同的责任！你我皆有正面的影响力，切勿妄自菲薄！

人间福报总主笔 柴松林



因为“宅”更要好好教

科技，让人类的生活发生了翻天覆地的变化。目前，最明显且方兴未艾的风潮，莫过于“宅”这个字眼了！“宅”这个字，曾入围过台湾地区一年一度的代表字选拔，而且不止一次，其影响力可见一斑！

宅风一吹，“宅世代”“宅男（女）”及“御宅族”等应运而生，“宅”已成为现代人生活最主要的风格。这样的生活风格，看似是一种走在时代前列的流行与趋势，但时间一久便会开始产生各种副作用。因为“宅”，所以有很多适婚年龄的青年男女流连在网络上，而不愿走出户外去寻找属于自己的春天；因为“宅”，所以“秀才不出门，也可知天下事”；因为“宅”，所以各种网络犯罪不断发生。这些副作用让大人都感到难以控制和预防，那对于天真纯洁、涉世不深的孩子来说，又意味着什么呢？

曾有一位母亲向报社投稿，描述她的一对儿女。十岁的哥哥回家只

想上网打游戏，五岁的妹妹放学后只想看电视、吃零食，因为他们觉得在学校太累了，回家后就不想再动了。父母得用半强迫的方式，才能将他们带出家门。这位妈妈感慨道：“以前处罚孩子是不让他们出去玩，现在带他们出去玩，反而好像是在处罚他们。”这个真实的故事，虽然只是社会的一个缩影，但“宅”风显然已经在孩子们生活的各个层面开始发酵了！

太“宅”的孩子容易无感。孩子放假或过周末，在家里不是上网就是看电视、玩电脑，父母想带他们出去玩，他们也无动于衷。于是，他们在家里整天黏着网络、在学校整天黏着手机，这种“宅小孩”真令人担忧！

有些孩子，写日记只能写三两句，写作文又是流水账，让他们表达心得感想也说不出个所以然。学习的动机，只是为了应付考试和大人而已。总之，他们的生活，缺乏生活的真实感动和深刻体验，他们对学习既无感又无力！

科技虽然能带给孩子前所未有的生活便利和生活体验，但是却不能让孩子对道德有更深切的体会。这难道是在追求科技日新月异的同时，所要付出的代价吗？道德已成为书面上的生硬规定，却无法成为落实生活中的美德。

对钱无感的小孩真可怕！如果未来的主人公对金钱无感，那么家长给他们再多的金山与银山，都无法满足他们在物质上的需求。他们将会迷失在各种物质享受中。所以对钱无感的小孩，比败家子更可怕！

宅风虽然可以让孩子心甘情愿地在家宅下去，但这并不代表他和家人的亲情会与他在家时间成正比。相反的，孩子在家里最亲密的伙

伴，可能只是电脑或电玩。孩子的幸福感，不是源于父母的关爱，而是源于玩不腻的电玩、上不完的网站。这种对亲情无感的小孩，由于感受不到亲情的滋润，他们的生命就会如同枯木般逐渐凋零……

综观孩子生活的各个层面，“宅”就像一个威力巨大的传染病病毒，迅速且全面地侵入孩子的生活中。当家长的，难道愿意眼睁睁地看着孩子染上“宅”病毒，导致孩子对生活、学习、道德、金钱及亲情无感，甚至使生活全面瘫痪……

我就是无法眼睁睁地继续看下去，所以才会想写这本书。因为在我的身边、在我的教学实践中，到处充斥着无感的孩子、充斥着对无感的孩子既无力又无奈的家长。如果整个社会到处充斥着“无感”“无力”及“无奈”的人们，我们还会相信“明天会更好”吗？

本书将从生活、学习、道德、金钱及亲情这五大层面谈起，引导读者检视现代孩子无感的现象、探讨产生无感的原因、分享改善无感的方法。相信这些内容，会让孩子成为一个“有感”的人、一个对生命有丰富感受的人，这是我的梦想，也是我的理想。让我们一起拥抱并守护孩子们的生活，让他们的生活有源源不绝的感动，这样的未来才是值得大家期待的！



第一章 你的孩子“无感”吗？

- 一、孩子对生命的热度哪去了？ / 002
- 二、越能轻松搞定生活，孩子就越“宅” / 005
- 三、“有感”父母的有感能力大解析 / 011
- 四、全方位了解孩子到底有多“宅” / 018

第二章 生活无感——“太宅”的孩子容易无感

- 一、“宅”已经成为一种全球的生活风潮！ / 030
- 二、宅世代的副作用，挑战师长们的智慧 / 035
- 三、三管齐下，让孩子不再无感 / 043
- 四、提升生活有感性 / 051
- 五、生活有感的补充配方 / 054

第三章 学习无感——无感的学习难以快乐

- 一、别让不当的期待扼杀了孩子的学习兴趣 / 062
- 二、常常威胁孩子，容易形成孩子低逆商 / 066
- 三、学习障碍，别错过黄金治疗时机 / 070
- 四、用差异和变化了解学习无感的原因 / 076
- 五、学习不只是为了考试和成绩 / 081
- 六、从借口中了解孩子的学习情况 / 086

第四章 道德无感——有感的道德才能成为真美德

- 一、孩子道德无感，父母应从自身做起 / 096
- 二、校园欺凌问题，突显品德教育的急迫性 / 103
- 三、道德发展，最好能达到知行合一的境界 / 110
- 四、正义和道德常常面临的两难问题 / 119
- 五、有感的道德，才能成为真美德 / 125

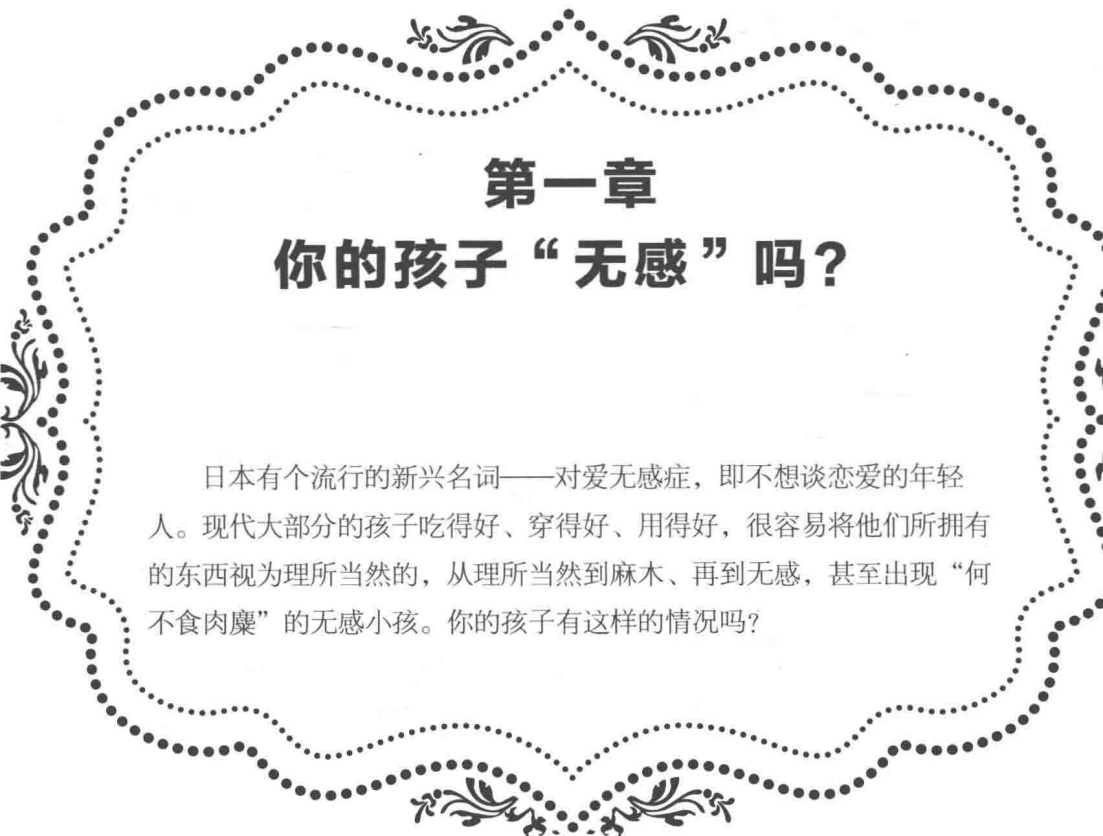
第五章 金钱无感——对钱无感的小孩真可怕!

- 一、别让孩子成为不知人间疾苦的小皇帝 / 134
- 二、塑造孩子的金钱观要从大人自身做起 / 142
- 三、提高孩子金钱有感性，请三思而行 / 146
- 四、多让孩子体会该如何运用金钱 / 158

第六章 亲情无感——别让无感幸福变成有感遗憾

- 一、无感的亲情，亲人间的沉默（没）成本 / 166
- 二、家长过于忙碌，疏于关心与管教亲情易无感 / 176
- 三、“情”“理”“法”维系社会人伦及秩序 / 181
- 四、爱，是亲情有感的热水瓶 / 192

跋 / 197



第一章

你的孩子“无感”吗？

日本有个流行的新兴名词——对爱无感症，即不想谈恋爱的年轻人。现代大部分的孩子吃得好、穿得好、用得好，很容易将他们所拥有的东西视为理所当然的，从理所当然到麻木、再到无感，甚至出现“何不食肉糜”的无感小孩。你的孩子有这样的情况吗？

一、孩子对生命的热度哪去了？

当家长的，你们有没有遇到过类似的情形：孩子放学回家后，问他今天学校情况怎么样？他说“还好”；问他今天有没有好玩的事情？他说“每天都差不多啊！”；问他今天在课堂上学到了哪些东西？他说“不知道！”。这样的回答，会让人觉得小孩今天似乎没去上学。当孩子写联络簿上的日记时，不是流水账，就是重复的题材，让大人很不理解，现在的小孩到底在做些什么？想些什么？

当一家人聚在一起吃饭时，妈妈问今天的饭好不好吃，有的孩子会勉强说个“还好”；有的孩子则用耸耸肩来表示“不知道”；有的孩子甚至还会说“外面的餐厅比较好吃”之类的话。有的妈妈被泼过几次冷水后，也就懒得再问了！

孩子吃完饭后，既不帮忙收拾餐盘或洗碗，也不帮忙分担其他家务。有的孩子吃完饭后急急忙忙地赶去上补习班；有的则一溜烟地跑

到电视机前，当起电视观众；有的则神秘兮兮地钻进房间，把门关起来，不知道在忙些什么？桌上的剩菜剩饭，妈妈只能认命地收拾整理起来……

家里的客厅，按理说是一家人交流情感的地方，但实际情况往往是只剩下看连续剧的妈妈和看报纸的爸爸。看着看着，快要九点半了，妈妈又得准备宵夜。好不容易又到了全家人可以聚在一起的时间，但这时在外面补习的孩子，可能已经被各式各样的零食喂饱，一到家就把自己关进房间里，趁着仅存的自由时光，打开电脑上网和朋友聊天或打游戏，忙到连对爸妈说声“晚安”都顾不上；有的孩子，尤其是女孩子，私底下为了减肥而不想吃宵夜，于是和妈妈闹起别扭来，于是在同一屋檐下的一家人，仿佛像是不同房间的房客，很少有机会能够互相交流情感。

第二天早上，妈妈像个饭店的服务员一样，早早就起来做好早餐，然后叫孩子起床。好不容易才把他叫起来，可孩子不是挑三拣四地只吃几口，就是急急忙忙地冲出家门，出门前，总不会忘了跟父母要买早餐的零用钱。

到了学校，有些孩子看到老师都不懂得打声招呼或说声早；打扫卫生也不认真，还忙着跟同学聊天说笑。等到上课铃响后，班长一声：“起立敬礼！”有些孩子坐下之后，刚开始还蛮认真地听讲，过了一阵子后，便开始偷偷看手机。老师在讲台上讲了半天，除了几个认真听讲的学生外，其余的不是发呆、昏昏欲睡，就是忙着做自己的事……上课主动提问的学生，实在是少之又少；面对老师的提问，有反应的也是屈指可数。下课后，学生们不是用手机听音乐、玩游戏，就是冲向商店，

买各式各样的零食。

好不容易到了午餐时间，不管饭菜如何，总会有剩菜剩饭。到了下午三点多，学生们又冲进商店买零食。每当下午经过商店时，当老师的我，心里总是很纳闷，为什么中午不能多吃一点饭呢？如果能多吃一点，还用这样争先恐后地买零食吗？买零食的钱虽是小钱，但积少成多、聚沙成塔，几年算下来也是一笔可观的支出！

下课的时间，除了吃喝玩乐之外，也是孩子们社交生活的时间。在他们相处的过程中，既有女生骂男生“娘娘腔”、男生骂女生“男人婆”之类的语言欺凌，也有肢体上的行为欺凌。在学校互相攻击还不够，战火还要燃烧到网络上，匿名攻击的事件在网络上层出不穷。

到了周末假日，孩子除了要做作业、写评量及准备考试之外，大部分的时间，都“宅”在家里。孩子宁愿花时间与朋友在网上闲聊，或沉溺在网络及电脑游戏中，也不愿多接触大自然、多从事户外运动。时间久了，便成了名副其实的“宅小孩”。虽然有高科技产品的陪伴，但少了大自然的能量补给，生活视野渐渐变得狭窄起来，生命也变得单调枯燥起来……

孩子们以上的生活写真片段，似乎并不是什么非常要不得的行为，但仔细品味这些生活片段，在这些现象的背后，透露着一种淡淡的、冷冷的，甚至是一种“漠然”的感觉。它让人感觉不到孩子对生命的热度、生活的温度以及他们学习和做人的态度。

二、越能轻松搞定生活，孩子就越“宅”

当家长的，千万要记得一件事，现在什么都“不知道”或“还好”的小孩，长大以后就很可能成为什么都“不知道”或“还好”的父母，然后他们的下一代，又继续“不知道”或“还好”，不断地恶性循环下去。

孩子的无感，与现代人的生活方式有着密切的关系！孩子的“不知道”“还好”，也与他们的生活环境有着密切的关系。孩子身边的人，特别是父母，一定要以身作则。只有这样，才能避免让孩子继续“不知道”“还好”，甚至“无感”下去。

以前交通和科技还不发达，生活中的各种小事，都得外出处理才行。但随着科技的发展，只要按按键，就能轻松搞定生活中的大小事。

这样的生活方式，造就了“宅世代”的生活风格。当父母的生活方式就是如此时，孩子就很容易在潜移默化中有样学样，跟着“宅”

起来。就像一则电视广告：妈妈在做饭时，要孩子查询料理的时间，孩子换了一下电视频道就查出来了！然后孩子又接着玩在线游戏。没过多久，爸爸回来了！爸爸想看自己喜欢的电视节目，孩子问爸爸，可不可以看卡通，爸爸想了想，就让孩子看他喜欢的卡通片。广告尾声说：“父亲也可以成为孩子的好伙伴！”

没错！科技的确可以使生活更加便利。合理使用它们，也确实可以促进亲子之间的交流。但过度依赖3C（3C，指计算机Computer、通信Communication和消费类电子产品Consumer Electronics三者的结合，下同）科技产品，不仅是宅世代的共同生活特点，还会彻底地影响孩子的生活方式，让孩子也跟着“宅”起来！

孩子一到家，随便吃几口饭，就赶紧回房间上网或玩游戏去了！有的家长限制孩子使用电脑的时间，孩子就半夜起来偷偷上网。限制使用电脑，成为亲子间冲突的主要来源。到了假期，有些父母想要带孩子出去玩，但孩子宁愿和电脑玩，也不想和大人一起出去。就算出去了，也是人在心不在，非要时不时玩一下智能手机才肯罢休。

这样的“宅世代”小孩，最主要的特征就是“手机不离身”，他们的生活就像是以“宅”为圆心，以各种3C科技产品为半径，所“围”出来的。这样的生活方式，既围住了孩子的生活范围，也围住了他们的生命视野。他们对生活的体验渐渐缩小在那个小小的荧幕里，他们对科技产品以外的事物渐渐失去好奇与兴趣，以至于“无感”。

改善无感，父母要以身作则

孩子对生活的“无感”，表现在生活的各个层面，正如后面会讲到