



主持人：刘艳，心理咨询师，一个对人性 and 生命充满探索欲的人；尤为关注青少年心理健康、亲子关系与家庭教育。如果你想成为心中有爱、眼里有光的父母，请来晚报“心灵茶座”小憩。

你是“铁丝妈妈”还是“绒布妈妈”？

回到“绒布妈妈”身边。

恒河猴实验在20世纪上半叶也震惊了整个心理学界。这个实验告诉我们，相比于奶水，孩子内心更需要的是温暖、柔和的肢体接触和陪伴。

后来，实验人员又让一半的笼子只保留“铁丝妈妈”，一半的笼子只保留“绒布妈妈”，当然，会给只有“绒布妈妈”陪伴的幼猴定时喂奶。实验发现，“铁丝妈妈”的幼猴均出现了严重抑郁、烦躁的症状，有的甚至还有啃咬自己的自残行为。

“绒布妈妈”的幼猴虽然状况要好得多，但是依然比不了正常母猴喂养带大的幼猴，为什么呢？因为“绒布妈妈”不能跟幼猴互动，幼猴无数次表达自己的爱意和亲昵，却始终得不到任何回应。

这让我又想起了哈佛大学儿童发展中心著名的三分钟“静止脸”实验。一位妈妈和一个10个月大的孩子在一起玩耍，妈妈笑吟吟地望着宝宝，眼睛和表情都充满了温暖的宠爱，孩子也是一脸的开心。

突然，妈妈开始板着脸，面无表情。孩子愣了一下，但很快去摸妈妈的脸，紧张地望着妈妈，做很多动作想逗妈妈笑，而妈妈始终一脸冷漠。随后，孩子大哭，情绪崩溃。

这两个实验都告诉我们，孩子有丰富的的情绪和感知，如果把奶水比成物质条件，那么要培养一个心理健康的孩子，仅有物质条件是远远不够的，拥抱、陪伴、及时互动这些情感交流才能滋养孩子的心灵世界。

可惜直到现在，还有不少父母认为，“我只要把最好的物质条件都给孩子了，孩子就应该茁壮成长。”“现在的孩子比我们小时候吃得好、穿得好、住得好，要什么买什么，为什么他们还会抑郁？”为什么呢？或许孩子遇到的只是“铁丝妈妈”，有充足的奶水，但却没有温柔的爱抚和陪伴；又或者孩子遇到的只是“绒布妈妈”，虽然一直陪着，但却经常不给孩子回应。

婴幼儿早期的心灵状态，都是混沌的、脆弱的、分化的，他们需要在和妈妈等养育者的互动中，逐渐发展出清晰的、坚韧的、能适应复杂外部世界的心灵结构。在这个心灵结构逐渐长成的过程中，情感互动最为关键。

那些在青春期出现心理问题的孩子，他们大多存在情感互动缺失。我有一个16岁的来访者，她从小就很小胆，内心总是充满莫名的恐惧，怕黑，必须开灯睡觉，不然就会不停地做噩梦，从梦中惊醒会大喊大叫，这些让她备受困扰，也完全没有办法住校。

我后来了解到，原来在她1岁到3岁之间，爸爸妈妈忙着打拼事业，把她寄养在乡下爷爷奶奶家，乡下的房子总是很昏暗，奶奶也总是在凌晨四五点钟就起床去干农活，她醒了之后大哭，也从来没有人及时去安抚她。

虽然长大之后，她早已没有了这段记忆，但是幼年时那些害怕的感受都深深地被她的身体记住了，就像给她内心埋下了一颗恐惧的种子，只要遇到类似的环境就会激活内心的恐惧。

当这个孩子排斥住校时，爸爸妈妈完全不能理解，认为孩子就是娇生惯养，依赖性太重，同时考虑到，以后大学也要住校，现在不克服不行，于是强迫孩子住校。

当寝室的灯关掉时，孩子不敢睡觉，即便睡着了，也会被噩梦惊醒，同寝室的同学们都对此怨声载道，这些就是一连串的连锁反应——人际关系出现问题、被孤立、睡眠障碍、学业耽误、害怕去学校……每一个出现心理问题的孩子，一定都是可以溯源的。

父母既不能离开孩子，也不能机械化地抚养孩子，必须用爱跟孩子互动，去看孩子、倾听孩子、回应孩子，让孩子活在充满爱的关系中，而不是在仅有物质的照料中成长。

要记住，情感互动永远胜过饮食照料。

几年前，当我开始学习心理学的时候，老师在课堂上给我们讲了心理学史上的一个经典实验——恒河猴实验，实验结果让我们全班同学都很震惊。

这个实验是这样的：实验人员将一群刚出生不久的幼年恒河猴跟它们的妈妈分开，再逐个放进笼子里，每个笼子里放着两个“假猴子妈妈”：一个是用铁丝做的，一个是用绒布做的。“铁丝妈妈”的胸前挂着一个大大的奶瓶，小猴子能够轻易地喝到美味的乳汁；而“绒布妈妈”的胸前则空空如也，什么都没有。

老师问我们：“你们觉得小猴子会更喜欢铁丝妈妈，还是绒布妈妈？”

我们都齐刷刷看好“铁丝妈妈”，老话不是早就说了嘛，“有奶便是娘”！充足美味的奶水，这不就是每一个生命体最喜欢的吗？

但是，实验结果却让我们大跌眼镜——所有幼猴都自觉地爬到“绒布妈妈”的怀里，抚摸她的身体，一待就是好几个小时，只有当它们饿了，才会跑到“铁丝妈妈”那里，大口吸奶，吃饱之后，马上又会

偶遇

□李淮

们不是家常味道的本土产品，是从远天远地的北美大草原，漂洋过海移栽、种植在我国土地上的外来物种。作为新兴观赏草类，它逐渐为人们所认识所鉴赏，颜值之高让不少人倾倒。

作为一株草，或者几株草，一群草，它们长途跋涉到异国他乡生根开花，没有水土不服，没有过敏反应，这是幸运，也是命运，更是时运。有着“万物各得其所，各得其以养以成。”生物及生态平衡多元多样性，动物植物，自由呼吸，和谐共生，各美其美，美美与共。

眼前的粉黛乱子草，粉粉的花序直立，在“自古悲秋皆寂寞”的秋天开得蓬蓬勃勃大大方方。像大家闺秀一样端庄有礼，风来雨去，都是典雅高贵；又像邻家的小家碧玉花姿绰约，一颦一笑，带着天然风韵；还像天宫织女织就的锦缎羽衣，尺幅方寸，璀璨夺目艳艳华美。

谁说这粉色单调单一？粉色象征可爱、天真、甜美、温柔、梦幻、美好。粉色是老少咸宜的色彩，小姑娘喜欢粉色是浪漫，年轻人爱好粉色是青春，老年人看上粉色是安适。童话故事里的公主，标配是穿着一袭粉色纱纱泡泡裙，让人们不由自主地围着她转。几十年前，我的第一条裙子也是粉色的。当我穿上粉色的裙子时，就有着公主般的骄傲和少女般的

娇俏。只是我们院子里有两只外衣颜色鲜艳的母鸡，多半也是外来物种，它们对我的粉色裙子特别感兴趣，只要我穿粉色裙子走在院子里，必定围着我转来转去，像是想与我媲美。我想，如果母鸡遇见粉黛乱子草，会不会与草儿们一起舞蹈呢？

此时此刻，我与闺蜜在粉黛乱子草的花海里，左一张照片，右一张摆拍，恨不能把草的美丽和魅力与我们生命的年轮一起定格在照片上，留在生活的海洋里。左边小径走来一位抱着孩子的年轻母亲。小朋友嘴里唧唧呀呀，对着粉黛乱子草手舞足蹈，她对着母亲笑，对着我们笑，对着草儿们笑，声音笑得“咯咯咯”的。爱美之心人皆有之，看来，碎娃娃的审美能力也是有的，母亲也笑了，对着娃娃笑，对着我们笑，对着草儿们笑。母亲用我们用手机拍照片，上前几步，请闺蜜为她与小朋友拍合影。我站在闺蜜身旁，看着闺蜜在手机的取景框里拍下母与子，镜框里的母亲笑得那么甜美，小朋友张着嘴巴，只长了两颗牙的嘴上流着一滴水，粉黛乱子草铺陈在她们的身体，粉色的草，粉色的娃娃，粉色的笑靥，人与草，融洽融合，美丽美好。

粉黛乱子草是美丽的，母亲与孩子是美丽的，生活也是美丽的。停下匆匆的脚步，总能发现美丽，分享美丽。

仲秋，走近大自然，山川田野大地阡陌，抬眼高天流云蓝白色块，低头稻谷飘香硕果凝脂，感受季节的馈赠时光的颂歌，我们在岁月的乐章里，走来又走去，童年的天真、青春的激情、中年的蹉跎，或将步入老年的慢板旋律。

从成都平原来到攀西地区：天是那么蓝，云是那么白，空气是那么清新，风里似乎飘着草木香，河流里裹着花朵蜜。我与闺蜜手拉着手，漫无目的地行走：愉快、舒心、祥和，心底的喜悦氤氲在身前后，挂在我们的眼角眉梢。

正享受着自由自在的漫步，看芭蕉树上累累的果实，芭谷们在田间排队站立，青皮核桃东一个西一个或成双成对挂在树上，青毛栗子挂在树丫上迎风摇摆，几只短尾山雀叽叽喳喳，从这棵树跳上那棵树，仿佛一直在追随着我们行走的脚步。突然，闺蜜像发现南美新大陆似的突然松开我的手，一下子跳了起来，两只手指着前面：“看，快看，粉黛乱子草！”

顺着她手指的方向，一大片粉色云霞粉色霓虹出现在前方。是的，一大片粉黛乱子草。

草，最不值钱的生物，但，草又好像与生俱来生活在地球上，与人类共生共存。草，一岁一枯荣，春风来春天生，秋寂寥冬枯萎。但粉黛乱子草，是不一样的草。它

2023年9月22日

星期五

邮箱：
3213456266@qq.com

□主编：郝良
□编辑：罗烽烈
□美编：杨蕙菱

阅读副刊精品，请扫描二维码，关注南门口微信公众号。



人间烟火气
尽在南门口