

家庭幸福的关键，是自身的改变

若是不改变自己，岂能幸福；若是认识不到缺点，岂能改过。

——李晗（四川泸州）

我叫李晗，来自中国酒城——醉美泸州。我是一名16岁女孩的妈妈，更是一名正在学习改变中的普通家长。曾经，我也和很多家长一样，因为没有学习过正确的家庭教育，所以在孩子成绩突然下滑到班级倒数第二的时候，不但没有及时鼓励她，还对她采取了一些自认为正确的方法，导致我和孩子之间的关系一度降到冰点。幸运的是，我遇见了艺博，并尝试走了进去。通过在艺博的学习，我再次和女儿重建亲密关系，孩子越来越优秀，我的家庭也越来越幸福。

看不到女儿身上的“闪光点”

在别人的眼中，我的女儿是很优秀的，兴趣爱好广泛，擅长画画、书法、烹饪，音乐、播音、表演，性格也非常不错，是大家口中“别人家的孩子”。可那时的我，因为没有接触到正确的家庭教育，看不到孩子身上的闪光点，看到的只有那个只知道玩手机、看电视、写作业拖拖拉拉、学习成绩很差劲儿，学习完全没有动力的女儿。

我尝试了很多的办法和手段，讲道理、打感情牌、责罚骂、

不让她玩手机、看电视，给她提各种要求，从老师、她的同学朋友及家长那里多方打听，限制孩子自由，不同意她出去玩，甚至偷看她的日记，偷听她和同学、朋友聊天。我自认为什么都不让你干，你总该学习了吧，试想着通过这些手段，我就能了解到女儿内心的真正想法，那我肯定就有办法对付她了。



参加艺善享读书会

我“自以为是”的教训

一开始，我真的以为管用了。因为女儿一放学回家，第一句话就是：妈，我写作业去了，就到自己的房间（当然，期间我肯定会偷偷观察），看到孩子真的摊开作业开始写，我满意了，我觉

得我的方法用对了。直到有一天，女儿的数学老师给我打来电话，她说她简直不敢相信，女儿的数学成绩居然只有 50 多分，我一下子懵了。

面对女儿的状态，我变得非常焦虑，有种深深的挫败感和无力感，脑海里甚至闪过，就这样吧，不管了。我的脾气也越来越大了，就连爱人多问两句，我也嫌烦。

随着女儿周考、月考的一次次失利，所有的隐忍和负面情绪都在看到女儿打着写作业的幌子去看小说的那一刻爆发了，我愤怒地冲过去，挥起巴掌“啪啪啪”就在她背上使劲拍了下去，将我所有的抱怨都朝着女儿发泄出去。从来不爱哭的女儿那一刻哭了，她歇斯底里地哭喊着：“是是是，都是我的错，你们大人都是对的，行了吧！”看着女儿当时的那个样子，我的心被深深地扎了一下，很冷静地对女儿说：“你自己好好想想吧。”我快步离开了女儿的房间，女儿和我的关系，也从此刻起降到了冰点。



李晗老师在泸州长江读书会分享

幸福从改变自己开始

幸好正当我无助、迷茫的时候遇见了艺博，我像抓住救命稻草那样，毫不犹豫地靠过去。首先我下载大于众学 APP，开始在线上学习，认真做笔记，当听到跟我女儿出现的类似的问题时，我就反复听，认真比对，认真思考，并在生活中开始践行。最搞笑的莫过于学习之后的我在遇到问题和女儿沟通之前，我事先得在脑海里面酝酿，甚至打上草稿，反复练习，直到听起来顺溜了、自然了，才寻找合适的机会说出来。

不仅如此，一有时间我就去参加读书会，去分享、去服务、去成长。通过不断地学习，我也终于明白了孩子所有的问题都是

我的问题。于是，我开启了持续学习模式，不断给孩子松绑，慢慢地，我开始感受到了女儿的变化，回家她会主动给我打招呼了，主动开始学习了。还记得有一次，女儿写数学作业至深夜，她突然跟我说，她发现这道题还有另外一种解题方法，她想再写一会把它做出来，那一刻，我流泪了……

孩子越来越优秀，家庭必然越来越幸福。2021年暑假，女儿从【荣耀家族·研学回归之旅】回来后，“爱”就在我们家里流动起来，每天晚上的拥抱，成了我和女儿的必行仪式，我真的感到特别幸福！更值得开心的是，女儿居然用我和她之间的改变去建议同学家长学习改变。

最终，曾经一度以为连高中都考不上的女儿，现已以艺考生文化课、专业课双双第一的成绩被就读高中录取。

现在的我很庆幸以前的我走进了艺博，我也特别愿意和希望将艺博正确的教育理念方法、艺博的大爱精神传递出去。于是，在2021年国庆期间，我做了人生中一个最大胆的决定，那就是申请开办读书会，为建立家庭教育生态圈尽自己的一份微薄之力。