

2023/8/31
星期四

SHENGHUO ZHOUKAN

编辑:施亚泽 组版:张淑玲 校对:王子璇

青少年心理健康专栏

青春期突围

妈妈躺平了,爸爸怎么办(三)

——一个心理咨询师听到的故事

◎丁兆梅

我得主持公平正义。无视老婆的长期操劳和用心付出,约等于助长儿子的嚣张气焰和冲动行为,不利于团结和管理。我说,两个娃格外费妈,爸爸之前做得不够,今后咱家分工做一点调整,我负责老大的接送陪伴,妈妈主抓妹妹的学习生活,咱们分工合作,力争让每个人都能成为更好的自己,最终实现“多年亲人成朋友”的小目标。怎么样?

老婆默认、儿子同意、女儿懵懂。我明白真正的考验在后头,不过咱也不怕,好歹心里有底。之前摩拳擦掌很多年,读了不少科学养育的书籍,诸如《自驱型成长》《正面管教》《新家庭如何塑造人》等,还听了很多关于家长和孩子共同成长主题的讲座,理论储备充分,实践不至于跑偏太多。

交接仪式过后,最先要面对的问题是暑假怎么过。

全学习做不到,全躺平不现实。前后近两个月时间,不种庄稼就会长杂草,得整点积极有趣的事情,才不至于无聊空虚到总想玩手机、打游戏、看电视。那晚我跟儿子商量,周一到周五我上

班,他自己安排如下事情:去图书馆、接送妹妹、处理生活事务、和小伙伴玩(打游戏需先报备种类和时长)、课程学习(暑假作业,自己根据需要找网课或线下课)……原则上他的时间他作主,节奏上张弛有度,执行起来大差不差就可以。周六、周日根据实际情况再议。

儿子欣然接受,而老婆疑虑重重,我只能给她吃定心丸:一切都会向好,咱得学会放手,一个孩子总是被安排、被催促、被要求,体验不到自由和信任,内心就很难生出自驱力。让他逐步学会自我管理、自我负责,才是努力方向。

当然计划总是美好的,行动通常会滞后一些,儿子的周内生活和计划表比起来打了不少折扣。图书馆去了,书也读了,读是读了,筛子过水,几无痕迹;课程学习他在网上报了两个,至于效果,他自己也觉得实在不咋的,面对屏幕学习容易划水;家务不催不做,说了后草草完成,离老婆的要求距离比较远……最大的亮点是带妹妹很“来事”,比我们的效果还要好。女儿天生会拍马屁,小嘴儿抹了蜜似的,就觉得自己哥哥天下第一好、第一能干、第

一(与爸妈并列第一)爱她。兄妹俩其乐融融、各得其所。

周内就先这么着吧,周末怎么过?还是从我做起,少盘手机,带着儿子多做家务、多去户外。我们这肉身凡胎真的不合适久坐,日常待在办公室的我体会尤深,肩颈腰腿常感到不对劲,貌似未老先衰。如今颈椎病等呈低龄化趋势,儿子也时不时喊肩膀酸、腿脚疼的,之前被各种补习挤得没时间锻炼修复,暑假正好补上这一环。跟儿子商量只要天气允许,逢周六骑行,譬如去外公外婆家附近的篮球场打球,去爷爷奶奶家学种水果蔬菜什么的。他不反对。

祖辈都住在郊区,开车20分钟,骑车单程近一个小时。戴上遮阳帽、套上防晒衣,我俩一人一部自行车开心出发,一路上你追我赶,累了找个树荫歇歇脚、喝喝水或者放慢节奏有一搭没一搭聊天。儿子显然很享受骑行的过程,说话也格外轻松自在,抱怨说老妈太操心太焦虑,十米外就能感觉到满满的“妈”味,她喊累,他更累。幸亏他早就无师自通地学会了自动屏蔽老妈的信号,不然肯定抑郁了。(本栏目由江苏省海安高级中学供稿)



允许孩子们正常打闹

◎程毅飞

教育孩子是一个深而又深的话题,也是无数家长感到头疼的事。日本著名企业家、教育家井深大先生指出:人基本上是一种社交动物,需要在集体中生活;另一方面,人又是思想、有主观意向的。因此,人必须随时寻求社交和个性两者之间的统一。如果这两方面失衡,人就不能适应社会。对于我们搞教育的人来说,重点是,这种统一的取得主要靠早期培养,即在坚持尊重个人权利的同时,又强调承担共同责任。

小孩一般长到两岁左右的时候,就不喜欢单独玩耍了,他们开始有意识地寻找同龄伙伴一起玩。在开始学着和其他孩子合作玩耍时,常常会出现因不遂自己的心愿而哭着跑开的情况。这时候作为家长就要注意,无论TA与别的孩子玩得好还是吵了架,都是在尝试集体生活。即使是吵了架,那也不要紧,这非但不是什么负面的事情,而且还是必修课,因为既能锻炼孩子的个人意志,又能使他们得到重要的社交经验,是进入社会生活的一种尝试。

孩子吵架打闹的原因很多,如果不问青红皂白、没头没脑训斥一番,之后就不允许孩子再与同伴们玩耍了,是丝毫无助于加强孩子间交流互动的,相反,会给孩子留下“以强压人”的不好经验,更不利于孩子的健康成长。做父母的固然有管教孩子的责任,但不要忘了,管教不是胡乱干涉,如果以大人的想法处处去干涉孩子之间的事,就剥夺了他们在集体生活中所必需的成长机会。

孩子不同于大人,他们有他们自己的一套道理,用自己的方法表达自己并彼此合作,在打闹中蕴含着他们为人的准则,成年人强行干涉,产生的效果往往适得其反,很可能使他们形成不良个性。

正确的方法应该是,把孩子间的争吵当作他们进入集体的第一课,让他们在“打打闹闹”中自我成长,进而帮助他们形成健全的人格品质。

本版投稿邮箱:
2457901059@qq.com



你打过孩子吗

◎长丰雨

中午几个同事坐在一起闲聊,说到了打不打孩子的话题。

一个女同事说,她小的时候,经常被她爸打,所以哪怕是到今天她长大了,看到她爸,还是会不由自主地害怕。

一个男同事说,他的儿子经常被爸打。小男孩顽皮,不打成器。他看下来,这一点他还是比较成功的。但他的观点是,儿子可以打,女儿是不能打的。

另一个女同事说,她的女儿,她绝对不会打,她也不许别人打。女同事20出头,结婚早,但难掩对女儿的疼爱。她的女儿还小,刚一岁多。

我说,我打过女儿,三次。

第一次。在一个双休日,我和女儿去商场玩。女儿顽皮,喜

欢捉迷藏,跑来跑去喊我找她。我对女儿说,不要玩了,这里人太多,小心一会儿我找不到你。女儿不听,依然在玩。忽然有几十秒,女儿没出现;我喊了几声,也没人应答。这下,我真的是急坏了,汗瞬间流出来,怎么办?怎么办?当女儿终于蹦蹦跳跳、嬉皮笑脸地出现在我面前时,我忍不住重重地打了她一下。女儿哭得很大声。

第二次。有一年过年,我带女儿回农村老家看父母。由于接触少,女儿对他们似乎总有份疏离感。我反复说了几次“叫爷爷奶奶”,脸都板了,女儿还是不愿意,甚至要哭。父母赶紧打圆场,我只好作罢。晚上,女儿要睡觉时,突然问我:“爸爸,为什么你一定要让我叫那老头老太呢?”我当即就火了,忍

不住打了她一下。我其实想说,女儿,我担心再不教你,就来不及了。

第三次。一次,我发现女儿拿出的试卷上批着91分,但卷子上那么多火红的叉叉,肯定不可能只扣掉9分。我数了数,是71分。再看看,发现那个91分的9,明显有些不自然。我又打了女儿,并且告诉她,考得差没关系,但欺骗是最大的问题;打她,是想让她记住这个事儿。

我的话讲完了,同事们有个短暂的沉默。一个女同事忽然叹一口气,说,有时打她,也是为了她好。

我说,很少有家长是真的愿意打女儿的,实在是火气上来没忍住;当然,我也在学做父亲,会不断寻找更好的交流沟通方式,尽量不采用“打”这种方式。我其实还想说,我的女儿,真的是和我很亲,很亲很亲。