



## 这位“虎妈”， 就是孩子厌学的压力源

□吴在天

刘宁的女儿一直成绩优秀，升入初中后却出现了厌学的现象，甚至拒绝上学。刘宁想了各种办法，在朋友的建议下约了心理咨询。

初次的访谈，刘宁诉说了她对孩子学习的用心和严格。她认为女儿现在是青春期叛逆阶段，专门和自己对着干。只要是她提出的，女儿都拒绝，包括来见咨询师。在刘宁讲述细节时，我发现她是典型的虎妈式教育。她在辅导女儿功课时常常暴跳如雷，倒不是孩子不认真、不努力，而是这位学霸母亲觉得女儿反应慢，于是每次辅导作业，女儿特别害怕妈妈发飙。虽然成绩名列前茅，却依然得不到妈妈的肯定。随着青春期的到来，孩子终于对妈妈的教育方式发起了反抗。

也难怪孩子不愿来咨询，因为妈妈就是孩子学习的压力源。要解决孩子的厌学，就要从妈妈入手。但是，如何解决妈妈这个压力源呢？

第一次咨询结束之后，我回顾访谈过程，发现刘宁在咨询中几乎没有提及孩子的父亲。于是，第二次访谈时，我直接问刘宁：“对于女儿现在不愿去学校这件事情，你的丈夫是怎么看待的，他有做些什么吗？”刘宁说：“我老公其实也很心急，他挺爱女儿的。但是他也不能做什么，其实他也没做不了什么。”

我试图了解更多关于丈夫在女儿出现厌学后的态度，而刘宁却把话题转移到女儿身上，父女之间的互动就像电影被快进式地滑过。我隐约感觉到，也许孩子的厌学只是家庭的症状，夫妻的关系才是问题的根源。

我以解决孩子厌学为由，让刘宁邀请丈夫一同来咨询室。刘宁爽快地答应了，但不是推说丈夫不在意，就是说没空，直到第五次咨询的时候，这位父亲才来。先生第一次进入咨询室的样子，让我印象深刻。他把门推开，礼貌又客气地朝我点了点头。我给刘宁的丈夫王斌简单讲述了目前咨询的进展，同时向他了解对女儿厌学的看法和感受。“我也想快点让女儿恢复正常，不过我其实有些怀疑，我来这里做咨询，有用吗？”

我很好奇王斌的这番话，他的反应是在质疑咨询，还是在质疑其他什么呢？

这位丈夫看了妻子一眼：“因为在教育孩子的事情上，都是她说的算。我觉得我可能在这里也没有太大的作用。”“什么叫我说了算，孩子的学习你都不关心一下，我能不能不着急吗？”刘宁毫不示弱地回了一嘴。我原以为他们会在咨询室吵架，可随之而来的却是一段沉默。我对夫妻俩说，这一次把更多的时间留给王斌，听听他作为孩子的父亲，在这个家里有什么样的观察和感受。同时，也请刘宁在这个过程中，不要打断。

让我没想到的是，这个看似缺席无为的父亲，这个一直未曾现身的丈夫，竟然滔滔不绝讲了大半个小时。王斌说，他和刘宁

提过，不要逼孩子太紧，学习要松弛有度。刘宁想让孩子赢在起跑线，对孩子从小就要求严格。他们的观点从未达成一致。“她有一大堆的道理。现在不努力，耽误了女儿的将来，是不是你来承担这个后果？”他说女儿从小就和他亲，加上妈妈比较严格，女儿难受的时候会来找爸爸。王斌不想妻子折腾女儿，可是又说不过妻子。他有点无奈地说：“其实我也尝试过，我不是不管孩子，而是无论我怎么管都是错。”

我问刘宁，听了丈夫的说法，她有什么感受。她说：“他确实是有做得不够的地方，平时还陪女儿看电视。我不要求严格些怎么行呢？”

我说：“我们先放下孩子教育的议题。你听到老公说他无论怎么做都是错的，你有什么感受？”刘宁没有说话，我知道她开始把注意力放在了自己身上。我继续问她：“如果丈夫处处都做得好，处处都做得完美，你会有什么样的感受？你觉得那个时候你在家里会是怎么样的？”当我问完这个问题之后，刘宁陷入了沉思。这个家庭现在的局面，就是她自己是对的，而丈夫是错的，如果不是因为女儿的厌学，他们的夫妻矛盾会越埋越深，可能哪一天就忽然爆雷。

这次咨询，让我们找到了深入的方向。在后续的咨询中，我们专门讨论了刘宁的成长经历，她出生在重男轻女的家庭，早年她的父亲就明确地对她说：“你迟早都是要嫁出去的，你就是考上大学，家里也没有那么多钱，还要供你哥哥上学。”所以，她当年志愿清一色填报了师范类院校，因为早些年读师范可以减免学费。一路艰辛走出困境的刘宁，内心有个很强的动力，就是想证明女孩不比男孩差，女孩甚至比男孩还要优秀，以此来印证当年父母的选择是错的。

最重要的是，她把这种模式也带到了亲密关系中。在重男轻女家庭下长大的女孩，在婚姻中好像无意识进入了一种要与男人竞争的状态，她的自我价值就是要把男性比下去，才能证明自己作为女性也是有价值的。所以她对自己严格，也对女儿严格，这也影响了她和女儿的关系。尤其是，她看到女儿和丈夫比较亲的时候，这也激起了她想要和丈夫竞争的心理。

所以，才有了丈夫的那番感触——“无论我怎么管都是错”。她虽然在方方面面战胜了丈夫，却与丈夫越来越远。

夫妻关系一旦出现竞争，就会讲道理。为什么要说服对方？就是为了自己在竞争的关系里能够获得优势，通过战胜对方来获取自我价值。如果讲道理是为了证明对错，情感就会被道理淹没。家不是只讲对错的地方，婚姻更不是一种竞争的关系。

存在本身就是意义，而不是通过战胜对方的方式来获取自我价值感。刘宁需要去接受自己是女性的身份，接受女性和男性同样有价值，让重男轻女思想对自己的影响慢慢减少，这样才能帮助她解除家庭关系的危机。对于这个部分，刘宁还有很长的路要走，但至少她开始把注意力放在自己的身上了。

## 【微情感】

□李秀芹

入冬后，天气还不寒，但老伴儿沉不住气，要将院子里的石榴树包裹起来，以防天气突变被冻坏了。

今年刚栽种的石榴树幼苗，大半年蹿得比人高，老伴想搞“行为艺术”，打算把石榴树包裹成束腰葫芦形状，我找来不穿的旧衣服当瓢，又找来一块绿色的篷布当皮，用红绸子束腰，初试成功后，老伴打算细裹一次。我感慨，将树裹起来后，再拆开就是春暖花开。

老伴儿建议我，把当下的烦闷忧愁写到纸上，装进塑料袋里，塞进裹石榴树的旧衣服里，待明年开春拆开裹布后再看，保证那些烦恼都长出嫩绿芽儿，开朵小花出来也是有可能的。

我知道老伴儿这是揶揄我呢，我从小有爱记日记的习惯，旧时一大家人挤在逼仄空间，日记总会被姐姐们发现偷看，于是我将心事写在纸上，埋在我家的桐树下，有时去田里干活，也悄悄埋在地头，后来嘛，不是自己忘了地方就是被雪水浸湿，字体都模糊看不清了，连当初自己写下的啥事儿都记不得了，少年的烦恼就这样彻底消失。

到了青年时期，心事更多了，人也聪明了，将重要的事儿写到纸上，放进陶罐里，找个隐蔽的角落埋起来，待明年再刨出来看。当下解决不了的事情只能寄托于时间，很多事情，一年后再看，即便彼时天大的困难，那时再看也觉得云淡风轻，有些已经通过努力解决，有些虽然没有解决，但自己已经放下，或另辟蹊径，不再过多纠缠。

记得有一年，母亲想刨点儿

土做泥炉子，赶巧刨到了我藏日记的陶罐，好几户人家住在一个院子，母亲以为是谁家藏的宝贝，不敢自己打开，于是喊来院中邻居，挨个询问谁是陶罐主人，幸亏我在他们没打开前回家了，不然有人冒领或当众开罐，我那点儿心事和秘密就大白天下，成为大家饭桌上的谈资了。

这事让父亲知道后，特意给我做了一个带锁的小木匣，让我将重要的东西锁在里面，虽然那个小木匣非常粗糙，却是我第一个带锁的“日记本”，青春里好多故事和心事都锁在了里面。

小木匣我一直保存了很多年，后来的一天，我没事翻看日记，觉得过去的很多烦恼忧愁都是为赋新词强说愁，即便是真愁，隔着光阴再看，也觉得事情已经发生，总有一天会跨过去，当年何苦那么痛苦，真是没必要。

后来，忙于工作、家务，我再也没有那个闲情记日记了。现在回想起来，当年那些想方设法藏起来的日记，其实是一种排解烦恼的方式，将浓得化不开的心事写出来，写的过程中完成了负情绪释放，然后藏起来，隔段时间再看，其实是将烦闷收藏起来，寄给了未来，无形中给了自己期盼和希冀。

秋收冬藏，也适合心情。我接受老伴建议，人应该适当保留一点儿天真，我也让自己回归到年轻时节，将那些愁苦担忧写下来，裹进石榴树里，待来年拆开再看，一定不会有今日愁绪。这，便是时间送给自己的惊喜。

那天我和老伴儿裹了石榴树，裹了水管，也裹藏起沉淀三季的心事，让它们猫冬去吧。接下来的冬日里，我只需心向暖阳，轻松过冬，就是对时光最好的敬畏。

## 【心之路】

□刘亚华

一个朋友几年前因为工作上出了点失误，被批评了，年少气盛的他一气之下辞了职。其实那公司待遇不错，他如果坚持做下去，会有一个不错的前程，我们很为他的一时冲动惋惜，朋友事后也后悔轻率离职，后来找的工作都不如这家公司。朋友决定尝试自己创业，一番努力，竟然顺风顺水，创业成功了。

朋友常说，那次工作上的失误，看起来是坏事，实际上却是他人生转折的开始。如果不是那次失误，他可能还在原来的公司，待在舒适圈里按部就班地工作，不会像现在这样挑战了自己，开拓了新的事业。

因为心态拐了个弯，有些坏事，成了新起点的垫脚石。

还有一位朋友，刚考到驾照，买了新车，看图纸选车位时，觉得有个车位很安全，便马上买下。等到交付使用看到车位时，才发现这个车位非常狭窄，不方便出入，她需要好几把才能把车倒进去。本来就是新手司机，还碰上这样考验技术的车位，真是烦恼不已。

过了一段时间，我发现这位朋友的倒车技术竟然突飞猛进。本来胆小的她总是担心停车，现在只要有个空车位，她都能顺利地倒进去。我们感叹她的车技进步神速，她笑着说：“哎呀，我还得感谢那个车位，让我天天练习倒车，否则我哪能进步这么快？”

这位朋友，心态挺好，当年和男友都到了谈婚论嫁的地步，男友却突然宣称爱上了别人，她气愤极了，用了好长时间才接受新的感情。步入婚姻的她，发现老公才是最适合自己的人，细想前男友其实有各种各样的缺点，只是当初自己有个“恋爱脑”，看不清楚，如果和他长久地生活，肯定会发生更多矛盾，也就遇不到现在的老公。

因为心态拐了个弯，有些坏事，“逼”出了自己的潜能，让你找到更合适的机遇。塞翁失马，焉知非福。人生在世，难免会遇到不如意的事，懂得让心态拐个弯，换个角度看问题，换个方向去努力，有些坏事也能转变成好事。首先，我们要消除负面情绪带来的影响，满怀信心振作起来。其次，要对挫折和失意复盘总结，从中获得经验教训，并寻找新的起点和机会，开始新的尝试。当我们开始了新的生活，有了新的转变，再重新审视这些失意，会渐渐清醒和明白，这些失意也是一种“馈赠”，给了我们重新开始的机会和勇气，教会我们成长，让我们内心变得强大，去找寻更适合自己的伴侣、事业和机会，最终与幸福相逢。

一个人的自我功能一旦得到提升，他就会区分清楚自己遇到的客观事件和自己的主观情绪，他也不会一味地压制自己，在处理问题的时候会更加得当，更不至于等到忍无可忍的时候再去用极端的方式解决问题。



扫码下载齐鲁壹点  
找记者 上壹点

编辑:徐静 美编:颜莉