



孩子总用苦肉计 家长如何应对

□洛教融媒记者 何奕儒

“才说他两句，就扬言不活了，还自扇耳光，吓得我赶紧闭了嘴……”最近，网友“笑语”在本报家长群(QQ群号:478625402)倾诉的烦恼引发大家热议。不少家长表示，他们都有被孩子用“苦肉计”拿捏的经历。孩子们为啥这么做，遇到这种情况怎么办？过来人和专家给出建议。

1 被孩子花样拿捏 家长“愁死了”

笑语:这段时间，我算是被儿子“吃透”了，他动不动要死要活的样子，让我又气愤又害怕。上周老师打电话，说我儿子扰乱课堂纪律，让家长带回家反省。挂断电话，我刚说他两句，他就边哭边自扇耳光，说自己不争气不如死了……说完，还真去开窗户。我吓得闭了嘴，不仅不敢再说他，还赶紧安抚起来。孩子平静后，我又开始后悔，觉得这是他的惯用伎俩。之前，买玩具被我发现，他也是这样，可闹过后他就像没事人一样，下次该犯还会犯。唉，儿子现在是初一，刚进入青春期，我不敢和他硬碰硬，又觉得也不能无限妥协，愁死了！

风行:我家有个“同款”的，我儿子不仅会卖惨，还经常“先发制人”。前几天期中考试，他觉得自己没考好，一进门就“咚”地跪到了我面前，一把鼻涕一把泪哭诉，说自己考试失误，对不起我们……搞得我和爱人都不忍心批评他了。其实，我仔细想了想，他每次犯错，都会不等我们动手就哭着道歉——我明知道他的小心思，但就是狠不下心再骂他。

白云:孩子们都是戏精，咱们要学会用“魔法打败魔法”。我儿子三年级，最爱在老人面前撒泼、装可怜。上周六，因为不让他玩平板电脑，他哭喊“活着没意思”，还用头撞墙。他奶奶越劝他，他闹得越凶。我把他拉过来，“啪啪”给了两耳光，让他“再疯就从家里滚出去”，他立马乖了。小时候，我不给他买玩具，他就跪在地上哭，我坚决不理他。他看演戏不管用，爬起来乖乖跟我走了。

墨香:也别太刺激孩子，现在的娃都有个性，头脑一热真会办傻事。我儿子12岁了，一生气就要离家出走。不过，他不敢跑远，每次就在楼道里待一会儿就回家了。前几天吵架，他又闹着离家出走，他爸让他“有种别回来”，结果那晚孩子真没回来。我吓得魂飞魄散，找了一晚上，最后在他同学家找到了他。新闻里也经常报道孩子被家人批评而跳楼、跳桥的，我们还是慎重些吧！

2 不少孩子表示 出此下策是“被逼无奈”

用“苦肉计”拿捏家长，这样的孩子多吗？对此，本报记者走访多所中小学，约八成学生表示，曾对父母使用过“苦肉计”，但这个“奇招”不能常用，否则就会失效。不少孩子表示，他们出此下策是被逼无奈。

洛龙区初一学生瑞瑞:“苦肉计”苦的是谁？我也是有血有肉、有思想、活生生的一个人，但凡有其他办法，我又何苦用“苦肉计”，我不会疼、不会流血、不会伤心吗？我用“苦肉计”对付过我爸，这是因为我对他失去了信任。每次只要我考试失利，爸爸就会劈头盖脸骂我一顿，根本不听我解释。每次他骂完，我都会难过很久，彻夜失眠，不断否定自己。为了不再被他骂，我只能通过“寻死觅活”来让他少说两句。

瀍河区初二学生涛涛:那次我“跳楼”是因为被我妈逼崩溃了，只能用这个办法要挟她。升入初二后，学习压力骤增，可我妈依然给我加码，报了五六个兴趣班。我想要减负，她却“技多不压身”；我每天只能睡六个小时，上课都没有精神，她却说我成绩不好是不用心。有一次，我实在绷不住了，吵着要跳楼，她才给我停了三个兴趣班。

涧西区六年级学生妮妮:如果

3 孩子屡用“苦肉计” 是亲子沟通出了问题

景华实验初中心理健康教育老师郭方方:孩子用卖惨的方式换取宽恕或利益，遇到这种情况，家长不能只觉得这是他们拿捏自己的手段，要从根源找起。孩子屡屡使用“苦肉计”，其实是亲子沟通出了问题——正常的说话，已经解决不了彼此的矛盾了，所以一方才使用了极端手段。

如果孩子经常这样做，建议家长找机会好好和孩子聊聊，看他们是因为怕父母生气，还是渴望得到关注，或是不愿接受某种规则等。若孩子敞开心扉告诉家长原因，家



中考在即 儿子不想上学了

□洛教融媒记者 姬明星

七里香:儿子最近又说不上学了，都初三的孩子了，马上就要中考了，他却这样跟我闹，真是愁死了。

洛教融媒记者:孩子为啥不想上学，是压力大，还是其他原因？

七里香:可能是学习强度大了一点儿，儿子以前学习不错，上了初三后，成绩出现了波动，因为“三天一小考五天一大考”的，孩子每次看到排名都很焦虑，我也着急上火，怕他退步进不了心仪的高中，又怕给他太大压力，他无法消化。

洛教融媒记者:初三学习确实比较紧张，您试试开解一下孩子？

七里香:开解他？谁的初三不是这样，其他孩子压力大也没有说不上学呀！孩子的爸爸经常出差，他的生活和学习主要由我负责，而他一直在退步。他不想想如何提高成绩，反而只想着逃避，这咋能行？为了他的学习，我都焦虑了，整夜整夜失眠……

洛教融媒记者:家长的焦虑很容易影响到孩子。我们帮您约了专家，听听她怎么说。

洛阳新教育心理健康中心二级心理咨询师张素霞:初三学业重，成绩的好坏是很多因素造成的，天赋、环境、信息整合能力、专注力、人际关系、韧性等都影响，不能仅仅归结是否努力，如果孩子在学校有学业压力，回家有母亲的焦虑压力，这个孩子就很容易出问题。

从表述中可以看出，这名家长托不住孩子的情绪。在孩子压力大时，她不仅没有安慰，反而制造焦虑，放大问题，最终导致焦虑情绪互相感染，让事情一发不可收拾。目前，建议她先平复自己的情绪，然后和孩子心平气和地沟通，只有这样才能重建信任，找到孩子不愿上学的真正原因。

如果家长撬不开孩子的心房，可求助学校班主任或专业的心理老师进行咨询。同时，建议初三学生家长，若发现孩子压力大，休息日可以带孩子参加户外活动，通过慢走、游泳、跑步等方式，让孩子在运动中释放压力，从而缓解焦虑情绪。

爸妈能好好听我说心里话，我根本不会使用“苦肉计”。我家条件不差，但我爸很抠，我书包、文具袋都破了，他也不舍得给我买新的。同学调侃我是“捡破烂的”，我想换个新书包却被爸爸说虚荣。没办法，我只能对爸爸“一哭二闹”，但每次闹后，我内心充满了罪恶感。

孟津区高一学生言言:我用过“苦肉计”，但不是为了拿捏家长。学习压力大时，我偶尔会用头撞墙、撞桌角。疼痛感会让我减轻压力，消除考试失误的罪恶感。我曾给爸妈说过自己的压力，但没人理解我。我很好强，不想“躺平”，当成绩退步时，我就用这种方法解压，让自己变清醒。

长要表示理解，并趁机重新赢得孩子的信任。此外，对于习惯用暴力方式进行发泄的孩子，家长除了多关注，提供情绪支持，在他们比较激动时，可以带他们到发泄室或找心理老师进行干预。

涧西实验小学校长荣誉:不管孩子是不是为了拿捏家长，面对孩子的过激行为，我都建议家长立刻停止刺激，并暂时用妥协的方式安抚孩子，让他逐渐平复心情。但是，这里的“妥协”不等于听之任之，而是等他平复下来后，再解决问题——该批评要批评，该解释就解释，让孩子知道，解决问题才是最好的办法，而不是用“苦肉计”逃避现实。

夏日清凉:我儿子是“二皮脸”，经常对我“一哭二闹三上吊”。后来，他只要耍赖，我就先哄他去散步，外面人多，他不好意思“表演”。等他冷静下来，我就把他的问题以及建议，罗列在纸上。因为有理有据，他也百口莫辩。随后，我会告诉他解决办法，如果改好了，我会奖励他；如果改不好，他也无话可说，乖乖挨批。自从沟通顺畅后，他用“苦肉计”的次数明显减少了。

绘图 吴芳



●洛阳高招帮帮团
QQ群号:521345851
●洛阳中招帮帮团
QQ群号:438266522
●洛阳小升初帮帮团
QQ群号:478625402