



绘图 吴芳

# 我为儿子殚精竭虑 他却选择躺平

## ● 倾诉人:

茉(化名)女 43岁

## ● 采访人:

洛报融媒记者 闫卫利

茉眉头紧皱,言语中充满了焦虑、无奈和失落。她想不明白,眼看剩几个月就该中考了,儿子为什么不加把劲儿好好学习,却整天沉溺游戏不可自拔?问题出在哪里?

## 1 儿子沉溺游戏 不可自拔

儿子今年上初三,明年就要参加中考了,他的成绩虽然不算多好,但若抓住剩下几个月时间好好复习,考个差不多的高中应该不是问题的。

我和他爸轮番上阵劝说,可他我行我素,周末回来书不看一眼,饭也没心思吃,整天抱着手机玩游戏。该返校了,我三遍五遍地催,他才极不情愿地丢下手机,蔫蔫地背起书包去上学。他头耷拉着,眼睛眯着,脚沉得抬不起来,那样子简直像要睡着了一样,跟玩游戏时简直判若两人。

不管啥状态,只要他进了学校,我就松了一口气。可是,他的班主任打来电话问我:“你家孩子怎么回事啊?上课一直睡觉……”我的心又缩成了一团。儿子周末回家,我质问他:“为什么在课堂上睡觉?你再这样颓废下去,就完了!”他很不屑地瞥我一眼就进屋了。

我想,到了这个节骨眼上,不能再让他玩手机,退一步讲,即使玩,一次最多不能超过半个小时,我得看严点儿。

## 2 儿子说手机就是他的命

我告诉儿子,以后每天只能玩半个小时手机,其他时间要么学习,要么休息。他顶撞我说:“为什么要学习?我学一门技术养活自己不行吗?”我斥责他:“你爸你妈好歹都是大学生,你不说青出于蓝而胜于蓝,至少不能比我们差吧?”他不吭声。我说:“报个辅导班吧,把你弱的学科补一补!”他梗着脖子说:“不报!谁报谁去上!”我气得把枕头摔到沙发上,他却理都不理我,扭身进屋,砰的一声把门关上了。

我在他的手机上安装了一个软件,能查看他玩手机的时间。这一查不要紧,我发现儿子晚上根本没睡觉,竟然玩了一夜游戏!

我下定决心严管他,不信治不了他!我和老公钳子、螺丝刀一起上,把儿子房间的门锁卸了。儿子发现后大发脾气,但也没辙。晚上,我蹑手蹑脚地走到他屋门前,猛一下推开门,他正钻在被窝里打游戏,被我逮个正着。我夺过手机,斥责他:“你这一天玩了多长时间手机,以为我不知道?你在骗谁呢?考不上高中,你就去要饭吧!”

儿子从最初的慌乱不安到对我大吼:“手机就是我的命,你要不给我,我就去死!”看他情绪那么激动,我和他爸怕他想不开,只好把手机摔给他。

儿子从上初中起就开始寄宿。他让我们给他买手机,我们不答应,他就用自己攒的压岁钱买手机,先后被老师没收了三部手机,可他还是从每月的生活费中省下钱买手机,还给游戏充值,这让我既心疼又生气。

## 3 我快被儿子逼疯了

一次,我翻看了儿子的日记,他在日记中写道:“我活得很痛苦,该上学了,想到在学校没朋友,还有学习压力,就不想去上学;该回家过周末了,一想到爸妈不停地要求我学习、学习、学习,又不想回家,真想一死了之!”我想缓和与儿子的关系,要带他去旅游,他不去;让他跟我出去散步,他也不去。他拿着手机跑到他奶奶家玩儿,到该返校了才回来。

我很后悔在儿子小的时候把他送到奶奶家,没有好好教育儿子。我和老公一个是公务员一个是医生,都很忙。儿子出生后,我俩顾不上管他,就让他跟爷爷奶奶一起生活,我们只在周末去看他。儿子到了该上小学的年龄,因为他爷爷奶奶家附近有一所知名度较高的小学,为了让儿子接受更好的教育,我们没有接他回来,他依然和爷爷奶奶住在一起。

儿子跟我们在一起的时间有限,为了补偿他,每次去看他,我都给他买一大兜东西,还带他去吃大餐,他要什么我都尽量满足他。我最不放心的是他的学习,既然我们没时间辅导他,就给他报辅导班,之前他虽然不情愿,但都点头答应了。每次见面,我都反复叮嘱他要好好学习,可是他一直成绩平平。

如今,到了升学的关键时刻,他却躺平了,整天抱着手机玩儿。我觉得我太失败了,怎么努力都无法让儿子振作起来,我快被他逼疯了!

## 剖析

晚报公益  
心理咨询师  
闫卫利



不少家长最关注的莫过于孩子的学习,他们跟孩子交流总是三句话不离学习,不断强调学习的重要性,孩子的学习稍有退步就逼孩子报辅导班,若孩子拿起手机玩游戏就更如临大敌。

这样的家长被焦虑裹挟,试图以打骂、惩罚、羞辱等过度入侵等手段,把孩子按照自己的想法进行强制性改造。

不可否认,这些家长很爱自己的孩子,目标指向是好的,希望孩子成长得更好,但由于家长的这些行为不尊重孩子,不顺应孩子的身心发育特点,不合乎人性,实际上是无效教育,甚至是一种破坏。

决定一个孩子未来高度和幸福程度的从来都不只是物质条件,而是父母用心的陪伴。一个没有被父母用心陪伴的孩子,就像一辆缺油的车,缺乏内驱力。那些只关注孩子成绩的家长,无疑就是只想让车跑却不给车加油的人,本末倒置。

那些厌学、“手机控”的孩子在现实生活中找不到温暖和支持,不得不在网络中寻求,他们正是在用他们的行为呼唤家长的爱和关心。

建议这些焦虑的家长,首先要搞清楚考试成绩对孩子的真正意义——拥有生存本领,解决生存问题。如果孩子没上高中,上不了大学,他就没有出路了吗?学一门技术,能够自立于社会,难道这样的人生就没有意义?

其次,家长要弄清学习是孩子的事,谁的事就让谁做主。家长过度干涉,是为了孩子,还是为了满足自己的需求?

再次,角色互换,家长把自己放到孩子的位置上,感受孩子所处的环境、体会孩子的感受,可能就明白孩子为什么会处处跟家长对着干了。

最后,家长教育孩子时,一定要情感在前约束在后。家长只有和孩子建立起深厚的情感连接,孩子才会发自内心地相信爸爸妈妈永远爱我、需要我,才会拥有健康的身心,活力满满地迎接一切挑战。



扫码免费咨询

您来诉说,我来倾听。您有苦恼,我来排解。无论您遇到恋爱、婚姻方面的困惑,还是产生亲情、友情、职场、社交等方面的焦虑,抑或是您的父母、子女、亲友等心有纠结,晚报公益心理咨询师都愿意倾听您诉说,和您一起面对!

联系电话:15137956968(微信同号)