家庭教育 · 成长改变类栏目

慧妈手记

“牛蛙、鸡娃、青蛙”，你家孩子是哪种“娃”

作者简介 >>
文静然 二级作家
主要作品有《花过无影》《九畹》等，副编审，“湖南省书报刊编校质量检测认定专家委员会”专家。

话说不懂几句网络用语就没法和人愉快地聊天，还真是这样。

睡前和朋友微信，说娃的事，正常不过的交谈，她忽地丢来这么一句：欲练“牛蛙”，必先自“鸡”。

啥？啥？啥？

一连串的问号后，那端回复了一个睡觉的表情，不用说，天就这样给我聊死了。默默地，我打开了百度，下面是我根据度娘的提示总结归纳的一组教育暗语。

①牛蛙。即牛娃，很牛的娃。奥数很牛的叫“奥牛”，英文很牛能看原版著作的叫“英牛”，而两项兼具的叫“英奥混血牛”，等等。

②鸡娃。一种教育方式，意为给娃“打鸡血”，父母通过安排各种培训让娃始终保持学习和拼搏的饱满状态。要给娃“打鸡血”，父母当先给自己“打鸡血”；要想培育出“鸡娃”，父母当先“自鸡”。

③青蛙。指普通“娃”，也叫普娃。

……

开眼了！开眼了！

以致睡不着。奋力闭上眼睛，脑子里全是鸡啊蛙啊牛啊，并同时与一条狗发生链接。

心理学有一项经典实验，一条狗，将它关在笼子里，打开蜂音器并电击之，狗狂吠加转圈加以身体撞击笼门，各种反抗。多次实验后，当蜂音器再次响起，狗本能地倒地呻吟、颤抖……而这一次，笼门是打开的，狗可以跑。变主动逃避为绝望的等待——心理学称之为“习得性无助”。

“习得性无助”即习惯了失败的一种心理状态及反应。心理学家认为，习得性无助感起于童年，因为儿童的认知是具体的、他控的。网上看到许多的“鸡娃”“牛蛙”，且低龄得让人瞠目。别人家的孩子都那样了，咱家的孩子怎么还这样？于是，学奥数，学英语，学大语文，学钢琴，学围棋，学书法，学美术，学舞蹈……反正别人家的娃学什么，咱家的娃就学什么。“有一种冷，叫奶奶觉得你很冷；有一种热，叫妈妈觉得你很热。”如同穿衣戴帽，冷暖自知，可你非要代替我感知，我亦无力反抗，好吧！随你吧！有一种学习，叫爸爸妈妈觉得你应该学习。

一亲戚的孩子学钢琴，四岁开始，至八岁，每天都在学都在弹，可就是没弹出什么像样的曲子，直到没有老师愿意教她。有一天我们一起吃饭，孩子妈妈一把鼻涕一把泪地说：“她一直在敷衍，一开始是敷衍我们，时间一长，她连自己也敷衍了。而且我发现，敷衍成为她的惯性，做什么事情都很敷衍。”这就是典型的“习得性无助”。

反观我对儿子的教育，我陷入了苦恼。儿子开始学书法，也是每天都在学都在写，可是……“他不想好好练习基本功。”老师这样告诉我。所谓基本功即持笔功，他每天需要用手背将两只毛笔平举过头顶二十分钟，然后再执笔画圈以锻炼手腕的灵活性。儿子却只想写大字，关于练习基本功的重要意义，他是懂的，可他还是只想写大字。

我终止了儿子的书法学习。

或者有人会说，继续学，总能学到一些，哪怕只是培养一点沉着镇静的习惯也是好的。真的可以吗？就说那个学钢琴的孩子，其父母并不指望她搞专业，不过培养一些气质。然而，你可以不搞专业，但你必须有对专业的敬畏；你想通过某专业培养气质，那么你就必须涵泳优游。否则，你所有看似努力的付出只会次第增加你的焦虑和恐惧，这一渐变过程，即“习得性无助”感的形成过程。患有这种心理疾病的人通常有两种表象：一、无所谓，你们要我干吗就干吗；二、有所谓，从而把主要精力放在维持自己在别人眼中所谓的“自尊”和“身份”上。总而言之，因为失败的经历以及别人消极的评价，他们认定自己永远是一个失败者，无论怎样努力也不会取得成功，因而通过一系列消极或貌似积极的行为彻底地表现自己的无助。

恕我又一次将所谓“鸡娃”“牛蛙”与心理学实验的那条狗链接在一起。为人父母，自然是光鲜神圣的，可殊不知，我们正在拿自己的孩子一次一次地做实验。学学学，究竟学什么不学什么？什么时候开始学？怎么学？请不要把我们的孩子一次又一次地送进实验室。

经典儿童文学《小王子》有一句很经典的话：“如果你想要别人造一艘船，不要教他如何收集木头，不要指挥他做这个做那个，你只要引导他如何渴望大海就够了。”儿子，我不要求你学习书法，如果有一天，你想遨游大海而视那一只狼毫为浆，你再告诉我。

家庭教育 · 咨询互动类栏目

辣妈研习院

王建平博士家庭教育

编者按

相信对于每一位妈妈来说，有了孩子之后的日子，总是一半甜蜜、一半烦恼。甜蜜于孩子成长每一天所带来的欣喜，烦恼于孩子成长路上层出不穷的难题。今日女报“辣妈联萌”版特开辟《辣妈研习院》栏目。邀请资深亲子专家来为爸爸妈妈们解答育儿中的烦恼和难题。

欢迎关注凤网辣妈联萌微信公众号（ID 搜索 fengonemama 或扫描上面二维码），给我们留言、投稿和交流，让我们一起在育儿的路上升级打怪……

孩子提不合理要求，不满足就伤害自己，咋办

倾诉：予之妈妈

老师好，我儿子今年 12 岁，自从喜欢上一种收集汽车模型的游戏后，他不停地找我要钱买各种汽车模型，而且这种模型还挺贵，目前为止差不多花了有 2 万多块钱了。一开始，我是想着玩这个比沉迷手机游戏好，也有益智和收藏价值，所以也还支持他。但我发现他渐渐变得有点欲罢不能了，这两天他又找我要钱买某个什么配件，一开口就是好几千，我一听就急了，这是无底洞啊，就直接拒绝了。

第一次被我拒绝他当然不开心。我就跟他解释玩什么千万别沉迷，而且这个开支也比较大，爸爸妈妈能力也有限。没想到他怎么都不听，还跟我发脾气，甚至故意把自己的手指弄伤。

现在，他除了对这个汽车模型游戏感兴趣外，对其他都提不起兴趣，学习也只是应付，我该怎么管教他才好呀？

管教“熊孩子”，先读懂他的内心密码

孩子提不合理的要求，怎么办？我的建议是，家长要坚持原则，不合理的要求我们就是不能满足。有些家长会说，可是孩子又哭又闹很烦呀！那我建议您简明扼要地跟他讲清楚为什么不能满足的道理后，不管他怎么样又吵又闹，都要态度温和而坚决地拒绝。有的家长是一遇到孩子一吵一闹，自己就控制不住发脾气了，家长脾气暴躁又没有自控能力的话，你的孩子怎能不任性呢？

孩子其实是很善于察言观色的，他会通过对大人言行的观察来判断他实现这个要求的可能性有多大。所以，在这个过程中，家长一定要保持平静，坚持原则。如果你因为他的哭闹不堪其扰，轻易妥协，以后孩子还会有更多无理的要求；如果你火冒三丈的话，铁定就处理不好这件事了。

如何能在哭闹不止的孩子面前保持平静呢？这就要家长多学习一些育儿心理学方面的知识了，学会了解孩子，读懂孩子的内心。

像 12 岁的予之，因为妈妈不满足他的要求就实施这种自我伤害的行为，从心理学角度分析有两种可能：一是父母用类似的方式解决问题或者发泄情绪。二是这个孩子的个性特征，属于自我指向型的。所以，父母自己先觉察一下是否有这些因素存在。如果是父母的问题，父母自己做好调整；如果是孩子的个性特征，那么首先是接纳孩子，千万不要想着孩子是不是以此方式威胁自己。孩子之所以会这样做，无非还是想获得父母对他的关注。

亲子专家：王建平博士

在那时，妈妈可以尝试着观察孩子的表情、眼神、语气等，尝试着感受孩子当时的状态。先理解孩子“失控”行为背后的原因，然后再做出引导。比如，像予之妈妈就可以先肯定予之喜欢收藏汽车模型游戏积极意义的一方面，然后再跟他解释，为什么爸爸妈妈在现阶段不能完全满足你。或者，尝试和孩子商量制订一项协议，比如，在完成学业上的某个小目标后，作为奖励爸爸妈妈可以满足你一定的要求，但不能是无条件的满足。通过这样的方式，既消解了孩子的负面情绪，同时建立起规则。总而言之，家长先要以身作则，做好孩子的榜样，处事的方式要客观理性，这样孩子才不会任性而为。