

编者按



生活中，你和孩子斗智斗勇过吗？家长绞尽脑汁想让孩子听话、懂事，希望他成为自己心目中“完美”的孩子，但有的时候并不如愿。父母之爱子，则为计深远。为什么我们很爱孩子，孩子却离我们越来越远？

今日女报/凤凰网全媒体专栏《辣妈研习院》全新升级。每周一期，聚焦网络热点亲子教育话题，特邀亲子专家细致剖析孩子的成长问题，缓解育儿焦虑，助你用智慧和爱陪伴孩子成长。

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



亲子专家 王建平博士

小朋友也会有自己的烦恼

当看到孩子有异常行为时，怎么办？

“原来活泼开朗的孩子，忽然变得不爱说了。孩子难道还会有什么难言的烦恼吗？”近日，微博上一位妈妈的留言，引起了一些有同样困惑家长的关注。有家长说，孩子以前总喜欢和家长分享学校里发生的事情，最近却不爱说了，人也变得沉默寡言。还有些家长说，孩子这阵子频繁做噩梦，总是在梦里哭醒……

儿童成长过程中出现一些问题是不可避免的，但是当孩子出现突发性不安、失眠，抗拒学校，不自觉地哭泣等说不上原因的异常行为举止时，需要父母和学校引起重视，进行必要的干预，因为，这也许是孩子向你在发出信号。

孩子异常行为背后的四种目的，家长一定要知道

我一直都说孩子的心思你要懂。孩子虽然心思简单，但一旦出现反常行为，一定是遇到了自己解决不了的事情，或是借此行为希望能引起大人的关注。比如，我曾经遇到一个带着孩子来找我咨询的家长。她说，从幼儿园老师那里得知，女儿在幼儿园一直咬衣服，把衣服都咬湿了。之后几天又陆续发生了无故踹别人的自行车、打妹妹等反常的行为。一开始，家长只是呵斥女儿不要调皮捣乱，可孩子依然如故，让家长烦不胜烦。后来，我和孩子耐心沟通后才得知，原来，孩子在幼儿园没有得到小红花，觉得被老师忽视了，就故意用“捣乱”的反常行为引起家长的关注。

儿童心理学家鲁道夫·德瑞克斯提到过孩子异常行为背后一般有四种目的，分别是：获得注意、争取权利、报复和自暴自弃。

比如，对于那些时常寻求关注的孩子来说，对爱与关注的渴求是非常强烈的，像个饥饿的孩子，不断跟你讨爱、讨关注。研究证明，90%的孩子首次的不良行为是为了寻求成人的关注，比如爱表现、爱哭等。父母如果一味呵斥，会强化这种行为。再比如，喜欢权力斗

争的孩子，时常像个斗牛士一般，会让父母感觉自己被威胁，在沟通过程中，越来越生气。因为孩子跟你一样，想要拿回主导权，导致家长陷入跟孩子“争输赢”的错误循环中。寻求报复的孩子常认为自己是不被爱、不被注意的，只有伤害别人才会被看重，而当他被父母训斥时，会以更激烈的情绪反抗父母。爱自暴自弃的孩子，通常是受到了多次打击，面对困难时他总是表现出无能或放弃，对孩子来说，最大的好处，就是自己可以不用去面对挑战与困难，更不用去面对那个什么都做不到的自己。因此，孩子各式各样，在家长看来很糟糕的行为，都是他用来满足自己主观上的一些需求或是目标的方式。

所以，当孩子出现抗拒上学、无缘由哭闹等异常行为时，无论是父母还是老师，都要加强警惕，不要等孩子的行为失控到不可收拾时才引起重视。平时要多观察孩子的行为，多关注孩子，及时了解孩子出现这些问题行为背后的深层次原因，通过跟孩子的沟通，循序渐进地找到解决问题的办法。在沟通中也不要急于求成，用心取得孩子的信任，才能让孩子打开心扉。

家庭教育·成长改变类栏目

慧妈手记

三个孩子的职场精英妈妈，她的力量从哪来

拥有三个孩子的职场妈妈，是个怎样的形象？

“妈味”十足、蓬头垢面、被工作和家庭弄得筋疲力尽……但三孩妈妈李一诺似乎有点颠覆了这种惯常的认知。作为清华学霸、麦肯锡前全球合伙人、一土教育联合创始人，她是令人啧啧称羡的职场精英。但在李一诺看来，她还有一个更为重要的身份：三个孩子的母亲。

很多人将李一诺视为人生赢家、职场女神，甚至冠以“超人”的称号。她的力量从哪里来？我们一起去寻找答案。

1 30岁时，高龄又高薪的李一诺，是不敢当妈妈的。“我那时觉得，一旦人成了妈妈，生活就丧失了风度。身材走样不说，还会丧失自我，谈论的都是‘尿尿屁’，周末都是陪孩子干些看似很无趣的事情，聊的都是上学、辅导班、竞争，听着都累……养孩子需要钱，还要考虑赡养父母，养娃的优先级肯定得往后排。”李一诺在她的新书《力量从哪里来》当中提到她不做妈妈的理由似乎很充分。

此外，学生物出身的她对世界的前景很悲观，“我是生物专业的，知道人有多少病痛，能健全、健康就是一件中大奖的事……为什么生个孩子，让他来世上遭罪呢？”

可她为什么又决定做妈妈了呢？

“我和一个朋友聊天，他有一对双胞胎儿子。我说到我对世界的悲观理论，他说：‘你有没有想过，也许你的孩子能改变这个世界呢？’”

这番话，让李一诺对未来的预期发生了变化，从悲观视角变成乐观视角，觉得孩子有可能去改变这个世界，也让世界变得更美好。还有一个朋友对她说：“有孩子以后，你才真正觉得有了自己的家庭。”

这句话也触动了李一诺的心弦，甚至想到，未来有一天可以含饴弄孙，她对未出生的孩子，有了幸福的预期。于是，33岁的李一诺分别在2010年、2012年、2014年生下三个聪明可爱的孩子，成为了

妈妈。

2 初为人母，她又是企业高管，职场妈妈的狼狈和尴尬她是有经历的。当时她在麦肯锡做项目经理，满世界飞，住五星级酒店，出入各企业高层办公室。李一诺觉得自己能搞定客户，一定也能搞定孩子。然而，儿子出生才2个月，她就崩溃了。第一次带孩子到医院做例行检查，只是出门就折腾了一个小时：刚准备开门，孩子吐奶把衣服都弄湿；等衣服换好，儿子又拉了；等尿布换好，孩子又饿得哭起来了……

等上班后，李一诺才发现，真正的挑战刚开始，光是要坚持母乳喂养，就很不容易。

时间一到，李一诺就偷偷溜到隔壁办公室，从包包里拿出吸奶器、耳机，一边打电话一边吸奶。结果，奶还没吸完，办公室主人回来了。在他推开门的一瞬间，两个人都愣住了，李一诺只得尴尬地笑笑，然后继续吸奶、打电话。

孩子的到来，让李一诺意识到，自己无法像白天鹅一样优雅平衡地生活。只能像醉鬼一样，歪歪扭扭往前走，“保证不倒的同时，去享受这个过程”。

如何解决这个问题，李一诺说到了两个小方法。一是少焦虑。她说其实很多事是自己焦虑出来的，多做一点、少想一点，或许就能减少不必要的焦虑。二就是请家人帮忙+购买服务。家里有人帮忙是大福气，另外一些事情，花钱请人帮忙也能解决大问题。

3 然而等到孩子大了，没时间陪伴又成了另外一个大问题。

李一诺的解决办法，是将一周的时间规划好，提前设计时间，分别对待。她的时间观念很强，因此规划出了陪伴和教育孩子省时又高效的几大法宝。

第一个法宝是做“游戏”，让孩子愉快接受。为了让孩子按时刷牙，她扮成刷牙机器人，让孩子指挥她，在欢笑声中刷牙；和孩子外出散步，她扮

成蒙眼人，孩子一路上不蛮横、不求抱，有责任心地牵着她的手回家。她说，虽然有时给孩子讲道理、生拉硬拽、恐吓能奏效，但会耽误更多时间，大家的心情都不愉快。

第二个法宝：用“心”和孩子在一起。有一段时间，儿子鲁迪上厕所害怕，希望李一诺能陪着他。起先，她和他讲道理：“你长大了，不需要妈妈陪了。”事后，她用心琢磨孩子的言行，转念一想，孩子害怕独处是需要心理上的安抚。也就几分钟的事情，耽误不了什么事。于是，她边陪伴边说笑。几天后，鲁迪就不需要妈妈陪着上厕所了。

很多妈妈在育儿中因为爸爸的缺位，都烦恼过的“丧偶式育儿”“诈尸式育儿”，李一诺坦言她家的情况也好不了多少。不过，她很早就想清楚，男人由于没有怀孕生子的生理历程，很难有潜力大幅度成长，所以要降低对老公的要求，“不如就当找了个爱孩子的男朋友”。

她说：“我对好老公的要求：第一，理解我支持我；第二，在关于孩子的问题上我指哪他打哪；第三，大事情上拿主意，是我商量的伴儿。”

于是她降低预期，愿意放放手，把孩子好玩的时间让给“孩子他爸”。

有一次，李一诺感冒不舒服，很想躺床上休息一会，但三个孩子就要缠着跟她玩。当时，李一诺看了丈夫一眼，他立马就从柜子里翻出了所有的袜子，“孩子们，我们来打仗吧！”不一会儿，丈夫就跟孩子们玩嗨了，把袜子扔得到处都是。但李一诺也不介意，只是抓紧时间卧室眯了一小时，“那一小时真的很幸福”。但她还是觉得，妈妈们得给爸爸成长的空间，不要所有事情都大包大揽。

越来越多的现代女性追求事业与家庭的兼顾和平衡。愿李一诺养娃的经历，能激励更多职场女性爱事业、爱家庭。爱，使我们的人生更精彩。

慧妈简介 >>



黄焕君

湖南省报告文学学会会员，微信公众号“君悦写作”主理人，一个喜欢夸儿子能干的妈妈。