

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，则为之计深远。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

“娃面对竞争畏缩不前，该不该‘推一把’？”

“不要强迫孩子做不愿做的事。”相信很多家长都从育儿书里读到过这样的话，这也是提醒家长，要尊重孩子的天性和个性，不要强迫他们去做不愿意的事。毕竟靠“逼”只能适得其反，严重时还会引发孩子的反抗和叛逆，破坏亲子关系。但是，当孩子慢慢长大、开始进入集体，表现出不想要争取什么，或者面对竞争表现得畏缩不前时，要不要“逼”一下，或“推”一把呢？

孩子畏首畏尾？他心里藏着“约拿情结”

科学育儿最忌讳的就是教条式的育儿，不强迫孩子做不愿意做的事，当然是没问题的，因为兴趣才是最好的老师，但这并不意味着，当孩子在过程中遇到困难就畏缩不前，或者缺乏上进心、无欲无求的时候，也“遵循”孩子的意愿，听之任之。这样做，或许会让孩子逐渐丧失进取心，成为一个“佛系”的孩子。

其实，大多数孩子的心里都深藏着“约拿情结”。什么是“约拿情结”？著名心理学家马斯洛认为，大多数的普通人在实现自我价值的道路上，都会怀揣着一种既渴望成功，又害怕失败的心理，这种纠结的心理与圣经中约拿的故事十分相似，故得名“约拿情结”。说到底，“约拿情结”就是一种内心深层次的恐惧感。这种恐惧感往往会破坏一个人的正常能力，妨碍人的潜能的发挥。孩子在小时候，因为不成熟，心中容易产生“我不行”“我办不到”等消极的念头。所以，一旦我们发现孩子表现出想要争取什么，或者面对竞争表现得畏缩不前但又没有明确表示要放弃时，家长不要犹豫，该推一定要推！

但怎么“推”，推到什么程度，至关重要。只是轻飘飘说一句“加油，你一定可以的”，可能完全没用，但“用力过猛”也会适得其反，这时候需要我们根据孩子的实际情况做出合理

的举动。

除了程度上的区别，不同的孩子在不同情况下，推的着力点也很不一样。因为每个孩子在特定阶段想要实现的目标是不一样的，这跟他们的自我评价标准息息相关。有的孩子本身自我评价比较高，会表现得比较有“野心”，他们会更渴望直接获得成功。这时候就需要我们帮助他评估自身能力，分析需要面对的风险。比如开学了班上要竞选班长，如果孩子确实有这个实力和愿望，我们就鼓励他、给予支持，一起争取实现；如果孩子差得还比较远，我们也不是说要劝他放弃，而是帮他分析可能失败的风险，再去鼓励和帮助。

心理学理论证明，当人通过努力实现了更高一级的目标时，便会感到心理得到补偿，觉得自己“完美”了，这种感觉会让他一直渴望进步。这也是激发孩子内驱力最好的方式，家长要做的，是在每个关键节点助推，耐心帮孩子经历这个成长的过程。

那些不断进取的孩子从来都不是天生的，更离不开父母的激发。父母作为最懂孩子的人，在幼年和少年时期对他的助推，影响着他人生的每一步。

家庭教育·成长改变类栏目

慧妈手记

So easy? 点读机女孩保研成功的秘密

“哪里不会点哪里，so easy，妈妈再也不用担心我的学习了。”还记得这条耳熟能详的点读机广告吗？

广告中那个身穿粉色裙子、笑容清纯甜美的女孩——高君雨，也被人们称为“点读机女孩”。

9月28日，高君雨成功保研中国传媒大学的消息攀上热搜，真是明明可以靠颜值却偏偏靠才华说话。年少成名，却并未在名利的光环中迷失，高君雨的成长之路有什么样的故事值得分享呢？

源于偶遇，恒于喜欢

2001年，高君雨出生在广州的一个普通家庭。无论是颜值还是情商，高君雨都是一个自带星光的天使宝宝，4岁时在幼儿园被导演选中，拍摄了一条牙膏广告。

拍点读机广告时，8岁的高君雨已是圈内小有名气的童星。随着那句经典广告语的家喻户晓，“点读机女孩”替代“高君雨”成为她的标签，出镜的机会越来越频繁。

到上初中前，高君雨已经拍摄了300多条广告，算下来几乎是每周拍一条，频率相当高，还与蒋雯丽、倪萍等著名演员拍过电影，而她并没有因此影响学业。中考时，她的七科总成绩为727分，考入广州名校执信中学；高考时她以总成绩568分、超过本科线113分被中国传媒大学录取。

高君雨是怎么做到的？

高妈妈说：“广告是永远都拍不完的，一开始我们做了一些把控，学生还是应该回到学生的本职，她的成长需要学校的氛围。”

因此，高君雨基本上只拍广告，一两天的时间足够完成，与学习上的冲突不很明显。并且，高君雨时常会把作业带去广告拍摄现场，见缝插针地完成作业。

高君雨偶尔参演影视剧，拍摄时间都会牢牢卡在寒暑假，这是高妈妈定下的“铁律”。

不把女儿当摇钱树，不让女儿过早掉入名利的陷阱，高君雨父母的“拎得清”和“看得远”保证了高君雨成为“童星”后，身心也能健康发展。

尊重、陪伴滋养出高光学霸

有了童星光环的笼罩，意味着高君雨的学习生活要比大多数孩子忙碌。

高妈妈直言：“虽然那句so easy的广告让很多人印象深刻，但成长道路上不可能一直都是so easy的。”

高君雨参加各种活动时，妈妈或者姥姥经常陪伴在身边。

在平时，家人则不会过多地干涉高君雨的学习和生活，也不会帮她“哪里不会点哪里”。

在高妈妈看来，最重要的教育，不是管好孩子的吃喝拉撒就好了，而是在她的重要节点上起到引导作用，让她形成习惯。

当母女俩意见不统一的时候，高妈妈会用笔记来与高君雨进行沟通，这样既可以通过文字把语气弱化下来，也让高君雨感受到充分的尊重和关注。

心理学上有个名词叫“霍桑效应”，它告诉我们：

当人们意识到自己真正被关注时，便会刻意改变自己的一些行为。

其实，每个孩子都渴望被关注、被倾听。只有家长把“听”的意愿表达出来，孩子们才会开口“说”。有了充分沟通，亲子之间才能构建起爱的联系，有了爱，教育自然水到渠成。

2015年，高君雨正在读初二，网络上流传出一篇名为《点读机女孩2015年高考成绩出来了，才考了403，连本科线都没到，让你天天so easy》的文章。

高君雨一家被冠上了“骗子”的骂名，还有人匿名写信到高君雨学校，借此嘲讽她“星辰陨落”。

面对女儿遭遇网暴，高妈妈心疼又担心，而此时的她早已有了乐观而坚强的心态，她向妈妈调侃：“你看我初二就能高考403分，说明我还是蛮强的嘛！”

当高君雨以大学三年平均绩点全院第一、雅思成绩7.0分，获中央广播电视总台奖学金一等奖等耀眼成绩获得保研时，高妈妈表示：“小雨

长大了，她已经是一个成年人，选择保研是她自己的决定，我完全尊重她。”

《爱与独立》一书中说道：“我们所能给予孩子的，只有两份可以持续长久的遗产，一份是根，另一份是翅膀。”

幸运如高君雨，拥有了在纷繁生活中理性应对的根，此时已向天空展开翱翔的翅膀。

优秀，源于呵护和指引

高君雨走出了令人羡慕的人生轨迹，只是个案例吗？

并不全然。

网红男孩钟美美因为模仿老师的视频一炮而红。当时很多网络公司都找到了他，有的邀请他做代言人，有的邀请他做广告，甚至还有人主动联系他的父母，只要签约就给一百万。

对普通家庭来说，这不是一个小数目，但被钟美美的母亲吴琼一口拒绝，她认为孩子现阶段应该以学业为重，甚至还主动把钟美美发在社交网站上的视频删除，为儿子降低热度。对于接踵而至的综艺邀约也负责把关筛选，不适合初中生的商业类邀约一概不接。父母的清醒自信，也给了钟美美勇敢追求自己喜欢的事的底气。2022年，钟美美以优异的成绩考入了重点高中，在逐梦的道路正阔步前行。

但有的孩子却没这么幸运，台湾童星王欣逸，因参演《海豚湾恋人》等一系列偶像剧，9岁就成为了台湾最炙手可热的童星。成名之后，他的父母却把他当成摇钱树，商演、通告接个不停，甚至在半夜还被父母带到片场拍戏，学业被荒废。长大后星途开始黯淡，接不到太多戏了，他也无心学习，成为了不学无术的人。2016年，因为涉毒被警方逮捕。同一年，他因为故意杀人罪被逮捕入狱，让人唏嘘。

莫言说，孩子的优秀，都浸透着父母的汗水。不论是童星还是普通人家的孩子，在成长过程中，一定离不开父母的呵护和指引，教诲和影响，每一个优秀的孩子，背后都是父母的智慧指引，奋力托举。

慧妈简介 >>



罗畅

湖南长沙人，作家、心理治疗师。“我是愿意和孩子一起成长、勇敢在孩子面前承认自己不足的职场妈妈。”