

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
比心

亲子专家 王建平博士

为什么你从来不和父母分享日常

最近，在某社交平台上关于#为什么你从来不和父母分享日常#的这个话题讨论度非常高。起因是有网友在社交平台上分享了自己的一段经历：他订的外卖被偷了，于是很生气地在微信上和爸妈说了这件事，得到的回复却是：“不是去饭堂吃饭的吗？不要搞特殊，以后在饭堂吃饭，既安全又健康。”正在气头上的网友看到这样的回复，感觉“如鲠在喉”“无语凝噎”。他的经历引起了大家的共鸣。“跟父母说不到一块”似乎是不少年轻人的现状。正如在知乎有一个浏览量破百万的热门问题：成长过程中是什么导致了孩子不愿再跟家长沟通？家庭教育的核心其一就是如何建立好的亲子关系，那么，有哪些原因会导致孩子跟父母没话说呢？

避免亲子“尬聊”有三个技巧

孩子变得不愿意和家长说话，有几个方面的原因：第一是沟通方式有问题，有些家长总觉得要在孩子面前树立自己的权威，所以，喜欢习惯用命令的语气去和孩子说话，而不去理解孩子内心的真实想法，久而久之，孩子会因为逆反而将心门慢慢对你关闭。

有的家长认为说教的方式最直接，急于让孩子接受自认为正确的观点。但对于幼小的孩子来说，其实是听不进去很多道理的，即使勉强听到耳朵里，大多也会记不住。长此以往，孩子就会厌倦这种唠叨。正如一句比较流行的话说：“人教人，教不会；事教人，一次会。”尤其是对青春期的孩子，家长更要学会闭嘴，身体力行的教育才更有说服力。

第二，有些孩子很不愿和父母沟通，往往都始于他意识到——我说的话不被重视。试想，谁会愿意和对对自己话题根本不在意的人深聊下去呢？孩子自然也不例外！如果家长不及时回应孩子，孩子就会变得越来越“识趣”，索性不再和你多说了。

另外还有些父母不会共情。比如说孩

子受了委屈找你倾诉的时候，他们总觉得小孩的委屈不重要，或者粗暴简单地处理问题，不照顾孩子的情绪，不能站在孩子的立场想问题，甚至还要指责孩子惹麻烦。父母是孩子最大的情感依靠，如果父母都不能接纳他的委屈和脆弱，他的心门便不会向你打开。

第三，还有一个让一些孩子和父母之间没话说的重要原因就是，家长不了解孩子的世界。有相当一部分家长在孩子生活中充当着类似“保姆”的角色，除了自己繁忙的工作以外，家长关心最多的就是孩子吃得怎么样、睡得好不好、有没有遇上什么困难，这些比较实际的东西。但是随着孩子长大，他的精神世界越来越丰富，他对很多日常基本生活之外的东西感兴趣，如果家长不能及时发现孩子的兴趣点，孩子就会觉得和家长说话挺无聊的，还不如和朋友说话有趣，渐渐地就和家长没什么话说了。所以，家长在关心孩子正常生活之外，还应该关注孩子平时爱看什么、爱玩什么，创造共同话题。毕竟愿意了解孩子世界的家长，孩子也更愿意对他们敞开自己世界的大门。

家庭教育·成长改变类栏目

名“家”解读

湘妹子瞿颖童年曝光：她竟有这般“苦涩”的过往

文/王静

综艺《乘风2023》自开播以来热议话题不断，节目中姐姐们的一言一行，时不时就能登上热搜榜单，很多姐姐都给大家带来了十足的惊喜。其中，瞿颖让人眼前一亮，52岁的她气场十足。

这位天生就能量满满的湖南妹子是怎样养成的呢？

1 上世纪70年代的一个午后，在湖南常德市一家精神病院的演出厅舞台上，演员们正进行着紧张的排练。一位年轻的女士身着藏族的服装、嘴角贴着两撇胡须。她正在反串一位老父亲，与同台的“女儿”投入地表演。台下，一个五六岁模样的小姑娘，突然“哇”的一声大哭了起来，任谁也哄不住。原来，这个小姑娘正是台上那位反串演员的亲闺女，看到平时漂亮的母亲突然“长出”了两撇大胡子，伤心不已的她号啕大哭起来……

这个女孩正是幼年时期的瞿颖，她还有一个大她3岁的哥哥。

他们的父亲是湖南花鼓戏剧团的一名演员，母亲丁家珍本是部队文工团的一名演员，后来被调到精神病院当护士，还负责起单位的文化宣传工作。

瞿颖的父亲常年在外演出，养育兄妹两个的重担几乎全压在了丁家珍身上，瞿颖和哥哥的童年很大一部分时间都是在精神病院度过的。

紧密的排班几乎占据了丁家珍全部的时间。从早上5点开始广播，一直到晚上做完夜间电影放映，几乎没有时间照顾两个孩子。但小小的瞿颖十分理解、心疼母亲的付出，总想着帮母亲多分担：一到饭点，她会自己拿着饭票和饭盆去食堂把一家子的饭菜打好带回家吃，等

到晚上母亲把电影放完，瞿颖还会帮着一起收布景，归置胶片。

在瞿颖眼中，尽管日子过得很艰辛，但母亲一直是一位心态积极、对生活永远充满热情的女子，而这些乐观的情绪也深深感染了瞿颖，让她每天都充满了能量。

瞿颖不仅继承了父母的文艺细胞，也遗传了母亲不服输的性格，她慢慢长成了一个独立坚强的女孩。

瞿颖读幼儿园时的舞蹈老师曾透露，练习“一字马”时，别的孩子都是哭着练的，只有小瞿颖眼泪都在眼眶里打转，就是忍着不让眼泪流下来。“问她是不是疼，她还倔强地说不疼。”

由于常年的聚少离多，瞿颖的父母最终还是走向了离散的结局，在瞿颖17岁那年，父母平静友好地办理了离婚手续。

对于常年在外工作而疏于照顾家庭的父亲，瞿颖有过埋怨，但她还是从心底里尊敬父亲，每每聊起父亲来，她的双眼也会闪着光。在瞿颖的描述中，父亲是一个“大小孩”，会和儿子逗趣，会把辣椒摆成一朵花，会和妈妈办舞会……“院里的小孩子都喜欢我爸，我爸能把每个人都逗得特别开心！”

2 继承了父母文艺基因的瞿颖，考上了湖南省艺术学校，毕业后被分配在省话剧院工作。可因为个头太高，她在话剧院一直找不到搭档，很少能得到登台的机会。于是，她换了个思路开始转战模特圈。气质优雅的她很快便签约了北京一家知名模特公司，第二年又在美国超级模特大赛中国选拔赛中勇夺亚军。她是首位登上国际版《VOGUE》和《时尚COSMO》封面的中国女明星。最红的那几年，几乎所有的报纸、杂志，封面都是她。之后，她更是多栖发展，

她当过“谋女郎”，演过电视剧，出过唱片，用“全面开花”来形容瞿颖，一点也不夸张。

瞿颖的人生，虽有跌宕起伏，但也一直无忧、自在。

因为皮肤不好，瞿颖曾失去过不少广告和电影的邀约，团队建议她戒掉吃辣这个习惯，辣妹子瞿颖可不干：“是我的就是我的，不是我的我也不觉得遗憾。”

沉寂过一段时间后，等她再次出现在大家眼前时，又摇身一变，成了喜剧人。在《百变大咖秀》舞台上，她惟妙惟肖地模仿宋祖英、毛阿敏、龚琳娜，反串崔健、维塔斯也毫不逊色，还拿下了第一季的总冠军。

但她毫无包袱的演出也遭受了不少非议，有人说她“自毁玉女形象”，还有人说“对她很失望”。面对这些，瞿颖自信回怼，“我优雅也能优雅，漂亮也能漂亮，丑也能丑，疯也能疯，还挺得意的。”

3 事业上，瞿颖拿得起、放得下，感情上也是如此。据媒体公开报道，这些年，瞿颖谈过几任男友，却都无疾而终，但分手后，她从未公开说过任何一人的坏话，也并没有因为其中的任何一人而消沉，干脆利落，永远轻装前行。

父母于孩子而言，本就是一面镜子，孩子的许多性格、习惯的养成都来源于父母潜移默化的影响。父母虽未对瞿颖有过特别系统的教育理念，但他们对自己的高要求就是对孩子最好的教育。如今瞿颖52岁，作为一名艺人，近些年来流行的“白瘦弱”“容貌焦虑”“身材焦虑”都跟她是半点没沾边，更多的时候，她不抱怨、不急躁、不内耗，依然自信、活泼、热爱运动。历尽千帆后依然坦荡笑对人生，积极乐观生活，这样的人，怎么活，都飒！

开栏语

如何育儿最科学？这恐怕是最没有标准答案的问题。不过，名人的成长经历、育儿经验或许可以作为一个参考样本。从本期开始，我们开设“名‘家’解读”专栏，一起探寻那些“有名的家庭”如何开展家庭教育。



扫一扫，看更多明星成长故事