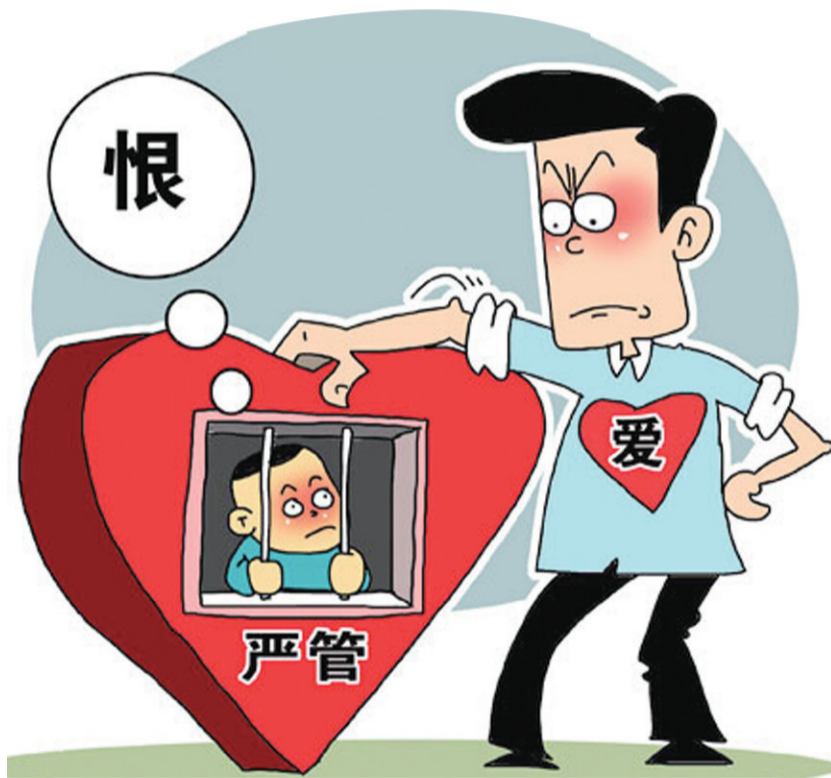


# “直升机父母”管太多 娃直呼“压力山大”

专家：在“放”的同时还要“引导”孩子

管孩子吃什么？管孩子和什么样的同学交朋友……生活中，热衷于“管太多”的父母十分常见，这类父母被专家们称为“直升机父母”，即像直升机一样时刻盘旋在孩子的上空，随时“监控”着孩子的一举一动，让孩子直呼“压力山大”。对此，心理专家表示，“放手教育”并非完全放手，放任不管，父母在“放”的同时还要“引导”孩子。 □李进 记者 马冰璐



## 父母管太多 娃“压力山大”

15岁的若若家住合肥市光明社区，开学上高一，可父母仍把她当小孩子看待，不仅在生活上事无巨细地照顾她，还经常对她管东管西。“每天早饭，都盛好稀饭、摆好早点再喊我起床，连鸡蛋都剥好，我说了许多次自己会做，但他们非要代劳。”

若若感觉父母的做法让自己有种“生活无法自理”的错觉，“更让我受不了的是，他们还经常干涉我的社交生活。”若若说，每天，自己和哪个同学聊微信、打电话……爸爸妈妈都会细致询问，“美其名曰是怕我交损友，其实是‘监控’我的一切。”

若若说，自己和父母谈了许多次，可他们总是委屈地说，自己不是想监控她，只是觉得她还是孩子，需要无微不至的关心和爱护，“可再过3年，我就是成年人了，他们的做法真是让我‘压力山大’。”

## 在“放”的同时 还要“引导”孩子

对此，国家二级心理咨询师周金妹表示，美国的一项研究在长达8年间跟踪调查了422名美国儿童，实验中，“直升机”父母自始至终都在指导孩子，告诉孩子该玩什么玩具，应该怎么玩，玩过之后应该怎么收拾。这类型的家长属于过分严厉或要求苛刻型。研究人员发现，父母在孩子2岁时的过度控制，与孩子5岁时的情绪和行为调节有关。等到孩子10岁时，这种教育方式通常与孩子反映的情绪和学校问题有关，从老师的评价也显示出这些孩子社交技能相对较弱，学习效率也更低。

“其实，‘放手教育’并非完全放手，放任不管，而是在‘放’的同时还要‘引导’孩子。”周金妹说，放手与引导是紧密相连的。不是不去引导，关键在于父

母在放手的同时如何去引导，不要去引导孩子思想和方向，不要剥夺孩子独立思考和实践体验的机会，而要通过引导帮助孩子积极地看待自己，帮助孩子确认和意识到自己已经拥有和即将拥有的能力。

“青春期是成长中的特殊时期，一般儿童会开始表现出一种强烈的独立倾向，要求别人把他们看做成年人，事事想自己做主，许多事情不愿与父母商量，而是把自己的见解看成是评价客观事物的标准。”另外，这一时期的孩子非常在乎自尊心和面子，为了证明自己不是弱者，很容易做出一些冒险行为，但是由于知识、能力有限，往往会遭遇困难和挫折，因此还需要父母和教育工作者的正确引导。

青春期的孩子喜欢玩游戏、喜欢追星，对于这种情况，一些父母上来就说：你怎么总是沉迷网络游戏，不好好学习？以后不准玩了！明星有什么好崇拜的，你怎么不崇拜学习好的同学！其实，父母完全可以换一种方式和孩子交流。周金妹说：“比如问一下孩子，你为什么这么喜欢这个明星啊？然后与孩子讨论明星的性格、优点，逐步把孩子的偶像崇拜引导到对成功人物优良品质的欣赏和学习；家长还可以和孩子一起玩网络游戏，只有真正体验他的感受，才能知道如何引导孩子控制上网时间、避免网络游戏的不利影响。”

父母还应该多关爱，多些时间陪伴孩子，强化亲子感情基石。“现在很多家长都忙于工作而疏于对孩子的管教，这样造成孩子实际与父母在一起交流沟通的时间很少。没有足够的交流，会大大降低父母的影响力，孩子一时也很难理解父母。”周金妹认为，即使现在有很多“全职父母”时刻不离孩子身边，但是大部分精力和时间都投入到照顾孩子的生活方面，对孩子的思想了解，心理上的关心则未必都那么注意，因此也会造成孩子有了“心病”，父母却完全不知。

## 新书推荐

### 《唐五代文编年史》

定价：598元  
出版时间：2018年3月  
出版社：黄山书社

内容简介：本书系厦门大学吴在庆教授主编、安徽大学丁放教授副主编，厦门大学历史文献学博士元巧霞等合作撰著的唐五代文学编年史料汇编。共计252万字，分为初唐卷、盛唐卷、中唐卷、晚唐卷、五代十国卷。本书是首次对唐五代时期的四万余篇骈文、赋、散文、诏敕制诰、表状笺启、书信碑铭、佛道文字等进行全面的搜集考订和编年整理。本书规模宏大，史料丰富，考辨精细翔实，是唐五代文学研究的又一大型基础性工程，也是一项具有重大历史意义的学术成果，先后入选教育部人文社科重点研究基地重大项目、国家社科基金重大招标项目、国家出版基金项目。本书的出版不仅有助于改变唐诗研究充分而唐文研究薄弱的局面，而且对唐五代文研究和唐代文学整体研究将具有重大的推动作用。



## 缘来 有你

●M.4146 男，合肥省直单位公务员，38岁，1.75米，硕士，未婚，儒雅谦和，沉稳重情。诚觅一位36岁左右，1.62米以上，大专以上，温柔贤慧，富内涵的未婚女孩爱相随。

●M.4320 男，合肥重点大学老师，32岁，1.80米，博士，未婚，英俊进取，兴趣广泛，经济住房优。诚觅一位30岁左右，1.63米以上，本科及以上，温柔聪慧，气质佳的白领未婚小姐爱相约。

●M.4327 男，合肥三甲医院医生，29岁，1.79米，硕士，未婚，英俊儒雅，谦和重情，高知家庭，独子，车房俱全。诚觅年龄相仿，1.62米以上，本科，职业稳定，温柔秀丽气质佳的未婚小姐爱心永结。

●F.5762 女，合肥事业单位，25岁，1.65米，本科，未婚，端庄贤惠，温柔知性，经济好。诚觅34岁以下，1.70米左右，专科及以上，综合素质高，有稳定职业的先生牵手，永结同心。

以上征婚信息由安徽爱之桥婚恋中心提供，条件适合的朋友可携本报至爱之桥办公室（三孝口百大CBD中央广场栖巢咖啡旁公寓楼20楼2006室），了解详情。咨询电话：18919621348（崇老师）



读者钟女士：父亲最近总是忧心忡忡的，也不愿意和我们交流，心理医生说他有轻微的抑郁症，除了让他接受治疗外，作为子女，我们应该怎么做？

心理专家：做儿女的要多关心老人的思想和心情，更多了解老人需要什么，提供老人最需要的关心，建议你每周给父母打2-3次电话，有时间要多陪陪老人，不仅是吃饭，还可以带着老人看看电影、外出游玩等，这样能缓解老人因孤独带来的抑郁感。

□ 记者 马冰璐