





# 求求你， 表扬我

东子  著

陕西师范大学出版总社有限公司



# 求求你， 表扬我

东子  著

陕西师范大学出版总社有限公司



## 图书在版编目(CIP)数据

求求你,表扬我/东子著. —西安:陕西师范大学出版总社有限公司, 2011.2  
ISBN 978-7-5613-5462-9

I. ①求… II. ①东… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 016028 号

图书代号:SK11N0045

责任编辑: 周 宏

版型设计: 祝志霞

出版发行: 陕西师范大学出版总社有限公司  
(西安市长安南路 199 号)

邮 编: 710062

印 刷: 北京慧美印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 17

字 数: 184 千字

版 次: 2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5613-5462-9

定 价: 26.80 元

注: 如有印、装质量问题, 请与印刷厂联系

# 目 录

## 第1篇 爸爸妈妈,您能关注我吗

- 请不要对我不管不顾 003
- 我需要您的精神抚慰 009
- 我的快乐想和您分享 014
- 我的家长会想让您参加 021
- 缺爸少妈的日子很孤苦 027
- 跟着爷爷奶奶很孤独 034

## 第2篇 爸爸妈妈,您能理解我吗

- 为啥不让我上网 043
- 为什么不让我出去玩 050
- 其实我也不想撒谎 057
- 请不要阻止我的爱好 063

- 您是否也该换位思考 069  
您是普通人,为何让我做超人 075  
异性之间的交往很正常 084

### **第3篇 爸爸妈妈,您能尊重我吗**

- 为啥总看我日记、短信 093  
我写作业不需要您来“站岗” 101  
我上网不需要您的“陪伴” 106  
您的辱骂贬损让我很伤心 112  
您能与我平等地交流吗 119

### **第4篇 爸爸妈妈,您能信任我吗**

- 您不要总是否定我 129  
您放手我就能做好 136  
我的事情让我自己做回主 143  
我的同学关系我会自己处理 151  
不要用怀疑的眼光看待我 158  
我的力量来自您的信任 164

### **第5篇 爸爸妈妈,您能鼓励我吗**

- 不要总盯着我的不足 173  
成绩下降不是我所愿的 179

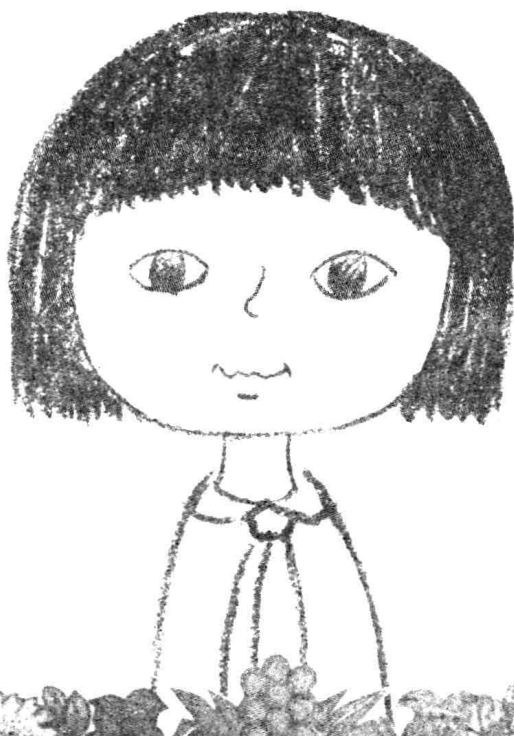
有您的支持,我才会变得手巧	185
有您的掌声我会更加自信	194
您的安慰就是最好的鼓励	201

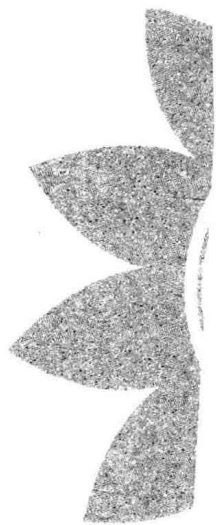
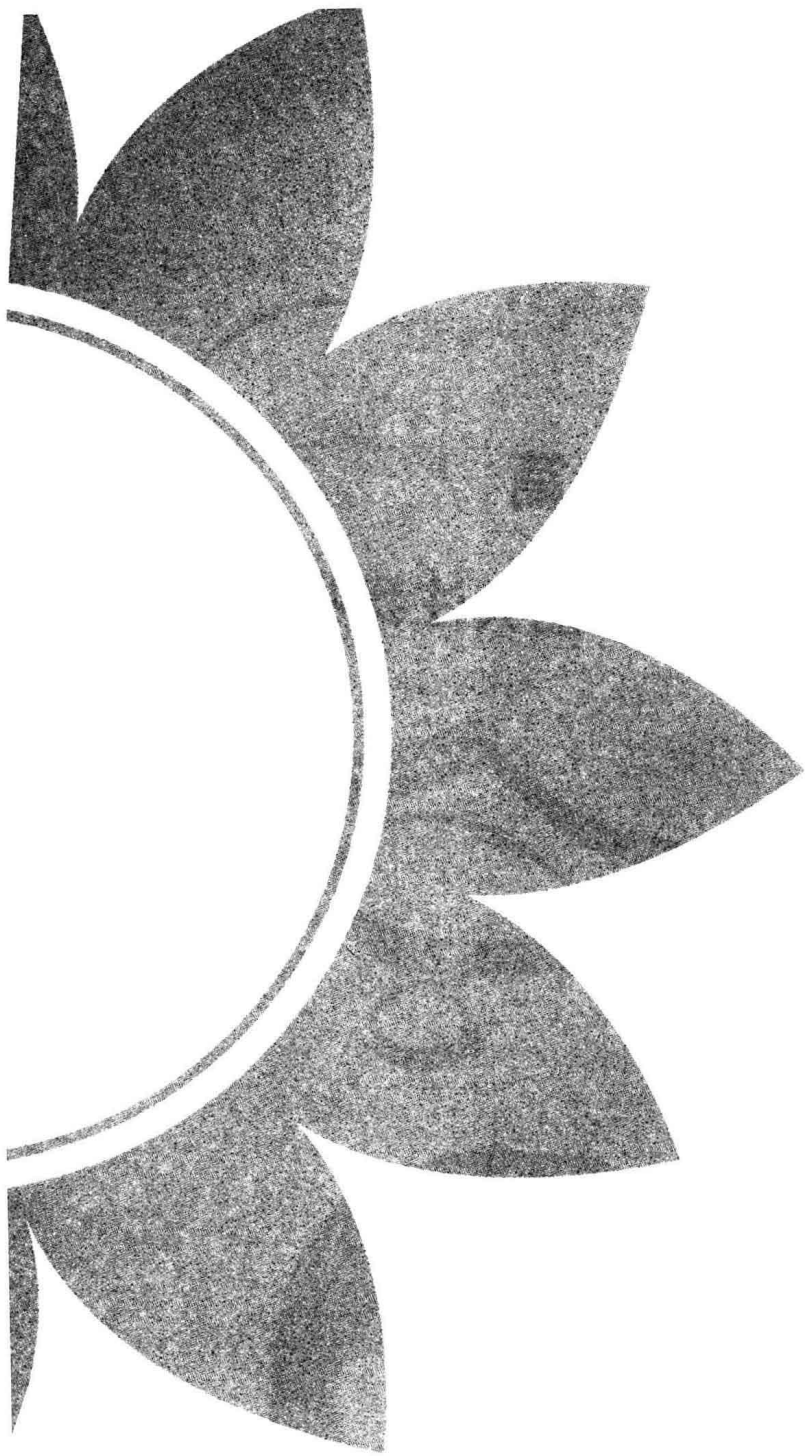
## 第6篇 爸爸妈妈,您能赞赏我吗

我的自卑是因为您很少肯定	211
我的消沉是因为您很少赞许	218
学习不好我也有闪光点	225
分数不高可我的口才好	232
我做好事难道错了吗	239
您的指责对我打击很大	246
您的赞赏会使我更快乐	253
后 记	261

# 第 1 篇

爸爸妈妈，您能关注我吗







## 请不要对我不管不顾

### 孩子来信

叔叔,您好!虽然我们素昧平生,可是我还是想和您说说我的事情,我现在真的很想把它写出来,因为我很郁闷。

今天是我十三岁的生日,只可惜没有人记得。虽然今天是晴天,可是我却觉得外面在下雨。前两天在电视上看到一个广告,心情不好的人不管是阴天还是晴天,脑袋上都顶着一朵乌云。现在的我就是这样。

表面上看来,我是一个令人羡慕的家境富裕的中学生。有丰富的业余生活,有充裕的零花钱,甚至考试考砸了也不会受到批评……可是没人明白,这其实并不是一件幸福的事情,至少我不这么觉得。这也许是因为我家的条件变得越来越好了吧。我还记得小的时候、爸爸妈妈都是普通职员时,一家人在一起的快乐时光。那时,爸妈总是早早下班,把我从学校接回家,问我学校里的事情,给我做香喷喷的饭菜。

可是,不知从什么时候开始,他们回家的时间越来越晚,有时只能看见留在锅里的饭菜,后来,锅里的饭菜变成了桌子上的几十



块钱。那个时候我还在上小学,可以支配自己的一日三餐,对于一个孩子来说,那真的是一件值得开心的事情。我买了很多路边小吃当午饭。不知道是我吃得太多,还是那些东西本身就不是很卫生,没过几天我就得了肠炎。

一次,我正在上体育课,肚子突然疼了起来,接下来的半节课我就没从厕所出来过。大冬天,我一边打着哆嗦,一边冒着冷汗,现在想起来都觉得恐怖。快下课的时候,体育老师把我背到了校医那里。校医帮我打了针,班主任老师也急忙过来看我,说已经通知了我爸爸。我当时特别开心,觉得这场病真是生得值得,要知道那时我已经有四天没见过爸爸了。也许是之前折腾得太凶了,在等爸爸的时候,我在医务室睡着了。

这一觉睡得很舒服,醒来的时候肚子已经不疼了。可是环顾四周却只看见林阿姨(爸爸的秘书)的身影……

这让我想起了一次学校搞的“家长学校”活动。这个活动的一项主要内容,就是请家长到学校里来,看看我们是怎么上课的。活动的前一天,我特意复习了第二天要上的课程,准备在课堂上发言,好叫妈妈开心一下(妈妈答应她会去)。可是马上就要上课了,我并没有看见妈妈的身影。正着急呢,过来一个漂亮的姐姐,她问我是不是顾晓磊(化名),我点点头,然后她对我说,她是我妈妈的助理,我妈妈因为公司有事走不开,就叫她来了。那节课我没发言,我甚至没有好好听课。上完课我同桌用羡慕的语气说:“你妈妈可真年轻。”我没有回答,我知道她是想夸夸我,而对于我来说这简直是一种犀利的讽刺。

类似的事情在我身上不知道发生了多少回,我也一直都在原谅着他们,因为我始终相信,他们是真的很忙,而不是不爱我。

可是今天,他们竟然谁也没有和我说生日快乐,难道又是忙

忘了?

有一个问题一直困惑着我:难道对大人来说,工作会比孩子重要吗?爸爸妈妈总口口声声说工作挣钱都是为了我,可我就不明白了,既然我那么重要,他们怎么又对我不闻不问、不管不顾呢?

## 东子给家长的建议

### 爹妈相伴,幸福无边

现在大多数家长都对孩子照顾得无微不至,甚至溺爱有加,但也不乏信中这个孩子遇到的这种情况:父母因为忙于工作而对孩子不管不顾。其实,用“不管不顾”这个词不是十分恰当,我这样说可能一些家长也不认同,他们会振振有词地说:“孩子要多少钱我给多少钱,别的孩子有的我的孩子都有,别的孩子没有的我的孩子也有。有时忙不开,孩子有事我不能去,我还派人替我去……”

如此说来,还真有点“冤枉”了这些家长。但是,东子想请家长们注意:给了钱、派了人,就算尽到为人父母之责了吗?钱既不是爹也不等同于妈,助理(秘书)也不是父母,他们能作为替代品吗?身为家长,请您换位想想。

写到这里,我想起了郭冬临曾演过的一个小品——《我和爸爸换角色》。来家访的孩子老师说:“您也许不认识我,我是孩子的新班主任。”郭冬临说:“没关系,老的我也不认识。”老师说:“我看您是不是应该多花点时间陪陪孩子了。”郭冬临说:“陪孩子?多花点时间?你说得倒容易。我是男人呀,我是户主啊,我有事业……陪孩



子,谁不想呀?可厂长谁陪呀?不陪厂长,谁给发工资?没有工资,怎么养活这个孩子……”

而小品里孩子的那一席话,也道出了孩子们对家长的埋怨:“您老不回家,是不是不想要我了?”

随着现代社会高速发展,人们的生活节奏越来越快,生活压力也越来越大。越来越多的父母,如今已难得有充足的时间来陪伴孩子。时间是个很奇妙的东西,它既可以创造无尽的金钱,又可以创造无价的亲情。但金钱和亲情却不能同时拥有,所以就要有所取舍。

我们做孩子时,常常抱怨父母不理解自己,并且常常为此而痛苦。然而,当我们做了父母后,却开始试图将自己的观点强加在孩子身上,并振振有词地辩解:孩子不懂事,我得为他们负责。也许还会像当年自己的父母那样,对着孩子抱怨:我都是为了你好,等你长大了就知道了。

责任感和价值感是紧密相连的。一个人,只有看到自己的行为能对他人产生影响,能够得到别人的喜爱和尊重,他才能油然而生一种自豪的感觉,并从中增强自己的责任感。做父母的,不妨转变自己的心态,试着用孩子的眼光来看现实的世界,那么你对很多发生在孩子身上、令你相当费解的事,就会恍然大悟。

大量资料显示,与父母、亲情接触少的孩子,普遍存在焦虑、自尊心不强、孤独等情感障碍。当父母的关爱缺乏到一定程度,孩子有可能会患上“缺爱饥渴症”。这样的孩子通常表现为抑郁、孤独、任性与依赖。如果正处于青春期,为了摆脱内心的孤寂与痛苦,孩子往往容易盲目地去尝试种种可能逃避现实的事情,包括抽烟、喝酒、甚至性放纵或吸毒。

在很多人的观念中,父母爱孩子就是多赚钱,给孩子买好吃的、好穿的,督促孩子学习。很多家长下了班要么是在外面应酬,要

么就是在打麻将,根本不愿意陪孩子玩,更别说参与到孩子的生活和活动中。

其实,孩子的生活和活动是不能缺少父母的身影的,父母应该尽可能多地抽时间陪伴孩子,并积极参与孩子的活动——无论是家庭活动还是社会活动。父母的爱是孩子成长过程中的“营养催化剂”。再多的钱也替代不了父母亲情,有父母陪伴,孩子才能幸福无边。

## 孩子的健全人格是父母“陪”出来的

现在的很多家长总是终日奔忙,把孩子丢在一边。等到有一天他们终于想好好关心孩子的时候,却发现父母在孩子心里已经没有位置了。因此,作为家长应当多陪陪孩子。

孩子的健康成长,并不能单靠丰富的物质生活来保障,更多的是需要父母的关爱、亲情的慰藉,以及愉快的业余时间。现在很多父母都很忙碌,特别是像信中这类事业有成的家长,他们忙事业、忙赚钱,自然也就无暇顾及孩子。

其实,钱可以慢慢赚,事业也可以一步步发展,但孩子成长中的每一个脚步都是不可能重复的。许多事情,一旦错过就不可挽回。童心是一张洁净的白纸,要在这张白纸上画上最新、最美的图画,作为父母,除了用丰富的物质生活做颜料,还要用父母之爱、亲子之情做彩笔,去描绘孩子的童真、感受、能力和理想……

我家庭中的亲子关系,最常见的有两种:一种是过分宠爱,一种是疏离冷落。这两种关系都对孩子的成长不利。前者很常见,这是因为现如今大多数孩子都是独生子女;而后一种关系,则是因为家长的各种原因,忽略孩子的精神需求,与孩子相处的时间少,从而不能建立亲密的亲子关系!

这两种关系给孩子带来的伤害,最直接表现在人格结构方面。



人格结构包括孩子的情绪情感、人际交往、自我意识、对外界的感受判断能力、选择和实践能力。所有这些都是通过家庭、父母的生活方式传递给孩子的。一个孩子若缺少父母的陪伴和影响,人格结构就会出现缺陷,甚至会影响一生的幸福。

不管家长在主观上重视与否,孩子的人格发展基本是在家庭成长中完成的。在儿时,孩子的人格结构就已经初步形成并会影响终身。研究表明,家庭成员之间情感的疏远和冷漠,都与家庭中的亲子沟通有关。亲子沟通,也就是指父母子女之间通过谈话、游戏、外出游玩或其他方式进行相互了解,亲子情感也必须通过沟通才能更融洽。

当前,人们在亲子关系的认识上,特别是在与孩子的情感交流方面,存在着一些偏差。很多家长只注重孩子的学习和衣食住行的物质需要,却忽视了孩子的精神营养,不懂得要常常陪伴孩子,与孩子进行感情交流,使孩子得不到与父母相处与交流的机会,这将极大地影响孩子的人格发展。

“事业再成功,钱挣得再多,也换不来一个健康快乐的孩子。”这是我二十年从事青少年心理咨询工作的真切感悟。

### 好家长·要牢记

父母的爱是孩子成长过程中的“营养催化剂”。再多的钱也替代不了父母亲情,有父母陪伴,孩子才能幸福无边。

## 我需要您的精神抚慰



### 孩子来信

东子爸爸,您好!

我是国一(范姜国一,东子女儿)姐姐的“粉丝”,您是她的爸爸,所以也请允许我叫您一声东子爸爸。我崇拜国一姐姐,确切地说,我很羡慕她,当然,不单单是因为她阳光快乐,还因为她有一位您这样的爸爸。东子爸爸,我特别想问您一个问题,如果您有两个孩子,您会给他们一样多的爱吗?呵呵,我想一定会的,可我就没有国一姐姐幸运了,命运没给我像您一样爱孩子的家长。

我的爸爸妈妈也不是不爱孩子,只是他们把更多的爱留给了我弟弟。

我三岁的时候,爸爸妈妈就开始带着我到城里做小买卖,那时日子很苦,但是我每天都很快乐。后来通过爸爸妈妈的辛勤努力,我们的日子越过越好,在我七岁那年,我家在城里买了房子,我有了属于自己的小空间,并且还成了一名小学生。那真是很开心的一段时光。

就在那年年末,一心想要个儿子的爸爸妈妈,给我生了个弟



弟。那么小的小孩子,真的很可爱,想到我曾经也是这样的,我就更加喜欢他了。可是好景不长,弟弟慢慢长大,我这个姐姐却受了越来越多的委屈。

因为他小,不懂事,常常弄出乱子。可是不知道为什么,弟弟一发生什么事情,妈妈总是责骂我。弟弟把水打翻了,妈妈骂我不小心;弟弟自己不小心磕到了头,妈妈骂我没有照顾好他;弟弟哭了,妈妈不问青红皂白先骂我……

现在的我也只不过是一个五年级的小学生啊,我的很多同学现在上学、放学还是家长接送呢!可我呢?不但要自己回家,还要替妈妈照顾弟弟。每天晚上放学回家的时候,妈妈就只知道和我说那些照顾弟弟的注意事项,从来都不过问我在学校过得怎么样、成绩如何。

有一次我语文单元测试考了100分,我把卷子带回家想给妈妈看。可是,一转身的工夫,卷子就被弟弟扯着玩了。我生气地冲弟弟喊了两句,妈妈竟然开始骂我,说一张破纸,扯就扯了,说到底还是因为我自己没有保管好……

我知道,我比弟弟大七岁,我的确应该照顾他、让着他,可是就算这样我也才只有十一岁呀,我也需要爸爸妈妈的关心和照顾,哪怕是精神上给点抚慰也好啊!有时候我常常怀疑自己是不是亲生的,为什么同样都是他们的孩子,待遇差别就这么大?难道我是多余的吗?

东子爸爸,是不是因为我太不可爱了,所以爸爸妈妈才不喜欢我?可是我真的很努力地去做。我多希望妈妈可以常常关心我,就像大鸭子照顾鸭宝宝那样,那该有多幸福啊!可是这一切对我来说简直就是一种奢求……



## 东子给家长的建议

### 让孩子享受属于他的爱

这是一个可爱又可怜的小女孩, 她所提的只是一个孩子对父母最基本的要求, 我认为一点都不过分。人人都希望能得到他人的关爱, 尤其是孩子, 他们特别需要父母的关心和爱护。父母之爱是天地间最伟大的爱, 是一种父母对子女纯粹的爱、自然的爱, 这种爱是孩子成长过程中不可或缺的精神营养。

可令人感到遗憾的是, 生活中确实有一些为人父母者, 出于这样或那样的原因, 而忽略了孩子的这种情感需求。一个长期得不到足够父母之爱的孩子, 很容易产生自卑、恐惧、焦虑、反叛等心理, 进而严重影响孩子的健康成长, 使孩子离家出走, 甚至报复杀人……

湖北省武汉市汉阳区一个十三岁的女孩, 就是因为觉得“妈妈对自己不好、对弟弟好, 嫉恨妈妈和弟弟”, 而投毒毒死了母亲和年仅三岁的弟弟; 广东省佛山市一个十二岁的女孩, 因不满父亲重男轻女, 杀死了三岁的弟弟, 自己也跳湖自尽。至于因得不到父母之爱从而离家出走的孩子, 那就更多了。

分析儿童心理问题的成因, 首先要看他们成长的环境, 尤其是家庭环境。很多家长对孩子的身体发育不曾忽视, 对孩子的物质需求不曾忽视, 但却忽视了孩子的精神需求。有研究表明, 父母的不当教育方法和行为, 会直接或间接地影响孩子的身心健康。也就是说, 家长对孩子的态度如何, 对子女精神需求的关注度如何, 实际上是会关系到子女成长的结果的。