

在家里一直听父母的话，在学校一直听老师的话，是许多家长评价好孩子的标准之一。让孩子变得“听话”真的是一个正确的教育目标吗？“乖孩子”的背后会存在什么样的心理隐患？一旦“乖孩子”出现逆反怎么办？听听专家和家长的观点吧。

# 一味听话的“乖孩子”真的好吗？



邵怡明 绘图

牛女士 国企员工 女儿13岁

不要忽视小情绪 它可能正是孩子叛逆的原因

我女儿从小就很听话，从小学二年级起就一直担任班长，老师对她的评价是“做事很稳”，把一些班级事务交给她很放心。在家中女儿也是我们的小棉袄，除了数学不好有些偏科，其他方面基本都表现得很好，我们一直认为女儿是个懂事乖巧的孩子。

今年女儿上初一了，期末考试成绩公布，她的分数不太理想，我在和

她沟通时，她竟然说：“妈妈，我不想上学了！”面对女儿突然的叛逆，我和孩子爸爸慌了神。看着孩子一连几天都情绪低落，不愿交谈，我们决定带她出去旅游，一方面让女儿散散心，另一方面希望在轻松的氛围中和她进行沟通。

在出游的路上，女儿无意间说到，上中学后她还想担任班长，但是因为自己数学不好，在竞选中失败了，这

让她感觉很沮丧。那天回到家，爸爸因为她没有当选班长还说了她几句。说到这里，女儿眼眶红红的，原来，在我们眼中“听话乖巧”的女儿心里藏着这么多情绪。我赶忙安慰她，成绩不好可以有针对性地提升，当不当班长并不重要，我们当时没有照顾你的情绪，是我们不对，今后，爸爸妈妈会陪着你一起想办法提高成绩，树立信心。女儿听后，阴沉了好几天的

小脸上终于露出笑容。

一个听话的孩子突然变得叛逆，背后一定有具体的原因，这个原因可能在家长眼中只是小事一桩，可在处于青春期的孩子那里就是一件天大的事。身为青春期孩子的家长，我们一定要多多关注孩子的情绪变化，不要认为孩子长大了、省事了就放松，找到孩子“叛逆”的真正原因，是更快更有效帮助他们理顺情绪的方法。

王女士 办公室职员 女儿5岁

要鼓励孩子大胆表达，允许孩子说出自己的想法

孩子上幼儿园了，之前我一直觉得孩子挺活泼开朗的，上了幼儿园之后慢慢地发现孩子有点“弱势”，跟小朋友玩总是迁就别的小朋友，玩具也是小朋友要玩直接从我家孩子手中拿走，我家孩子也不生气，一起玩的时候还总是照顾对方的需求和情绪，我在一旁看着，心里就窝火，咋我家

孩子没有一点主见呢？

回到家我问孩子，小朋友拿走玩具，你乐意吗？孩子说：“不乐意”。我说：“那你为什么不跟小朋友直接说‘我还玩呢，等我玩完了你再玩。’”孩子说：“我怕他就不跟我玩了。”说实话当我听到这句话的时候，特别心疼孩子，有点恨铁不成钢的意思，但

回头想想，成人的世界中也经常遇到这种事情。我平静下来，告诉孩子：既然是好朋友，就要相互尊重，你玩完了之后他接着玩，依然会很开心，是好朋友。如果必须他先玩，那就不是好朋友，你需要重新找好朋友。

从这之后，我就注意提醒孩子多关注自己，注意自己的情绪，凡事可

以有自己的想法。细想孩子这种不敢表达自己想法的行为，可能跟我的教育观念有关，日常生活中，我总是说她为什么总是不听话呢？上学也总是叮嘱“好好听老师的话”，现在想想这种观念可能有问题。我就开始引起注意了，还有就是要多鼓励孩子说话，多听孩子表达自己的想法。

范女士 教师 女儿16岁

不要硬逼孩子走上其不擅长的赛道

我只有一个女儿，一直对她有很多期待和要求，希望她能圆我上名校的梦想。女儿从小听话，我说什么她就做什么，每天回家都乖乖学习，我很欣慰，在家长中也很有面子。

她上高中后学习状态却起了变化：经常发呆，做功课慢了很多，成绩下降，已经退到班里中下游水平。我找她多次聊天后才知道，她的物理、数学学得很吃力，老怕考砸让我失望，造成心

理压力很大，越努力越学不进去。

看着女儿懂事的样子我很难过，平时我对学生会给各种鼓励，主张因材施教，却忽视了孩子的兴趣与专长。她明明喜欢文科，我却逼着她选自己不擅长

也不喜欢的理科，这其实不是对孩子好。我告诉孩子，不要再委屈自己，就做自己擅长的赛道，追逐自己的梦想，“妈妈再也不给你施压了”。女儿感动地抱紧我哭了，却是释然的泪水。

北京市教育工会心理咨询中心咨询师 雷秀雅、符玮

“乖孩子”思想限制了孩子的思维和想象

孩子在成长过程中总会听到家长和老师要求“好好听话”“做乖孩子”。孩子无条件服从自己的命令，家长会很满意，自认是教育有方。有时还向他人炫耀“我家孩子从来不敢顶嘴”“我家孩子可乖了”；当孩子偶尔有点小脾气时，家长就会指责“为什么你这么不听话”。实际上，“乖孩子”会遇到不少心理困境，家长要引起重视。

首先，“乖”孩子可能会有“迟来的”叛逆。因为每个人都有自己的想法，这是与生俱来的，孩子一天天长大，想法越来越多，有的可能与家长不一致。当两者发生冲突时，家长一味压制，让孩子一味服从，会埋下叛逆的种子。

孩子小时候胆子小，对家长的话不敢违背，但随着年龄增长、阅历增加、思想提升，他们摸清家长的“底牌”，胆子渐渐大起来，做事情有了

自己的主见，家长的话就不听了，以此对抗家长的权威，彰显自己已经“长大”。有调查显示，小时候家长管得越严，孩子越听话，青春时期就越叛逆，甚至走向家长期待的反面，许多时候，其转化成攻击性后家长才后悔莫及。

其次，孩子容易出现抑郁焦虑等负面情绪。所谓的“坏”孩子面对大人批评时，心里早早防御，左耳朵进右耳朵出，很少因为他人责难伤心到自责。只有乖孩子才会在被责骂后选择自我批评和自我惩罚，过于重视他人的评价，容易过于敏感而自我内耗。习惯性成为别人眼中的“乖孩子”，容易忽视自己的情感需求，抑郁于他人的负面评价，焦虑于无法获得他人的积极评价。

顺从或服从权威，牺牲自己的个人主见，以迎合大人，从进化角度来讲具有一定的适应价值，但是为了获

得他人接纳而丧失自我，必然导致个体人格发展的扭曲和心理健康受损。

第三，孩子习惯性委屈自己，容易形成讨好型人格。在“听话”教育下成长的孩子容易缺乏力量感，可能很乖巧，教育起来得心应手，培养成本更低，教育效果也更明显，投入和产出的性价比高，让大人在孩子教育上更有成就感、获得感。但个体在追求成功的过程中更多依赖于他人或团体的决定和判断，容易导致“讨好型人格”。

“乖孩子”可能会不敢自我表现和争取机会，在有父母提供爱与物质的年纪，尚可获得老师和家长的奖励与偏爱，但到了需要独当一面、需要竞争、需要鼓起勇气反抗时，孩子早已缺失心理力量，担心这么做他人会不喜欢自己，容易成全他人而委屈自己。

第四，“乖巧”容易磨灭个性，失去选择能动性和创造力。家长习惯

用“听话”的标尺约束孩子，一个重要方面就是驱动孩子规矩学习和做人，但规范孩子听话的另一面是独立、挑战 and 批判精神的缺失，导致内在的创新激情和动力被压制。

随着时代的发展，人们愈加期待孩子有思想、有个性、敢创新，不做知识的“搬运工”，最终能成长为学习的“生产者”。

创新素养是孩子未来适应社会、改造社会的“硬核”力量，“乖孩子”思想却限制了孩子的思维和想象。将听话奉为圭臬的孩子容易对成人产生依赖，不敢挑战权威，总在模仿和重复大人的行为，会丢弃很多独立判断和抉择的机遇。潜意识里不敢也不会批判，只会被动接受知识灌输，面对权威和陈见也不敢质疑，这样的思维惯性既不利于个人产出创新成果，又难以打开发展局面。

本报记者 任洁 张晶 杨琳琳