



祁陶宇，科学学习力父母学院副院长，中国科学技术大学管理学硕士、中国科学技术大学终身学习实验室副主任。

# 不用自己的牺牲感 绑架孩子

文 / 祁陶宇

在单元剧《茉莉的最后一天》中，茉莉的妈妈为了茉莉有一个好的未来，辞掉了高校教授的职位，开始全职在家照顾孩子，也是因为这样，她不断地绑架着茉莉，无论茉莉做得好还是不好。当茉莉做得好的时候，她不会去肯定茉莉的付出，而是对茉莉说：“没有我，你能有今天吗？”当茉莉没有按照她的意愿去做事时，她就会对茉莉说：“为了你，我辞掉了高校的工作，你却不争气，要不是为了你，你以为我愿意吗？”

现实中这样的父母很多，总是用自己的牺牲感去绑架孩子，试图将孩子控制起来，这样的父母对孩子来说，压迫感太强。

## 【案例 1】

有一个叫安安的男生，他从小就很听父母的话，小时候，他听到父母说得最多的是“为了你，爸爸妈妈……”妈妈带他去吃了一顿大餐，然后跟他说：“为了让你吃点好的，你知道这顿饭花了妈妈多少工资吗？”爸爸给他买了一个玩具，又跟他说：“为了你这个玩具，爸爸想要的东西就不能买了。”类似这样的例子很多，慢慢地，安安变成了别人眼里听话懂事的孩子。高中时期安安很喜欢文学，可爸爸说理科好找工作，在他表现得犹豫不决时，妈妈说：“我们都是为你好”，于是他选择了听取父母的意见。最终，他大学选择了生物学专业，毕业后在一家制药厂上班，但他并不喜欢自己的专业和工作，更喜欢文学，在这期间写下了很多不错的文章。安安考虑过辞掉现在的工作，去一家报社，可是父母坚决反对，并说道：“如果你辞职，我们就直接和你断绝关系。”安安只能继续保持这样的状态，不敢去反驳。

## 【案例 2】

李楚豪，是一名初三学生，十年前，他的父母离婚了，他跟着母亲生活。母亲独自带着他搬离农村老家，来到城市生活。学费、生活费、住宿费，一笔笔都是庞大的开支，让母亲承担不起。为了让孩子在城市生活下去，为了多赚一点钱，母亲在足浴馆、酒店做过服务生，实在入不敷出的时候，就放下面子四处借钱。这个母亲也不敢多花钱，只有周末孩子回家的时候，她才会买点贵贵的菜，平时都是随便吃点，生活极其朴素。孩子流着眼泪对妈妈喊着说：“妈妈，我求求你了！多给自己买点好吃的，多买几件好一点的衣服吧。”面对儿子的“要求”，妈妈没有悲悲戚戚地要求孩子好好读书，要懂事要听话，而是说出两句让所有人都由衷敬佩的话：“这十年里，外人都认为妈妈过得很辛苦，其实妈妈过得一点都不辛苦，因为妈妈有你。妈妈请你永远记住一句话，你是一只快乐的小鸟，你不属于我，你属于你自己，你属于蓝天，好吗？”

## 【案例分析】

两个案例中呈现出的是两种截然不同的父母类型,一种是从不向孩子强调自己的牺牲,不强制干涉孩子,鼓励孩子勇敢过自己人生的父母,另一种是时刻都在向孩子强调自己的牺牲,用牺牲感去绑架孩子的父母。孩子的每一点快乐,每一个愿望的实现,都伴随着巨大的负疚感,长此以往,孩子可能会越来越压抑自己,因为孩子不想有负疚感,所以就变得越来越不敢有愿望。



很多爸爸妈妈在孩子还是婴儿的时候都会说,只希望孩子可以平安健康长大就好。可当孩子长到一岁、两岁、三岁,她们对孩子的期待和目标就越来越多。尽管很多人不愿意承认,但其实父母对孩子的爱会有条件,条件会越来越多,越来越高,她们表现出来的态度也会让孩子感觉,似乎只有自己足够优秀,爸爸妈妈才会爱自己。

罗素在《幸福之路》一书中有这样一段话:“在父母和孩子的关系上,父母应该以尊重他人人格的平等态度对待自己的孩子,而不是试图掌控权力,让孩子对自己唯命是从,甚至要求孩子去实现自己少年时没有实现的理想。”

罗素还指出,“父母不应该为孩子做太多的事,凡是自我牺牲的父母往往对孩子非常自私,会试图从情感上掌控孩子,过分的牵挂往往是占有欲的伪装。”仔细想一想,不正是如此吗?结果也只会苦了父母,也苦了孩子。

在美剧《随性所欲》中有这样一句台词:“我们花一辈子的时间,等父母给我们道歉;他们花一辈子的时间,等我们说‘谢谢’。而我们都得不到想要的。”

父母们,你们是否在你们的言语中有意无意地向孩子表露做什么事情都是为了孩子呢?比如:早

上,当你出门去上班时,孩子拉着你说:“妈妈,你不要去上班,我不想你去上班!”这个时候你们是怎么安抚孩子的?你们有没有说过“妈妈上班是为了赚钱给你买玩具”类似这样的话呢?这样何尝不是在绑架孩子呢?

孩子长期被父母的牺牲感绑架着,慢慢地在内心会形成一种愧疚感,生怕自己给别人添了麻烦,或者违背了别人的期待,就会不被喜欢,甚至被惩罚。表面看,这样的孩子是让家长省心了,但也将父母对孩子的关心推远了,孩子失去了和父母的亲近和默契,会过分看重别人的目光,内心被很多条条框框束缚着……

心理学家大卫·霍金斯博士曾分析了各类情感的能量等级,等级最低、最负面的情感不是愤怒、悲伤、恐惧,而是内疚和羞愧。一个习惯了愧疚的人,看不到自己的价值,认为自己不配得到。他们会不敢追求自己的理想,即便得到了也会有一种自卑感。

相信这不是所有的父母们希望看到的,所以别再不厌其烦地对孩子倾倒辛苦和不易,别用自己的牺牲和付出去绑架孩子了,还孩子一个充满自由和关爱的家庭成长环境吧!