

# 好的关系,不必太“客气”

蟪蛄君

“金钱债易还,人情债难还。”没有人活得像一座孤岛,但很多人不轻易向他人求助,因为害怕欠人情债。但如果人与人之间总是互不相欠,就很难产生长久的交情。

当别人鼎力相助,我们以真心答谢,一来二往之间,就会给生活增添许多人情味。要知道,好的关系从来不会在“客气”中产生,而是在互相麻烦中修来的。

“礼貌也许意味着疏远,客气也许意味着距离”,这话一点没错。通常我们都喜欢讲礼节,虽然这样会增添好感,但过多的礼数反而令人难以亲近,无法交心。

网友麋鹿讲过这样一个故事。她与朋友小A在咖啡厅相聚,小A向她诉苦:“不知为什么,我总结识不到新朋友。”其实她人很善良,对别人温和有礼,但这也成了她人际关系发展的障碍。麋鹿笑了笑说:“难得见面,不如今天我请客。”小A愣了一下,接着礼貌地拒绝,坚持要按以前那样AA。

麋鹿又说:“那么等下我送你回去,我开了车来。”小A又连忙摆手,她觉得这样太麻烦麋鹿了。麋鹿正色道:“你没发现原因吗?因为你不需要朋友,所以没有朋友。”

一个人过于客气,反而会让朋友感觉被需要,久而久之,只会产生生分感。正如武志红说的:“很多人怕麻烦别人,但是不麻烦彼此,关系也就无从建立。”

人与人之间,无须事事泾渭分明。毕竟,有来有往才是人情。适当接受别人的帮助,给日后的互相照应提供了机会。

美国心理学教授伯恩施坦认为:“很多时候没能获得满意的情感关系,不是因为我们不够独立,而是因为我们没学会如何依赖。”不少人心渴望被爱,却又习惯性与别人保持距离。这在无形中造成社交障碍,就算别人想与你交好,也无法靠近。其实,适当地依赖别人、麻烦别人,是给别人一个亲近你的机会。毕竟,懂得麻烦别人,也是一种智慧。

很喜欢一句话:“爱一个你随时都可以打扰的人,而不是总嫌你麻烦的人。”爱情如此,友情也是如此。阿娇和阿Sa长达22年的闺蜜情,就是很好的写照。综艺里,两人相处的点点滴滴都让人心生羡慕。

阿娇看到阿Sa在化妆,就走过去撇着娇让阿Sa帮她化妆。阿Sa顾不上自己的妆容还没有完成,立马给阿娇化了起来。吃饭的时候,菜一上来,阿娇想麻烦阿Sa给她剥一个虾。话音刚落,才发现阿Sa早已剥好一个,放到她碗里了。别人忍不住问阿娇:“她都是这样照顾你吗?”阿娇甜蜜地笑道:“是!”她们的感情,在你来



## 清明

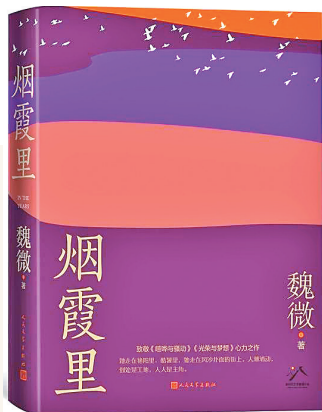
游子

这一天  
清风是你  
鸟鸣是你  
远远的青山和煦的春阳都是你

噙着露珠的打碗花  
在微风中轻轻点着头  
春天这么美好  
我们在不同的时空安逸地活着

真的,不用再悲伤  
在浩荡的春风里  
我们相互思念就好

## 慢书吧



## 《烟霞里》

作者:魏微  
出版社:人民文学出版社  
出版时间:2022年12月

该书是魏微酝酿多年的长篇小说,它以时间为经线,以主人公田庄的经历为纬线,用编年体的方式,逐年检视和回顾了一个女人繁茂又寂静的匆匆一生。田庄出生于二十世纪七十年代的一个小山村,然后读书、上班、结婚、生子,于2011年故去于广州。作为改革开放背景下成长起来的一代人,她走过的人生之路,也与整个国家在这四十多年中的发展变迁同步。魏微的文字从朴实中透露出洁净的气质,平淡如水的叙述或许能带走这个时代的片缕焦躁。

情到深处的盟誓与惶惑在心中冲撞,疑问着各种可能:如果,无助的手在爱人的黑发间缠绕不休,会不会被那份绕指的温柔裹缠一生?如果,不意间,发现爱人的青丝已夹杂丝丝白发,那份疼惜又该如何表达?如果,杨柳岸晓风残月,不得不与熟稔的青丝作别,心中的沧海桑田会翻转到几世几劫?

下一世,到哪里去找那一双手,轻轻地抚弄头发,拂去前世的爱与哀愁?

而眼前,最迫切的是改变把烦恼迁怒于头发的错误认知,尽量让它美起来——头发变丑也是自己疲于奔波和疏于打理的结果。滚滚红尘,留一点关爱疼惜自己,与头发和解不啻为一个不错的开端。

本报所摘部分稿件,作者姓名及地址不详,请与编辑联系,以便寄奉稿酬。  
投稿邮箱:1736305488@qq.com

百业信息

刊登13946092977

金福来全屋定制  
家装工装一体化

承接家庭装修、办公场所装修;家装、工装整屋家具定制;承接同行二手单柜体定制;工厂一站式服务—设计—加工—安装。  
橱柜门、衣柜柜门定制加工(种类有PVC吸塑、PET、高光纳米板材等);免漆板材加工定制柜体(材料与环保等级自选)。  
工厂设有样板展厅,欢迎参观选购。

定制热线  
18904515815  
15846048899

工厂地址:哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路592号,金福来家具有限公司

广告置换易货

食品酒水饮料  
餐饮代金券  
建材家电  
广告全省覆盖

联系电话  
13796106320

生活报中缝广告  
受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅  
刊登84681180  
电话15004697804

“孩子上课折纸飞机,爸爸买一箱纸惩罚”“男孩看电视不睡觉,父母惩罚看通宵”……

# 惩罚式育儿是整顿娃圈还是自恋型父母

生活报记者 刘维娜

近日,为帮助青少年解决心理困惑、就业创业、人际关系、情感婚恋、工作压力等问题,共青团黑龙江省委员会联合生活报开通“12355你的心事我来听”专栏,为龙江青少年服务。专栏推出后,引起了广大读者的关注,并纷纷来电咨询,诉说他们的烦恼。日前,惩罚式育儿频上热搜,引发了网友的热议,有网友留言说这是年轻父母在整顿“娃圈”,也有人说这都是父母玩剩下的,但是这种育儿方式真的正确吗?记者采访了心理专家王宇老师,针对惩罚式育儿为大家进行解析。

## 连刷7小时短视频孩子累到认错

“孩子上课折纸飞机,爸爸就买一箱纸惩罚”“男孩看电视不睡觉,父母惩罚看通宵”“儿子沉迷手机,爸爸逼他连玩17小时”……惩罚式育儿频上热搜,引起网友热议的同时也引发了很多父母效仿。近日,在哈市就有这样一位母亲,效仿起了网络上的惩罚式育儿,但是效果却不是理想,她便向记者求助。

“我家孩子9岁了,最近迷上了刷短视频,周末早上起来,就拿起平板开始刷。我起床后告诉他好几次,别看了,准备去写字班了,他就装听不见,也不理我。后来,我就想起来网上那些惩罚式教育,决定让他刷一天,啥也不干。”刘女士告诉记者,那天,她没领孩子上写字班的课,就让他一直看,“大概看了3个小时吧,他眼睛开始累了,想闭眼睛歇歇,我就让他睁开。后来大概看到下午2点多,他也看腻了,就开始哭着求我,说不想看了,那时候他已经看了5个多小时了。”刘女士说,她没有因为孩子哭求而心软,而是继续让他看,大概快4点时,孩子主动说以后再也不看了,她才关掉平板电脑,让孩子休息。

从那以后的几天,孩子放学回家写完作业也不闹着要刷短视频了。刘女士以为这个方法奏效了,可是又到周末时,刘女士发现孩子背着他偷偷看。“他说在屋看书,然后关了声音,躲在屋里偷看着,听见我走过来,就赶紧关了平板电脑。”刘女士生气地问孩子为什么,孩子说:“我怕你骂我,但我还想看一会儿……”听见孩子的回答,刘女士沉默了,她想达到的效果没达到,反而拉远了和孩子的距离,让他学会了撒谎。

### 王宇老师分析:

教育孩子的过程中,要适当惩罚,但像刘女士和网络这种过度惩罚就不太合理。有种父母在心理学中被称作“自恋型父母”,这类父母会对孩子产生一种“虐待”。它与自恋型人格障碍有关,但不是所有自恋型人格障碍父母都“虐待”他们的孩子。有些自恋型父母很容易被发现,他们往往强烈的感觉自我良好,表现出自私、破坏性的行为。然而,有些自恋型父母藏得很隐蔽,很难被发现。而过度惩罚的父母一般都是自恋型父母,他们通过相对极端的方式让孩子服从自己。

教育孩子最重要的还是要正确引导。父母应该用稳定的情绪和孩子交流,在孩子的心里播下善良平和的种子,这样不仅能让孩子感受爱和温暖,也能为他人传递美好。

# 社会聚焦

12355

你的心事我来听

共青团黑龙江省委员会 生活报社



## 惩罚式育儿会对孩子产生哪些不良影响

- 1、影响孩子的身心健康。

孩子有很多情感需求没办法得到满足,总是需要妥协自己来满足父母要求,长时间下去,孩子就会觉得自己非常孤独,从而产生没人照顾、没人爱、受冷落的感觉。
- 2、影响孩子的性格发展。

父母如患有心理疾病或具有暴躁、情绪无法管理的问题,可能会控制不住愤怒而爆发。患抑郁症或有人格障碍的父母,则有可能会在孩子面前有自杀的想法和行为。
- 3、影响孩子的生理健康。

过度惩罚的家长有些会让孩子下手打骂,让孩子在身体上产生巨大创伤。
- 4、影响孩子的正常生活。

孩子可能因为父母的反对或无人支持,无法正常参加同龄人的聚会交往,无法展现自己的兴趣爱好,无法融入同龄人的生活圈,带来社交障碍。

## 父母应该这样做

- 1、学会转移自己的注意力

孩子年幼时,难免会调皮不听话,但父母要学会控制自己的情绪,不要让自己沉浸在负面情绪中,这样越想就越觉得难受,严重的时候可能会控制不了自己的情绪。可以去做一些自己感兴趣的事情,比如看看书、种种花、逛逛街,或看看电视剧,让自己从负面情绪中解脱出来,转移到开心的事情中去。
- 2、降低期待值

父母望子成龙、望女成凤的心理可以理解,但不要对孩子提出过高的要求,那样只会让自己和孩子同时陷入困境,等于给自己设置了完不成的障碍。
- 3、要懂得认错

没有完美的孩子,同样也没有完美的父母,犯错并不可怕,可怕的是父母没有认错的态度,不懂得反思自身问题。而放下身段向孩子说对不起的父母,不可能培养出幸福健康的孩子。反之,在诚恳道歉的家庭里长大的孩子,内心会充满善良和温暖,因为他们得到了正确的引导,获得了亲密和谐的亲子关系。