

我想做个“好妈妈”，却养出了“甩手掌柜”

倾诉人：二孩母亲 吴女士 记录整理：一楠

每天早上，都是我家最忙乱的时候。我要一边催着上小学三年级的儿子吃早饭，一边给上幼儿园大班的女儿梳辫子，其间还得抽空检查书包、装好水果、找红领巾。直到那天，我拎着两个书包气喘吁吁地跟在两个孩子身后，儿子突然回头说了一句：“妈妈，你怎么什么都弄不好？害我差点迟到了。”

这句话像根刺，扎得我心生疼。从什么时候开始，我的付出变成了理所当然？又是从什么时候开始，我成了孩子眼里那个“什么都做不好”的人？



我的爱，把孩子养成了“局外人”

说起来有些难为情。我儿子今年9岁，不会系鞋带，不会剥鸡蛋，更别提整理书包了。每次有长辈来家里，都会开玩笑说：“你们家这是养了个小‘皇帝’啊！”我嘴上说着“哪有”，心里却隐隐觉得不对劲。

这种局面是怎么造成的？说到底，都是我一手惯出来的。他小的时候，我看他穿鞋慢，就蹲下来帮他穿；看他吃饭撒一桌，就抢过勺子喂；看他整理书

包丢三落四，索性每晚帮他收拾妥当。我的理由很充分：他做不好，我来做更省事；他时间紧，我来做不耽误；他做错了要挨批评，我来做能帮他避免。可慢慢地，我发现，他不只是不会做，是根本不想做了。有一次，我让他自己收拾碗筷，他坐在沙发上头也不抬，说：“妈妈你做吧，反正你做得比我好。”那一刻我愣住了——我本以为自己在帮他，实际上是在反复告诉他：你不行，得靠我。

我累，他烦，这到底是谁想要的生活？

说不累是假的。每天下班回来，做饭、收拾家务、辅导作业，我忙得像个停不下来的陀螺。有一次我发烧，躺在床上起不来，儿子站在床边问：“妈妈，我的校服呢？明天要穿。”我说在阳台晾着。他愣了半天，小声问：“那……怎么穿？”我说：“你自己去拿啊！”他却委屈地说：“可是，我不会挂回来。”我哭笑不得，心里又酸又涩。

更让人难受的是，他根本不领情。有一次，我忍不住抱怨他：“妈妈每天帮你做这么多事，你怎么一点都不懂得感恩？”他却随口回了一句：“又不是我

要你做的。”这话像一块石头，堵得我半天说不出话。是啊，所有的事都是我主动揽过来的，是我替他做了一切。我以为这是无私的爱，可在他眼里，这或许是控制，是唠叨，是他根本不需要的好意。

我开始反思：我到底在害怕什么？是怕他受挫折？怕他被批评？还是怕自己不够称职，配不上“好妈妈”这个称号？可能都有。但最后的结果是，我累得身心俱疲，他却被养成了“甩手掌柜”。我一边抱怨他不够独立，一边又不肯真正放手，让他自己去尝试。

不是不想飞，是翅膀被我收起来了

有一次学校组织春游，我特意在儿子书包里放了一包小零食，想着让他分给同学，多交几个朋友。结果晚上他回来，那包零食原封不动地躺在书包里。我问他怎么没分，他低着头小声说：“我不知道怎么打开，那个袋子我撕不开。”我哭笑不得——那是带锯齿的包装，轻轻一撕就开。可我转念一想，他平时吃的零食，都是我撕好递到他手里的，他确实从来没有自己撕开过。那天晚上，我想了很久：我的代劳，不只是帮他做了一件小事，更是连他尝试的

机会，都一并拿走了。

他现在遇到问题，第一反应不是自己想办法，而是喊“妈”。作业本找不到了——“妈，我的本子呢？”鞋带开了——“妈，帮我系一下。”哪怕他在玩拼图，缺了一块也会喊我去找。我有时故意不理他，他就坐在那里等着，也不自己去找。这种“等、靠、要”的状态，让我越来越焦虑：这样下去，他长大以后怎么办？能自己独立生活吗？能扛起自己的责任吗？

■专家点评

真正的爱，是放手让孩子自己成长

听完吴女士的讲述，我想对她说：“你是一位特别用心、特别爱孩子的妈妈，这一点毋庸置疑。但父母的爱一旦没有边界，就很容易从呵护变成控制，从帮助变成剥夺。”

有太多家长，沉浸在“为孩子付出了一切”的自我感动里，根本意识不到自己的包办正在伤害孩子。所以，能发现问题并主动转变观念，非常重要。在我看来，家长们可以试着从这几个方面作出调整：

第一，要分清“帮忙”和“替代”的界限。孩子小时候能力不足，父母适当帮忙是应该的。但随着年龄增长，很多事情，孩子其实可以自己完成。父母长期的替代，会让孩子彻底失去练习的机会。我希望家长朋友们明白：真正的爱，是帮孩子学会做，而不是替他做。

第二，要允许孩子犯错，甚至主动给孩子试错的机会。我特别理解很多家长不敢放手的心情，怕孩子做错、做不好、吃亏受累。但试错本身，就是成长的一部分。孩子今天系鞋带系得慢，明天就能系得快；今天收拾书包落了东西，明天就知道要仔细检查。如果永远不让孩子尝试，他就永远学不会独立。所以，在可控范围内让孩子试错，比无微不至的保护，更能帮助孩子成长。

第三，要学会后退一步，把属于孩子的责任还给孩子。家长的包办、替代，会让孩子形成“这件事跟我没关系”的心态。我建议家长们可以试着适当“罢工”——让孩子明白，自己的事情必须自己做，做不到就要承担相应的后果。这听起来或许有点“狠心”，但其实是帮孩子建立责任意识最有效的方式。

结合以上情况，我想给出几条具体的建议：

1. 用引导式提问代替指令性安排。别直接告诉孩子该做什么、怎么做，试着用问题引导他自己思考。比如整理书包时，你可以问：“明天有什么课？需要带哪些东西？你自己检查一下，有没有漏掉什么？”这样，孩子才会主动动脑子，而不是被动等着你的安排。

2. 给孩子家庭决策权，让他当家里的“主人翁”。让孩子参与家庭事务的商量，哪怕是很小的事情也可以。比如周末去哪里玩、晚饭吃什么、自己的房间怎么布置，都可以听听他的意见。当孩子感受到“我的想法被尊重”，他才会慢慢学会思考和担当。

3. 建立自理小目标，从小事练起。可以从一件小事开始，比如让孩子自己穿衣服、自己整理书包、自己洗袜子。做得好就及时鼓励，做不好也别急着插手，你可以问问他：“哪里卡住了？下次怎么调整会更好？”让孩子从完成小事中获得成就感，慢慢建立自信。

4. 用复盘式沟通代替批评指责。如果孩子做错了事，别一上来就指责：“你怎么这么笨？早听我的就好了。”试着和他一起复盘：“当时你是怎么想的？这次没做好，下次可以怎么做得更好？”这样，孩子才能从错误中学到东西，而不是只记得被批评的委屈。

我想说，教育不是雕刻，而是浇灌。我们做父母的责任，不是把孩子塑造成自己想要的形状，而是给他阳光、水分和土壤，让他自己长成该有的样子。

吴女士的经历，其实是很多家庭的缩影。我们总怕孩子输在起跑线上，怕他吃苦，怕他受委屈，于是拼命帮他铺路、替他扛事。可到最后会发现，那个被我们保护得太好的孩子，反而输掉了最重要的能力——独立。

3岁到12岁是孩子自主性发展的关键期，一旦错过，以后要补的课就多了。与其等孩子长大后，抱怨他什么都要靠父母，不如现在就学会放手。因为真正的爱，从来不是把孩子护在自己的翅膀底下，而是教会他如何自己飞翔。

愿每一位父母，都能在爱的路上，学会得体地退出。

（点评专家：璇紫，徐州市家庭教育研究会副会长、国家二级心理咨询师、璇紫教育连锁机构创始人）