

妈妈，我不敢推回去

分享人：九岁男孩母亲郑女士 记录整理：一楠

“妈妈，今天体育课，小刚推了我一下。”

“那你推回去了吗？”

“没有。”

“为什么？”

“我怕打起来。”

儿子九岁，三年级。这不是他第一次被推。小刚是班上一个块头比较大的男孩，最喜欢做的事就是抢别人东西、推人、拍人头。儿子被他抢过笔、推过好几次。每次回家说，我第一反应都是：“那你推回去啊！他推你你就推他！”

儿子每次都说：“我不敢。他比我高那么多。”

我气得不行。有一回拉着他：“走，妈妈带你去找老师！”他拽着门框不肯走：“不要！告状更会被欺负！”

我愣在门口。他说得对。我小时候也被欺负过，告老师的结果是：老师不在的时候被堵在厕所。我知道告状没用，可我更怕他一直这样软弱下去。

让我彻底崩溃的是有一天下雨接他，他浑身湿淋淋地出来，书包也湿了一半。我问怎么回事，他说：“放学的时候小刚在门口推了我一把，我摔进水坑里了。”

我看着他校服全是泥水，声音都变了：“他推你你就让他推？你就不会一把推回去？你就不会指责他？”

他低着头：“我说了，我说‘你别推我’。他说‘我就推你怎么了’。然后他就走了。”

我的怒火一下子没处发。我拉着他的手一路没说话，到家才发现他手肘擦破了一大块皮。他一路都没说疼。

那天晚上我翻来覆去睡不着。我不是气他被欺负，我是气他——凭什么站着让人推？那么大个子，怎么连还手都不会？

第二天我去找班主任。老师说：“小刚确实皮，说过他几次了。但你儿子的问题也需要改变——他从来不反抗。别人推他他就往后缩，别人抢他东西他就松手。别的孩子看他好欺负，习惯性地就会挑他下手。”

“那我怎么教他？让他打回去？”

老师说：“打回去当然不行。他的问题不是‘不会还手’，是‘整个人没有反击的气场’。他首先要先建立自信，

和面对解决问题的勇气。再看下一步。”

老师的话把我拉回来了一点。我一直教他推回去，但那是我的方式。他的方式根本不一样。他怕冲突、怕打架、怕动手之后事情更糟。这不是胆小，这是他处理事情的一种逻辑——虽然笨，但他有他的一套。

我想起有一回我带他去游乐场，一个孩子插队。我上前说“小朋友要排队”，那孩子瞪了我一眼，我瞪回去，他退后了。出来之后儿子说：“妈妈你好厉害。”我说：“你也可以。”他摇头：“我跟别人瞪眼睛的时候，眼睛会酸。”

我当时的表情大概是哭笑不得。但后来我想，他说的也许是真的。有些孩子天生不擅长“瞪回去”。那我能教他什么？

我问了他一个问题：“如果小刚再推你，你除了推回去，还能做什么？”

他想了一会儿：“我躲开？”

“然后呢？”

“我跟他说‘你再推我我就告诉老师’？”

“如果他继续呢？”

“我就走开，不跟他玩。”

他回答的时候不是在敷衍我，是真的在想。他的方法不是打，是躲+警告+远离。这在成年人的世界里可能不够“爽”，但对于一个不擅长打架的九岁男孩来说，这可能是他能做到的最优解。

后来我跟他说：“小刚推你的时候，你可以先大声说一句‘你干吗推我’——声音要大，让旁边的人都听见。如果他继续，你就走开，然后告诉老师。记住——你不是逃，你是换一种方式保护自己。”

他点点头。我不知道他能不能做到，但我至少给了他一个除了推回去以外的方法。

上周放学我去接他，他跑过来，书包背得好好的，身上干干净净。他说：“妈妈，今天小刚又推我了。”

我压住心跳：“然后呢？”

“我大声说‘你别推我’，班里好几个同学都回头看了。他没再推我，还说‘凶什么凶’。然后他就走了。”

我说：“你当时怕吗？”

“怕。但我喊出来之后，好像没那么怕了。”

他在学，在自己的节奏里。“大声说”的方式也许看起来不够硬气，但对他来说，已经是从站着不动，到亮出声音的一大步。

■专家点评

独立不是推开 是接住了再放手

教孩子保护自己，根本不是教他打架，是教他不怕。

郑女士的困惑，说出了很多家长的心病：怕孩子被欺负，更怕孩子一直被欺负。家长的第一反应往往是打回去，但对很多孩子来说，打回去是做不到的——他们怕事情升级、怕自己会遭到报复、怕局面失控。这不是软弱，是一种与生俱来的冲突回避倾向。

郑女士后来做的调整，很值得借鉴。她没有硬逼孩子“变成另一个人”，而是顺着孩子的性格，帮他找到属于他自己的边界。这里有几个关键点：

第一，区分反击和回应。反击是：你推我我就推你。回应是：你推我，我让你知道推我是不对的。儿子后来做的，大声说“你别推我”，就是一种回应。它不会升级冲突，但亮出了边界。对胆小内向的孩子来说，这一步比推回去更合适。

第二，先有声音，再有气场。气场不是练出来的，是长出来的。郑女士儿子从站着不动，到大声说一句话，中间间隔的是：相信自己说了有用。只有当他发现，大声说话有用，老师同学会听到，小刚会退，他才会有下一次更坚定的回应。声音是会变大的。

第三，给孩子提供可操作的替代选项。只说不打不够，要说清楚做什么。郑女士后来跟儿子说的：喊出来+走开+告诉老师，是适合他性格的三个步骤。这些都是具体的、他能执行的。

第四，对于不还手的行为，不要进行羞辱。郑女士最可贵的地方是她停住了。当老师说“你要先帮他说出那句‘别碰我’的声音”，她听进去了。她没有继续说“你怎么这么没用”，而是开始想“他还能做什么”。

那个不敢推回去的孩子，不是没有脾气，是没有面对的勇气。当他终于喊出那句“你别推我”的时候，他害怕的毛病没有全好，但他多了一个选项：我可以选择开口。这比能打赢重要得多。一个能说不的孩子，以后才敢说我要。

（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）



AI制图