

# 跟孩子较劲,那肯定输!无数妈妈的委屈找谁诉说?五月智慧父母修炼营开营

资深心理专家教你如何『修炼』,赶紧来报名吧



当妈是一种修行,带孩子是一场孤独且漫长的自愈之旅。每一天,似乎都是一场战斗。左手是生活,右手是工作,哪个都不能松懈。不少妈妈感慨:当了妈妈后,每天的空闲时间都是孩子的,明明下班后拖着疲惫的身躯回到家,可是一看到娃就感觉打了鸡血,对孩子无微不至、陪伴学习。每天在无数“妈妈、妈妈”的叫声中度过,那时也许觉得很烦,但从心底还是觉得,这是甜蜜的负担。

不知曾几何时,孩子的话少了,一放学回家就关上房门,不愿意跟妈妈沟通,有时想跟TA聊聊,TA显得很不耐烦,甚至有时“一点就炸”。面对曾经黏着自己的孩子现在态度的转变,无数妈妈情绪失控,有时甚至对着TA怒吼,事后又无比自责内疚,隐隐地心疼TA。



## 嘉宾简介:

孙立群 中学高级教师,国家二级心理咨询师,中国家庭教育学会理事,温州市鹿城区家庭教育学会理事,中国心理学家大会讲师团讲师,浙江省银龄专家援疆第一人。

## 1 王女士诉说她育儿路上的“一地鸡毛”

市民王女士曾经就因为跟女儿的关系降至冰点而郁郁寡欢。王女士说:“大女儿在小学的时候一直成绩优秀名列前茅,懂事乖巧,也特别黏我。上了初中以后,可能是学业压力突然变大,她变得不爱说话,经常发脾气。她这样的变化,让我措手不及,眼看着她没有理由地对我们家长闹脾气,一不如她的意就嘭的一声把门甩上,自己关在房间。有时直接跟我顶嘴,吵得面红耳赤。”王女士说,母女俩有时一吵架就是半个月不讲话,内心非常的煎熬和崩溃,心想一心一意为她着想,结果换来的是孩子的不理解,想想就心塞。“后来我也试图从自己身上找问题,跟着资深心理老师学如何跟青春期的孩子相处,我们母女的关系缓和了不少。”

## 2 无数妈妈的委屈找谁诉说?

无数的妈妈表示,每天都在经历着打鸡血拼命鸡娃,但孩子却一副摆烂躺平,甚至厌学的情绪,眼看着成绩下滑,生怕孩子身心健康出现问题……到底怎么做、怎么说,才会让孩子愿意听话,才能让孩子感受到父母的爱?怎么修炼才能成为智慧的父母呢?

据调查了解,像王女士这样的情况不少,孩子大了,到了青春叛逆期,他们的各种行为让家长不知如何适应,打不得骂不得,哄着又怕长了他们的气焰。跟青春期中孩子的相处之道,不少家长表示“真的不明白,太委屈,太卑微了”!

到底怎么做才是正确的相处模式,才能让孩子敞开心扉,愿意跟家长沟通;才能挖掘孩子学习的内驱力,让家庭亲子关系更和谐?我市资深心理专家孙立群老师说,家长要学会鼓励、赞赏孩子,学会走进孩子的内心,帮孩子共同解决问题,给孩子安全感,在唤醒孩子的内在动力等方面下功夫,简单来讲就是学会“如何听、如何说、如何爱、如何做”,才能修炼成为有智慧的父母。

## 3 “智慧父母修炼营”报名启动

5月中旬,本刊将举办“智慧父母修炼营”,请我市资深心理专家孙立群老师,给家长们上课“如何做一个智慧父母,引领孩子面向未来”。

开课时间:5月15日起(每周三晚上6:45~8:15,一次2课时,共4次)

入营费:480元

名额:小班制学习交流,满15人开班

对象:家有12岁~15岁孩子的家长

地点:市区公园路105号报业大楼709室

报名方式:



扫码报名

课程共设8个课时,具体内容安排如下:

一、如何听,孩子才会说

1、帮助孩子面对他们的感受;2、鼓励孩子与我们合作;3、学会赞赏孩子;4、让孩子从角色中释放。

二、如何说,孩子才会听

1、走进孩子的内心世界;2、共同解决问题;3、给孩子自我修正的机会;4、与孩子谈论敏感话题。

三、如何爱,孩子才明白

1、重新定义好父母;2、保护家庭从保护自己开始;3、接受孩子和自己,同理心;4、更人性化的表达。

四、如何做,孩子才成长

1、给孩子安全感;2、让孩子有归属感;3、父母的自我成长和疗愈;4、唤醒孩子的内在动力。

■温都记者 林摄尔



### 浙江省龙港市人民法院公告(2024)浙0383破5号

本院于2024年4月8日,根据湖州云鹏企业管理合伙企业(有限合伙)申请,裁定受理苍南县瑞升气体有限公司破产清算一案,同时决定适用快速审理,并指定乐清永安会计师事务所有限公司担任管理人。该公司的债权人应于2024年5月20日前,向管理人申报债权(地址:乐清市乐成街道乐怡路2号乐怡大厦8楼,邮编:325600,联系人:董海生、林宏声,联系电话:1386771640、13505878915),申报时应书面说明债权数额、有无财产担保等,并提供相关证据材料。如逾期未申报的依照《企业破产法》第五十六条规定处理。该公司的债务人或财产持有人应向管理人清偿债务或交付财产。该公司第一次债权人会议定于2024年5月24日下午3时00分在本院第六审判庭(地址:浙江省龙港市海港路1180号)召开,债权人出席会议应提交身份证明或营业执照、法定代表人身份证明,有委托代理人的提交授权委托书。

龙港市人民法院  
二〇二四年四月十一日