

# 孩子常說“反正”，是在向父母求助

朋友給我講過一段她早年做心理諮詢的故事。一個媽媽帶兒子來做心理諮詢，原因是“孩子太叛逆，說什麼都不聽”。

那時很多父母還有一個觀念，孩子不聽話，絕對是孩子的問題。

他們找諮詢師的原因也不是真想解決問題，而是希望多一個“權威”幫他們“馴服”孩子。

兩人見到諮詢師以後，媽媽說了很多話，孩子一言不發，眼睛就盯着地板。聽媽媽說完，諮詢師說：我已經大致瞭解情況了，現在我可以單獨和孩子談談嗎？

朋友回憶說，那次諮詢的很多細節她記不太清，但有一個細節，她記得特別清楚。

每當談到母親時，孩子就會說：

反正我說什麼她都不聽。

反正什麼都是我的錯。

反正她覺得我什麼都不好。

孩子的這幾句話一直記在她心里，尤其是那3個“反正”。

後來她做諮詢的時候會特別留意“反正”這兩個字。她發現，那些被父母稱為“叛逆”的孩子最喜歡說這兩個字。此外，在衝突很多的家庭中，每一個家庭成員都常常說這兩個字。

“反正”到底代表一種什麼心理？“反正”的出現，代表期待別人做一些事，卻得不到經驗。

人們會在期待落空時感覺到難過，感覺到傷害。有過這種經歷的人，為了不讓自己再

受傷，不再感到難過，會逐漸放棄自己的期待。在這個過程中，他們會對自己“期待”的那個人說“反正”。這不是一種對抗，反而是一種求助，希望對方能幫助自己減少傷害。

當然，沒有一個父母能夠隨時隨地滿足孩子的期待。但如果孩子經常說這句話，父母就應該去思考一個很重要的問題了：為什麼孩子對我有這些期待？

是否在過往經歷中，他曾被滿足過，但現在父母卻不再這麼做了；又或者他在和別的孩子對比中，發現別的孩子父母會滿足孩子這種期待，但自己的父母卻不會。這種對比，讓他心里有落差。

為了不讓自己那麼難過，他乾脆就不斷用“反正”這個詞降低自己未來的期待，保護自己不要受到太多傷害。

當一個人常常用這個詞和父母溝通的時候，也預示着，他會漸漸減少和父母的交流。因為人會漸漸在心理上疏遠那些總讓自己“失望”的人，總是讓自己受傷的人。

而父母卻會錯誤以為，孩子開始“叛逆”了。

如果孩子總是對父母說這兩個字，父母應該怎麼辦？

很簡單，將這句話的潛台詞翻譯出來。

“反正你不會”的潛台詞就是“我期待你會”。

“反正你不會聽我說”的潛台詞就是“我期待你會聽我說”。

“反正你覺得我不如別人”的潛台詞就是“我期待你能覺得我比別人好”。

“反正什麼都是我的錯”的潛台詞就是“我期待你可以不要”。

覺得什麼都是我的錯。……

應對“反正”的第一步，是看到“反正”背後的期待。

感受說“反正”這句話的人，內心失望的感覺，以及未來害怕受到傷害的恐懼。

如果你把它理解為“叛逆”，你和孩子未來溝通會很難進行下去。

第二步該做什麼？

父母應該告訴孩子，自己看到了他的期待。當孩子說“反正你不會聽我說時”，可以告訴他：

我知道你一直希望我好好聽你說話，聽聽你的觀點和想法。

過去是我忽略了，現在我會坐下來好好聽你說。

父母也不可能滿足孩子的每一個期待，而孩子的期待也未必全合理。

不管能不能滿足，都要讓對方知道我明白你對我有什么期待。

父母可以對孩子說：

我知道我希望我做……我現在做不到/我不能答應你。因為……

即便做不到，如果對方知道你其實明白他心里的期待，他就會得到一份安慰，即便期待滿足不了，也未必就會感到受傷。

如果你是常常對一個人說“反正”的人呢？你該怎樣去看待自己這個行為？

如果你常對一個人說“反正”，那說明你對這個人有很多期待，可也知道他不會去滿足。這可能預示着你們的關係已經出現了障礙。

你要好好分析一下自己期待和“反正”形成的原因。最後還要說一點：“期待”永遠是掌握在別人手中的遙控器。

如果什麼事情都期待別人去完成，去滿足，你的人生就被別人操控了。

如果一個人總是頻繁的在生活中運用到“反正”這個詞，也需要考慮是否應該收回一部分“期待”，將這些期待留給自己去實現。這樣你在所有關係中，就會少很多失望，多很多主動性。



儘管韓國和日本都使用筷子，但是筷子和筷子有所不同。中國人使用筷子是非常獨特的。中國人筷子的長短，曾經代表着生活的貧與富。過去有錢人的筷子都長，沒錢人的筷子都短。是因為過去吃飯沒有轉盤，有錢人菜多，想要夾到遠處的菜，筷子就要長。

## 筷子

為什麼日本人的筷子短呢？因為日本人是自己吃自己跟前這一盤，長了沒用，還礙事。而且日式筷子頭尖。為什麼日本用尖頭筷子，中國用平頭的呢？中國人認為，吃飯時能夾起來就吃，絕對不允許你扎。在什麼情況下可以扎呢？祭祀死人的時候，比如扎饅頭。小時候去食堂吃飯，拿筷子扎兩個饅頭舉着就

出來了。大人說不行，趕緊弄下來，這不吉利。日本人的筷子為什麼是尖的呢？是因為日本人吃生魚，生魚滑，尤其切薄了以後更滑，所以允許扎。在日本你拿筷子扎東西不丟人，也不違規。

韓國人為什麼用金屬筷子呢？因為經常吃燒烤，竹筷、木筷很容易炭化，所以韓國人很喜歡用金屬筷子。韓國還受早期遼金文化的影響，金屬筷子呈扁方形。我們跟西方的差異就更大，他們用刀叉，我們用筷子。我們用兩根木頭解決一切問題，西方人必須用兩件東西來解決問題，右手執刀，左手執叉，把東西切開吃。蔡元培先生曾經說過，中國人從來都是尚文明而不尚武力，從餐桌上就可以看出中國人和西方人的區別。我們的筷子溫和，沒有刀光血氣，刀叉就有。在古代，又就是一種兵器。刀就不用說了，刀本身就是一種武器。把武器拿到桌子上，是游牧民族的文化特徵。

## 拉斯維加斯沒有秘密

能離開哈拉斯，一去不返。

哈拉斯賭場的熟客莎莉開着自己的本田轎車刷卡進入賭場車庫。接待員微笑着和她打招呼，他面前的電腦顯示屏上彈出莎莉的信息：“34歲，白人女性，來自中產階級街區，喜歡玩老虎機。”

“這種客戶追蹤記錄服務在拉斯維加斯的頂級賭場早已不是什麼秘密了。”娜塔莎告訴記者，賭場最優質的服務是為不同客人提供最個性化的“幻象”。客人通常意識不到，他們走入賭場後看到工作人員的每一次微笑，都是經過精心設計的，甚至客人們所能接觸到的服務員數量也是通過數學建模確定的。這些設計的訣竅，來自客人所持的賭場會員卡。

哈拉斯賭場推行了一套名為“完全回饋的會員卡制度”，分3個等級：金卡、白金卡、鑽石卡。顧客在賭場內停車、玩老虎機、用餐、住宿都要用到會員卡。賭場鼓勵人們使用會員卡，場內消費會生成積分，而這些積分，又可以繼續用於消費，且有折扣。

通過這種方式，哈拉斯賭場積累了近5000萬會員的信息，這是博彩業最大的客戶數據庫。賭場會追蹤這些數據。當記錄積累一兩年後，賭場就可分析出該客戶的喜好、消費水平、賭博習慣等基本情況。系統還能根據客戶背景資料及歷史消費模式計算出他們的“痛點”——如果輸錢超過“痛點”，今晚的賭博會成爲一個痛苦的回憶，客人可

對客人秘密瞭解得越詳細，賭場就越能有效率地賺錢。各家賭場都在無所不用其極地收集客人的數據。早在20世紀90年代，賭場運營商就從信用卡公司和直郵營銷人員那里購買客戶信息，獲取“病理性賭徒特殊名單”，尋找那些“難以抵擋任何形式的賭博慾望”的賭徒。

2012年8月13日清晨，賭徒史蒂文斯坐在吉普車的保險杠上，舉起勃朗寧半自動12毫米口徑獵槍，對準自己。他是一名“病理性賭徒”，在賭場設置的重重機關下，他輸掉了全部年薪，挪用了公司700萬美元公款，用完了15萬美元的養老基金，刷爆了自己的信用卡，甚至掏空了女兒的大學基金。

他最終扣下了獵槍的扳機，結束了自己的一生。而他所有的經歷，大概都留在賭場後台的數據庫里了。



### 唯一公開的特長課成績

優優在德國上了小學三年級後，終於有了考試。但老師對學生們的考試成績保密——除了學生本人和家長外，絕不會讓別的同學和家長知道，至於按照分數排名，就更不可能了。

雖然文化課成績保密，但有一門課的成績卻是完全公開的，那就是特長課。

優優進三年級沒幾天，就給我們帶回一封致家長的信，大意是希望家長給孩子培養一個特長。到學期末時，學校的老師會到家里來進行現場考試。這門課非常重要，希望家長重視。

這可難住我了，因為信上有這麼一句話——請儘量選擇學校開設課程之外的特長。這麼一來，優優讓我引以爲豪的繪畫、舞蹈以及小提琴全都被否決了，因為它們都屬於學校的美術、音樂等藝術課程範疇。我實在想不出還能發掘出優優的什麼特長來迎接考試。

無奈之下，我跑去隔壁的佐登太太家取經——她的兩個孩子都已進入名校深造，想必她對此是有心得的。

沒想到，佐登太太給的建議那麼不靠譜，她建議優優培養的特長竟然是包餃子。剛搬來時，爲了增進與左鄰右舍的感情，我常請他們來家里吃飯，用來款待他們的就中國傳統美食——餃子。對於在飲食上粗枝大葉的德國人，中國的餃子簡直是一種神奇的魔法——將肉和菜剁碎調成餡兒，麵粉按揉擀皮兒，然後將它們融合成美食。

#### 包餃子也能當特長

一頓餃子之後，鄰居們都成了中國美食的狂熱粉絲，對我這個中國媽媽也贊譽有加。沒想到的是，優優的表現竟然也入了佐登太太的法眼——優優那天一直在邊上幫我包餃子。對一個七八歲的中國小孩而言，包餃子並不是什麼難事兒。可在德國人看來，那麼小的孩子能將餡料填進面皮，還捏出漂亮的元寶狀，且

邊緣還有花紋，那就是很了不得的表現了。所以，佐登太太一口咬定優優能包餃子，就算得上很有特長，而且這種特長在德國絕對是萬里挑一的。

真能把包餃子當作特長來迎接考試嗎？我有點忐忑，可佐登太太信誓旦旦地說，絕對沒問題。回家一問優優，她也覺得選包餃子參加考試挺有趣，於是我採納了她們的建議。

優優對此倒是沒什麼壓力，因爲一家人都愛吃餃子，所以我們家隔十天半月就會包一次，每次她都會打下手。鑒於這份家務活兒變成考試內容，她比以前更上心了。以前她



說，三天後老師會來家里對她的特長進行現場考核。考試那天，我在家先做好了準備工作，揉好了面，拌好了餡兒，恭候考官們大駕光臨。

等老師們滿臉好奇地圍着廚房的操作案台站定後，優優輕鬆登場。她一點兒也不怯場，唰唰唰地擀皮，飛快地填餡兒，手指像小雞啄米似的動着，然後一個個餃子就整齊地出現在托盤上。老師們都驚訝地張大了嘴，彷彿在看什麼精彩的表演。當優優終於拿出自己左右開弓的絕活時，老師們情不自禁地一起鼓掌。

當熱騰騰的餃子出鍋後，老師們一人一盤品嚐得不亦樂乎，還不忘跳起大拇指稱讚優優做的餃子真是美味。

結果自然是皆大歡喜，

切至圓心，這樣才能塑造出漂亮的花朵形狀。

可優優很有恆心，回德國後一次不行就兩次，兩次不成功就三次，在嘗試了七八次之後，漂亮的棗花糕終於做成了。那個學期的特長考核中，老師們看着麵糰在優優手中一點點變成花兒形狀一樣的美食，竟忍不住齊聲驚呼起來——一個優等自然又收入囊中。

#### 讓孩子快樂的就是特長

最有趣的是，對班上的學生進行特長考核時，老師會全程攝錄。而且，凡是得到優和良的特長考核錄像，老師都會在班上播放給每個同學看。

優優看了別的老師的特長考核後回來告訴我，原來特長課的門類竟然可以這麼寬泛，甚至有點兒隨心所欲的任性……好比優優班上有個小胖子男生，他的特長就是吹室外充氣游泳池。一般的家庭都是用充氣泵充氣，可那孩子肺活量驚人，可以用嘴把充氣泳池吹起來——就這麼點兒與眾不同，他就得了個良。

再比如她們班有個看起來沉默寡言的小姑娘，居然會口技，能夠模仿十種以上鳥兒的叫聲，栩栩如生，她還能模仿出輪船汽笛聲、飛機引擎聲、汽車引擎轟鳴等多種聲響。這種玩兒似的特長，也被老師們慷慨大方地給予了“優”的評價。

後來在開家長會的時候，優優的班級導師告訴我們：絕大多數人可能會平凡地度過一生，可偏偏有很多父母在教育孩子的時候，忽略了這99%的部分，而是將精力集中在剩下的1%的渺茫希望中。這意味着從一開始就是一場注定會失敗的豪賭，也是教育悲劇的開端。她說經過調查顯示，德國孩子長大後大部分都做了電車司機、麵包師、清潔工等平凡而普通的工作。所以，所謂特長，其實只是一種能讓孩子快樂，也能讓家長欣慰的平凡而普通的技能。

把一件平凡的事兒做得不平凡，才是教育的最終目的。

## 讓孩子快樂的技能

只是幫忙包，現在還開始嘗試着幫我擀麵糰、擀餃皮兒，雖然不一定能擀出中間厚、邊緣薄的最佳狀態，但也絕不會出現下鍋一煮就破皮糊湯的情況。

最讓我驚訝的是，優優竟然無師自通地掌握了一門連我都不會包的餃子絕活——左右開弓。她可以用兩隻手同時捏兩個餃子，而且捏出來的餃子品相還非常不錯。一來二去，她就成了家里包餃子時不可或缺的好幫手了。

#### 包餃子包出優等生

轉眼快到學期末了，一天優優回家時跟我

優優的特長考試拿到班上僅有的三個優等之一。

受此鼓勵，優優對於做面點萌發了極大的興趣。春節跟我回國探親時，她被一種叫作棗花糕的麵食吸引了。這是我們當地的一種傳統民俗小吃，只有過年時才會做，用發麵做成花朵形狀，上面用大紅棗和蜜棗作為點綴，是一種好吃更好看的年節美食。

雖然好看又好吃，但是不好做。首先必須得用發酵的麵糰，然後用S形對卷，還必須用筷子夾出四個圓，最後還要用刀在四個圓卷上