

父母要常说这五句话
不想孩子养成『讨好型人格』



每个孩子
都是独一无二的个体
拥有自己的想法和感受
但在成长过程中
有些孩子可能会因为
害怕被拒绝或不被认可
逐渐形成一味讨好他人
放弃自己需求的“讨好型人格”
作为父母
常说这5句话
可以让孩子学会
尊重自己、勇敢表达

1

“孩子，你的感受很重要”

为人父母，请一定要告诉孩子：“你的感受非常重要，不要总是委屈自己，不要总是压抑自己的情绪。”

过分在意别人会不会不高兴，甚至不惜牺牲自己来满足别人的要求，这样的结果往往是伤害自己，容易演变成“讨好型人格”。

父母可以这样对孩子说：“你不需要让所有人都喜欢你，重要的是，你要永远喜欢自己。学校里有其他小朋友说不想和你做朋友，这不是你的错。就像熊猫喜欢吃竹子不喜欢吃香蕉一样，这并不代表香蕉不好，只是还没有遇到喜欢吃香蕉的猴子。”

2

“孩子，勇敢表达你的想法”

为人父母，请一定要告诉孩子：“亲爱的孩子，向别人表达自己的需求是一件很酷的事情，要勇敢地说出自己的想法。”

平日里，父母可以引导孩子多多表达自己真实的内心需要。在不同的情景中，鼓励孩子讲出自己的意见和想法，让他们逐渐建立起表达自信。当孩子愿意尝试表达时，父母要多给予他们鼓励和支持。

即使有时孩子的表达不太流利或者不太得体，父母也要尽量给予积极的评价，让他们感受到自己的努力得到了认可，然后再陪伴孩子一起提高表达能力。

3

“孩子，你要学会拒绝不合理要求”

为人父母，请一定要告诉孩子：“亲爱的孩子，面对不合理的要求，你可以大胆拒绝。”

日常生活中，父母可以在适当的时候，向孩子展示如何拒绝他人不合理的要求。当孩子勇气不足时，还可以告诉他：“孩子，如果你不喜欢，可以直接拒绝，没关系的。”

最重要的是，家长需要尊重孩子的意愿和选择。当孩子表达自己不愿意做某件事时，家长应该认真倾听原因、尊重孩子的决定，而不要一味强迫孩子“听话”。

4

“孩子，你做得非常棒”

为人父母，请一定要告诉孩子：“亲爱的孩子，你真的很棒，我们都为你骄傲。”孩子在受到夸赞时，内驱力会大大提高。正面的认可，会给孩子积极的心理暗示，更容易唤醒孩子的内驱力。

孩子遇到挫折时，他们内心已经经受一层打击，有些脆弱了。这时，家长的鼓励可以为孩子内心注入巨大的能量，让孩子重新振作起来。

经常说“这件事你做得非常棒”，就是告诉孩子“我看到了你的努力，我为你骄傲。”孩子的闪光点被看见，相信“我能行”，才能坚定不移地继续为目标而努力。

5

“孩子，我永远爱你”

为人父母，请一定要坚定地告诉孩子：“孩子，我永远爱你。”心理学研究表明，每一个孩子在童年期，都需要父母“无条件的爱”。童年期缺爱的孩子可能会为了博取别人的关注，一味地迎合别人的想法，形成“讨好型人格”。当孩子明白父母的爱是无条件的，他们才会更有自信和勇气，去面对未来。

平日里，请不要吝啬爱的表达。我们要让孩子明白，父母的爱是他们最坚强的后盾，是他们探索世界的勇气和动力，更是他们遭遇挫折后能够爬起来继续前进的底气。

来源：人民日报

“骑”行梦想

我的摩托车情结始于20岁出头的青葱岁月。彼时我在城市南三环的建筑工地上班，而家住在城市的北端，每天早上需要蹬自行车一小时通勤，途中还有一个漫长的上坡，自行车轮盘齿轮已经磨秃挂不住链条，骑起来打滑。我太需要一辆新的通勤车。

于是想给自己实现“摩托化”。

下班的路上有一家钱江摩托车专卖店，我经常在回家途中停在店门口，隔着橱窗玻璃眼巴巴看着展厅里的摩托车。也进店询过价，替自己选了两款，一款钱江90的踏板，一款钱江100的仿赛，没考虑什么性能、质量和维修保养，只盯着两点，一是便宜，二是好看。踏板潇洒随意，仿赛造型酷炫，但机器是二冲程的，我搞不清二冲程和四冲程有啥区别，一直在二者之间游移不定。

几乎就真的买了。阻碍我“摩托化”的原因有三个，一是学不会挡车的油离配合，起步就熄火；二是资金优先用于生活其他方面，对于一个刚踏入社会的年轻人来说，需要添置的装备实在太多，我用尽一个月工资，又借了800块钱买了一部摩托罗拉E328的二手手机，手机别在腰间带来强烈自豪感，脸比腿先享受了；三是当我存够了钱，工地也建成了，通勤需求锐减。这笔经费最后用在购置电脑上，依然实现了风驰电掣的梦想，只是从公路换到了互联网。

后来，一个亲戚的旧摩托车托我放在修理店里维修，修好之后我就先试驾了一下，那是一辆白色的125踏板摩托车，俗称大白鲨，骑起来很轻松流畅。我去夜骑，大概是担心累着发动机，我骑了一段距离后下车推行，忽然身后警灯闪烁，一辆警车截停我，车上下来一群治安联防，警察查验了我的身份证，扣车放人。第二天亲戚去派出所领回了摩托车，嘱咐我考个驾照，然后将车交给我使用。

我和这辆车的缘分大约持续了一年时间，翻山越岭，钻街串巷。随着工作的变动，就再没接触过摩托车，连考的E类驾照也脱审作废了。

再和摩托车邂逅，已经是20年后了，全社会汽车普及，摩托车从通勤工具变成了大玩具。

老夫聊发少年狂，总想起那个在橱窗前踌躇的青年，如今财力允许，何不慷慨款待当年的自己？于是去考了个D类驾照，刚拿到驾照就租了一辆CM300练了两天，考虑购置新车。无奈“乱花渐欲迷人眼”，摩托车市场不再是当年嘉陵、钱江、春兰虎豹的天下，更多国产车层出不穷，排量一个比一个大，设计一个赛一个新颖，进口大贸哈雷、印第安、杜卡迪也从画册走入凡间。但牌照比车还贵，沪A黄牌五十几万元，蓝牌也要十几万元，于是橱窗前的青年变成了手机屏幕前的中年，依然买不起舍不得。

后来回徐州，租了摩托车和初中同学组队“少年游”。动了念头想买一辆放在老家，选择困难症又犯了，纠结是买两轮还是三轮，同学劝我说，试驾过后才能做正确的决定。在某APP上找了一圈，发现全国只有济南才有大型的边三轮。春暖花开时，我来到济南，顺利租到了边三轮，长江700，军绿色，带倒挡，俗称挎斗。

初上手生疏，但很快进入状态。下午单独骑车去见朋友，我一个新手，没人带路，在陌生的城市开着陌生的摩托车，真有点忐忑。戴上头盔，开启高德导航，骑了一个钟头见到了朋友，又骑了一个钟头回来。在济南经十路的滚滚车流中手忙脚乱地升挡降挡，同时接受着路人的“注目礼”，感觉只有一个，这玩意拉风归拉风，绝对不适合城市通勤，明天赶紧还了去。

第二天还是与济南的朋友们去了南部山区，本以为山路难行，实际上空山幽谷，放马撒欢，行驶在林间公路，恍然变成了威风的摩托兵。行至山巅，蓦然回首，颇有种“回看射雕处，千里暮云平”的豪迈感。

回来之后，想骑摩托车的心思更加强烈，鉴于上海摩托车牌照的价格和一年之中适合骑行的天气，以及日益完善的摩托车租赁行业，遂决定采取以租代购方式，每当回徐州时长租一辆。我选择的国产钱江闪300巡航车型，轻便灵活，容易操控，还省却了保养维护的麻烦。

骑着摩托飞驰在南三环，我仿佛看到年轻的自己正骑着单车并驾齐驱。

来源：民生周刊

