

“我女儿今年都20岁了，做事磨磨蹭蹭，一点都不着急，甚至还有拖延的现象，明明今天可以完成的事情，非要拖到明天甚至后天才做完，看到都着急……”近日，市民程女士致电本报心理咨询热线反映，女儿已经是成年人了，但做事却像六七岁的小孩子拖拉，不知道这是懒还是病？



晚报心理咨询热线2382258

每周五晚
聆听您的声音

心理课堂

每周五 19:00—21:00, 可拨打热线或到本报308室倾诉。



妈妈以“爱”的名义“绑架”女儿的成长 互换角色 静等花开

生活中的女儿很懒散

程女士在女儿2岁的时候就和丈夫离婚了，女儿是她一手带大的。上学期间，能够陪同女儿的她都尽量陪同，生活上更不用说了，几乎包办了一切。“因孩子生活在单亲家庭里，我特别害怕她因为缺失父爱受一点点委屈，所以在生活上照顾得特别仔细，很多事情都包办了，无意间竟让女儿养成了拖拉的习惯。”

记得在女儿6岁上小学后，程女士发现女儿做事越来越拖拉，慢吞吞的。为此，她还特意和女儿的老师沟通过，老师说这是孩子成长时期的一个过程，每个孩子都会有，让她耐心些，过段时间就好了。但程女士有时候看不下去，就自己动手做了。现在，女儿已经上大学了，但在处理生活事务上总是很拖拉，还是一幅懒散的样子。女儿现在大了，程女士看不下去就会说女儿两句，结果又引来母女间的争吵，闹得很不愉快。

女儿的成长被“爱”绑架

达州市心理咨询师协会魏娟女士认为，现代人不但注重身体健康，还如此关注心理健康，这是人们生活品质逐步提高的表现。

从程女士女儿的资料来看，貌似没有特别突出的心理问题，其实每个人多少都有一些“拖延症”，它对生活有一定的影响。比如这位20岁女儿的“拖延症”就让母亲很焦虑，影响了母女感情。

但谁更需要心理咨询？显然程女士更需要，魏娟说。因为程女士早在女儿2岁就离婚时开始焦虑了，焦虑离异对孩子产生影响，为了弥补离婚给孩子带来的亏欠，她把所有精力都放在女儿身上，包办了她的一切生活。女儿6岁开始“拖延”，直到20岁“更严重”了。这下程女士更焦虑了，焦虑女儿未来的生活和工作效率……

其实，以“补偿缺失的爱”为名义，绑架孩子

独立成长过程的父母不在少数，成年的子女如何能担当起对自己、对社会、对父母负责任的重担？

三分教育七分等待

程女士现在应该如何做？魏娟开出“秘方”：第一，程女士把更多精力放在提高自己生活品质上，妈妈永远是女儿的榜样，对女儿少点关注、多点耐心（教育几乎都是三分教育，七分等待）；第二，与女儿达成一些约定，哪些事归女儿自己管，哪些事妈妈可以提供帮助，分工明确；第三，重新建立母女关系，互换角色，让女儿做主，妈妈多听女儿的要求与建议，让女儿从生活小事到家庭大事，或者女儿自己的事都由她来做主，逐渐重拾信心和成就感；第四，如果程女士的努力没有效果，没关系，学会等待，等待女儿需要解决问题的时候求助程女士或女儿自己的朋友。

□本报记者 杨秀琴

小记者 行动吧!

达州日报社小记者 2018 暑假研学夏令营开营了

专业研学导师团队 科学教学课程安排 丰富多彩采风活动



了解详细行程请扫二维码

今年暑假，根据教育部等11部门推进中小学生研学旅行的意见，达州日报社旗下《达州日报·教育周刊》、《达州晚报·达州教育》、达州市报业旅行社，联合组织报社小记者北京、内蒙古、山东、本土四大采风团，开展“走进燕赵文化·风华少年游北京8日营”、“我是草原‘小英雄’·探访大草原大沙漠8日营”、“我是国学传承人·山东孔文化研学7日营”、小记者达州本土采风活动四大主题研学夏令营活动。活动过程中，将结合各条线路的不同特点，为小朋友们带来高标准的景区教学体验、采访交流体验、独立生活体验，有效培养小记者的独立自主能力、团队协作能力、创新拓展能力、自立自强能力。如果您还不是报社小记者，活动结束后将优先录取为小记者。

活动亮点:

- ★达州日报社优秀编辑、记者全程陪同，与小记者同吃、同住，开展培训、采访及写作活动。
- ★优秀专职辅导员、医护人员全陪服务，让每一个孩子安全、开心、快乐。
- ★活动多多，惊喜无限。智力抢答、生活大比拼、精彩晚会等，让每一个孩子都有收获。
- ★感恩教育。活动中，编辑记者手把手辅导小记者给家长写信，对小记者进行感恩教育。
- ★每位小记者均有机会发表作品，全方位展示小记者的风采。

走进燕赵文化·风华少年游北京7日营

(出发时间:第一期7月14日、第二期8月8日)

拜访孔子监孔庙,走进北京老胡同,勇登长城看升旗,激发创新求知欲,游历清华或北大,立志好学读名校。



小记者达州本土采风活动

实行军事化管理,记者编辑授写作,深入社区搞实践,邀请高考第一名面对面,组织小记者开展游泳训练、有奖竞猜、文艺晚会、卖场比赛、包饺子比赛等活动。



咨询电话:13795671968 13096198140
18048068817 13882865817 13079051000
报名地址:通川中路118号达州日报社408室(达州日报社校园周刊办公室)



我是草原‘小英雄’·探访大草原大沙漠8日营

(出发时间:第一期7月18日、第二期7月28日、第三期8月9日)

划分部落得蒙名,搭建蒙古包贴春联,挤奶熬茶做果条,赛马摔跤学射箭,冲浪沙海骑骆驼,驰骋草原展豪情。



我是国学传承人·山东孔文化研学7日营

(出发时间:第一期7月16日、第二期7月26日、第三期8月10日)

通过体验式教育模式、角色扮演和情境导入,让您的孩子从小了解国学传统文化!让您的孩子在博大精深的传统文化熏陶中茁壮成长。

咨询电话:2987789 2988789
15181859408
报名地址:通川中路118号达州日报社708室(报业旅行社研学夏令营活动部)