

嘴上希望你快乐 实际暗示要成绩

心理咨询专家：成年人的心口不一，最让考生反感

□本报记者 徐日明

“‘五一’总共就放了5天假，说好去北京玩一圈，我想的是长城、颐和园和烤鸭，但实际我们去了清华去了北大，吃的都是学校附近的饭菜，还有意无意地问我适不适应……”近期，考生小林（化名）拨打“96311”热线电话，向心理咨询师倾诉自己的遭遇。

据了解，这种情况在考生和家长中较为普遍，父母用暗示的方法在生活中有意无意表达自己对孩子的期待，而口中却说着“只希望你快乐就好”。这使得未成年人心理压力和抵触情绪更大，即使想反驳也无从说起。哈尔滨市第一专科医院心理中心主任徐佳表示，考生正处于成长阶段，对于成年人的心口不一最为反感，这是值得考生家长注意的问题。

想象中是“长城、烤鸭”

现实中是“清华、北大”

小林在电话中讲述，在今年“五一”前，父母亲决定给他放假，不用再复习，带他到北京去散散心。

“本以为能出去玩一趟散散心，但是一看行程，什么心情都没了。”小林说，他想的是故宫、长城、烤鸭，可是当妈妈兴冲冲给他看行程时，小林满心欢喜一扫而光，因为行程上都是清华、北大这些校园，其实他也并非排斥这些地方，只是觉得，自己又被暗示了。

“校园的景色不好吗？”当小林表现得没兴趣的时候，父母不高兴了。小林当然知道，出去散心不过是一个幌子，让他看看北大清华的校园，激励他在即将到来的考试中更加努力才是真的。长时间以来，父母虽然嘴里不谈学习，但事事不离成绩，这种暗示几乎就是明示了。

“如果看了北大就能感受到激励的话，那全国考生都来参观就是了，谁还用复习呢？不问我喜欢什么，只说希望我快乐，这话说得有多假呢。”旅游时，在父母的一再暗示中，小林终于爆发了，和父母吵了起来。

嘴上说要快乐实际要成绩 话不明说让人无力反驳

“父母对我的期望值太高了，我实在被压得喘不过气来，而且从记事起他们就在暗示，有话从不明说，我连争辩一下的余地都没有。”小林说。

随着考期临近，同学们的学习更加紧张了，唯有小林的成绩却在下滑，小林当然知道迫在眉睫，但他无论如何努力，成绩也提高不上来。

“父母对你的期望值有多高呢？高到无法通过努力来实现吗？”当咨询师梁健谈及这一情况时，小林沮丧地表示，他知道父母对自己的期望值很高，希望他能考上北大，但在他们

的言语中却从没有体现，多年来父母一直说对他没什么期待，只希望他能快乐成长就行。于是他每次试图和他们交流，想告诉他们自己达不到那样高的目标，都会因为一句‘我们只希望你快乐，你想得太多了’而被怼回来。

虽然嘴上说“只希望你快乐”，但是他们做的却完全不一样。他们给儿子报了各种补习班、提高班，占用了所有课余时间。每当小林成绩不理想时，父母嘴上都说不要紧，然而两个人都因为她的成绩变得沉默，整日叹息。

“我感觉他们的叹息是有意让我听到，又是暗示，想让我自己感觉自责从而更加努力，这种无声的压力看不见摸不着，实在要把我逼疯了。”小林说。

成年人的“心口不一”

最让青少年反感

“在以往的咨询电话中，采

用这种暗示方法的家长还是比较常见的，未成年人无法真正领会父母亲的良苦用心，在不间断的暗示下感到了较大压力，又因为父母没有明说要求而无从解释，只感觉压力更大，有的孩子甚至出现逆反心理。”心理咨询师梁健说。

“现在的父母太难了。”有家长打来热线电话说，“孩子要尊重，要理解、强调感受，做父母的尊重孩子，一切商量着来；理解孩子的感受，学习累了就休息；模拟考试成绩不理想，做父母的的多一句话也不说，还要我们怎么尊重呢？”

在父母的眼里，他们对孩子很尊重了，然而在孩子看来，这种尊重宁可没有。因为他们“商量”着为孩子选择了补习班，“商量”着孩子不要和班级的某个孩子交朋友；“商量”着孩子不要看与学习和特长无关

的书籍。在孩子成绩不理想的时候，父母嘴上说“没有不高兴”，但一直在唉声叹气。父母嘴里的“我们商量着来”在孩子眼里就是“我爸妈在套路我”，于是一些孩子就出现了厌学、摆烂或是状态不佳等情况。

“现在的父母对于尊重孩子这一问题是有认识的，但是由于期望值过高，使得尊重流于表面。对于成年人的心口不一，处于青春期的孩子是最反感的。”徐佳表示，在家长定的“人生目标”下，青少年失去了自己的兴趣爱好、失去了可以支配的时间、失去了结交朋友的自主权，同时由于过度劳累导致孩子睡眠不足、情绪压抑，当孩子希望和父母交流时，父母的交流内容除了学习没有其他，孩子的负面情绪无处宣泄，因而形成了情绪问题，有一些甚至成了心理疾病。



杨柳絮飘飞的季节 呼吸专家教你如何预防呼吸道疾病

本报讯(记者 杨艳)天气转暖，哈尔滨又出现了满城杨絮、柳絮飘飞的景象。如何在这样的季节里避免引发呼吸系统疾病？记者采访了哈尔滨医科大学附属哈尔滨胸科医院呼吸科专家段占举主任，为大家科普杨柳絮飘飞季如何预防呼吸道疾病的发作。

段占举主任介绍，杨柳絮絮对患有支气管炎、过敏性鼻炎、过敏性哮喘、慢性阻塞性肺疾病等人来说就是过敏源，影响较大。如果被患者吸入，会出现眼

睛发痒、鼻痒流涕、打喷嚏、咽痒咳嗽、胸闷、气短、呼吸困难等呼吸道症状。严重时会引起哮喘的发作，危机生命。

专家提示

患支气管炎、过敏性鼻炎、过敏性哮喘、慢性阻塞性肺疾病的人群要注意以下几点：

1. 尽量减少户外活动，如果必须外出，应戴好口罩、眼镜，尽量避免吸入过敏原。
2. 在家中，应尽量关闭门窗，避免柳絮等物质飘入屋内。定期清洗床单、窗帘、地毯等。家中要保持一定的温度不要太干燥。
3. 如已经发生过敏现象，出现流鼻涕、打喷嚏、呼吸困难等。可口服氯雷他定，使用激素鼻喷剂或吸入类激素缓解症状。必要时外出最好随身携带止喘气雾剂，症状不能缓解，病情加重时，应及时就医。

险！女子腹腔大出血超2000毫升 多学科联合救治宫外孕患者

本报讯(高军震 周芷含 记者 杨艳)近日，哈尔滨市第五医院多学科联合成功救治一位宫外孕腹腔内出血患者。目前，患者已平安出院。

不久前，何女士在家中下腹部突然疼痛，于是急忙拨打“120”，后被送入哈尔滨市第五医院急诊科。急诊医护发现何女士面色苍白、疼痛面容、血压低、心率快。经问询得知何女士正处

于育龄期，又记不清经期，于是立即联系妇产科前来检查并为患者紧急开通绿色通道。

经检查，医生诊断刘女士为宫外孕腹腔内出血致失血性休克，手术刻不容缓。“患者子宫左附件有大于5.5厘米的混合性包块，病情严重且进展迅速，随时有心脏骤停的风险。”崔珊珊医生表示。

为最大程度确保患者生命

安全，在妇产科副主任张长青和医师任虹阳为患者进行“开腹探查术”的同时，输血科为患者开通绿色通道。医生在术中探查发现，患者盆腹腔及上腹部出现大片凝血块和暗红色血液，腹腔出血量大于2000毫升。医生立即清除妊娠组织，切除左侧输卵管，并清理腹腔内出血。手术在近1小时后顺利结束，何女士生命体征稳定，目前已平安出院。

这场消化系统疾病义诊别错过 前60名可免费进行碳13尿素呼气试验

本报讯(记者 刘菊)记者从哈尔滨市第四医院了解到，为帮助市民正确认识消化系统常见疾病，医院15日9时至11时在门诊外科楼一楼大厅开展义诊活动。

届时，专家将与患者面对面，针对消化系统常见疾病进行解答，为患者科普幽门螺杆菌相关知识，参加活动可免挂号费。

除此之外，医院还为前60名患者提供免费幽门螺杆菌碳13尿素呼气试验检测(成人、儿童均可检测)。

医院提醒市民，检测时需空腹或餐后2小时，且1个月内未服用治疗幽门螺杆菌的药物，包括抗生素、铋剂、抑酸抗酸药等。参加义诊需自行携带常温水杯(100毫升)。

市第一医院特邀北京儿科专家义诊 50个免费测骨龄名额等你来

本报讯(李暁 晖 记者 董彤)5月25日、26日、6月1日，哈尔滨市第一医院将持续开展系列义诊活动。6月1日上午，将特邀中国航天科工集团七三一医院儿科学科带头人张艳教授，举办儿童生长发育联合义诊。

25日、26日当天有共计50个免费测骨龄名额，先预约先得。

义诊安排

■5月25日、5月26日8时至11时30分13时16分20分

义诊内容：免费测量身高、体重，绘制身高曲线图；免费测骨龄；专家免费进行生长发育评估并给出长高专业建议。

■6月1日8时30分至11时30分

义诊内容：北京儿科专家免费义诊(需提前报名，完善相关检查)。

义诊人群：对于孩子目前身高不满意；给孩子未来职业规划有身高需求；比周围同龄孩子个头矮，长得慢；孩子提前青春期发育(女孩7.5岁前乳房发育，男孩9岁前睾丸明显发育)。

义诊地点：市第一医院儿科门诊(门诊2楼)
报名方式：编辑短信(孩子姓名+性别+阳历出生年月日+目前身高体重)发送至18845027853