



暑期亲子关系易“上火” 心理专家送上“清火”小妙招

“暑假第一天，被孩子气哭”“暑假两个月真的太折磨人了，有两娃在家，这个家我真的一天都不想待”“花重金给孩子报了暑期兴趣班，去了两天孩子说不想学了”……

步入暑假，随着家长和孩子在家相处时间增多，相处的空间比往常密集，各种问题随之而来——孩子作息紊乱、学习不自觉、沉迷网络游戏……家长好心提醒，孩子却是一言九“顶”。这时候，不少父母与孩子的相处模式从“母慈子孝”到“相看两厌”。

对此，国家二级心理咨询师杨舒然表示，暑期是亲子矛盾的易发期，亲子关系维护需要智慧，要把握好“边界”，给孩子留出一些空间，为暑期的亲子关系矛盾“消火降温”。

天不怕地不怕,就怕“神兽”放暑假

“天不怕地不怕，就怕‘神兽’放暑假”。暑假里，这句话道出了不少家长的心声。他们期望利用假期让孩子“弯道超车”，孩子却希望利用暑假好好玩耍。这种期望与现实的落差，让家庭氛围变得紧张而敏感。

通过快乐，记者发现，在孩子看来代表着欢乐、自由的暑假，在不少家长心中，是无奈、疲累、崩溃、焦虑……

市民王女士说，暑假开始后两个孩子有很多假期作业，她每天下班回家先做饭，再辅导他们功课，等两个都做完作业就到睡觉时间了，她时常感到心力交瘁。

市民赵先生告诉记者，暑假开始后他经常和孩子“吵架”。孩子待在家，就想多吃些“垃圾食品”，可这些食物通常没有营养，吃多了还可能给孩子带来肥胖等问题。于是，他就经常对孩子说不要吃这个、不要吃那个，可孩子不理解，就开始发脾气、哭闹，为此他时常感到焦虑。

采访中，不少家长直言自己现在一想到辅导功课就头疼。“一道题目我讲了五六遍，孩子就是不明白。最主要是他心不在焉，一边玩一边说，说他还表现得毫不在意，气得我直拍桌子。”市民吴先生说。

为了减少摩擦，很多家长会选择暑假兴趣班、夏令营等，但这个办法也不是万能的。首先，碰到孩子生病了大人没办法接送等情况，娃就只能“砸手上”。其次，各种兴趣班累计过来也是一笔不小的开支。最让家长郁闷的，可能就是娃轻飘飘一句“不想去”。

比如，往年热衷于各种“暑假班”的孙女士，今年就没有太多报班的计划。说起原因，她直言“累了”。

“大概从幼儿园中班开始，孩子暑假我都安排得很满，画画、舞蹈、陶泥、书法、篮球、游泳、围棋、英语都报过。暑假前一个月就开始各种课程咨询，每次都得建个表格才能安排时间和接送。”孙女士说，但计划赶不上变化，很多时候课也没上完。“有一年是因为娃把下巴磕破了，游泳、跳舞这些会碰水、出汗的项目都去了。有时候为了赶着上课，经常要催孩子，大人也变得更焦急。比如吃饭，不光要快，还常常只能吃两口外卖。不仅亲子关系变差，生活质量也特别低。最后，孩子可能啥也没学会，回头还埋怨你报那么多课，你说扎心不扎心。”

暑假里,与孩子斗智斗勇

前两天，作家毛利在公众号上发布了一篇关于暑假的文章，引起家长强烈共鸣。在她的笔下，暑假生活并不全是阳光与沙滩，更多的是家长与孩子之间的斗智斗勇。

文章中，毛利写到，由于连续不断的梅雨，儿子艾文被囚家中，成了家中的“小野兽”。他在餐桌下偷偷吃雪糕，抢妹妹的玩具，吓得猫咪四处逃窜，赤脚在院子和室内留下一串串泥泞的足迹。毛利形容，每当看到这些场景，血压就直线上升。

让艾文安静下来，无论是画画还是阅读，似乎都难以实现。他体内的“猴子”们似乎永远在争吵，渴望释放无尽的能量。毛利深刻体会到，暑假培训班的存在，并非只是家长的望子成龙，而是为了防止孩子们因百无聊赖而“拆家”。

毛利的幽默与坦诚，让读者们看到了暑假生活的另一面——不仅是孩子的自由时光，也是家长的挑战时刻。她以轻松诙谐的笔触，提醒家长们，暑假每一天，都是亲子关系考验，也是成长的机会。这个过程中，或许我们需要的，不仅是对孩子的理解，还有对自己情绪的管理，以及寻找让全家人都能享受假期的方式。

和文章一样精彩的，是评论区。

“家里两个男孩，请想象一下，尽管上班很累，但我还是愿意上班。”

“体会到男人下班坐在车里不回家的神情。”

“姐弟打闹，弟弟蠕动着发出震耳欲聋的哭声……”

同时也有网友支招：“暑假我给儿子报了十个不同的夏令营，都是以运动为主，每天回来，他都没力气说话了，家里很安静，很好。”

本版文字/供图:全媒体记者 华青 余依萍 见习记者 丁奕彤 陈秋池 王怿杰

义乌市自然资源和规划局土地使用权审核意见公告

(2024)第17号

经研究,现将丁鼎荣等二十宗土地使用权审核意见进行公告。公告期限为15天。若权利人或其他利害关系人对公告内容有异议的,可以在公告期限内,持复查申请书和有关证据材料到义乌市自然资源和规划局五楼509办公室或所在镇街自然资源所申请复查。公告期间未提出异议的,我局将按此意见告知有关单位。

二〇二四年七月六日

面积单位:平方米

序号	土地使用者	土地坐落	权属性质	面积	用途	备注
1	丁鼎荣(已故)	佛堂镇下章村	集体	60.00	农村宅基地	待继承
2	傅功海(已故)	佛堂镇稽亭村	集体	115.00	农村宅基地	待继承
3	杨镇铭	赤岸镇赤岸一村	集体	54.26	农村宅基地	
4	冯长林(已故)	赤岸镇赤岸一村	集体	2.62	农村宅基地	待继承
5	吴志刚	上溪镇和平村	集体	53.00	农村宅基地	
6	孙新成	上溪镇和平村	集体	3.08	农村宅基地	

彩票中心现场发布的为准
以下彩票公告最终以

中国体育彩票浙江省2025第24177期开奖公告

开奖日期:2024年7月5日

本期销售金额:161454元

本期开奖号码:03 05 09 12 20

本期出球顺序:12 09 05 20 03

本期中奖情况

奖 级	本地中奖注数 (注)	单注奖金 (元)
一等奖	5	5529
二等奖	412	50
三等奖	6173	5

0元奖金滚入下期奖池。本期兑奖截止
日为2024年9月3日,逾期作弃奖处理。本
信息若有误以公证数据为准。