



孩子痴迷『谷子』，家长如何应对

龚展琴

近日,本报《倾听树洞》栏目接到一位家长的咨询:上周,四年级的女儿把压岁钱全买了盲盒徽章,她称这些都是她最爱的“谷子”。我打开她的柜子,发现里面还有十多个类似的动漫人物盲盒,问她为什么要买,她说同学们都喜欢“谷子”,不买会被排挤!她还说,有些同学为了凑齐一套角色徽章,每天把买早餐的钱都省下来了。孩子们这么迷恋“谷子”,我们应该怎么引导?

本报今天请衢州市新华小学教师、浙江省教改之星、柯城区优秀班主任龚展琴老师进行深入解析并支招。



“谷子”是Goods的音译,并非传统粮食,而是动漫、游戏等二次元文化衍生的周边产品,如徽章、卡片、玩偶等。

以往,沉迷购买“谷子”的主要为初高中生,近年来,“吃谷”热潮逐渐扩散到小学高段学生中。

先懂孩子 这些心理要了解

“谷子”备受青春期学生追捧,这一现象的背后藏着该阶段孩子的心理需求:

他们正处于自我认知构建的关键期,“谷子”中的一些虚拟角

色,是孩子向往的理想形象。

同时,孩子们通过分享收藏、讨论角色找到同好,就像我们小时候靠集邮、追星结识伙伴一样,在共同爱好中获得归属感。

警惕沉迷 这些问题要留心

1. 消费不理性

在很多成年人眼中,一个徽章不过一块铁片,一张卡片不过一张纸,不值几个钱。然而,以卡片为例,几元到几百元不等,稀有款更是溢价严重。孩子如果过分沉迷,与同学攀比,为开出一张“S级卡”

而偷偷动用压岁钱、甚至借钱购买,容易造成财产损失。

2. 心理受影响

过度将情感寄托于“谷子”,容易对物品产生偏执——得到时狂喜,未得到则陷入焦虑、自我否定,越来越依赖虚拟世界的情感反馈。

巧妙引导 这些方法更有效

1. 先倾听再沟通

别急着否定孩子的爱好,不妨用“你喜欢的这个角色,有什么特别的故事?”这类问题打开话匣,然后耐心地倾听孩子们对“谷子”的热情。

当孩子感受到被理解后,再自然引入理性思考:浅尝辄止,可以理解;过度沉迷,需要冷静。想一想,用这笔钱能做哪些更有意义的事?

2. 共同制定规则

和孩子明确消费额度,比如每周用于购买“谷子”的零花钱上限。鼓励孩子列“愿望清单”,按“必需”“可暂缓”分类,让他们在选择中学会权衡。还可以通过具体案例引导:“你看,买这个限量徽章的钱,够买一套小说,或是和同学去看场电影,咱们可以慢慢选。”

3. 参与多样生活

有意识地带孩子参与多样化的“三次元”活动,比如去公园骑行、全家一起动手做美食。当孩子在运动中释放活力、在亲子互动中感受快乐时,对“谷子”的过度关注会自然稀释。

4. 化爱好为动力

把“谷子”作为激励的代币,和孩子约定:“如果这周能坚持每天按时完成作业,就可以用攒下的零花钱买那个小挂件;期末要是能在薄弱科目上进步,咱们就一起挑一个你喜欢的周边当奖励。”这样可以让孩子明白,满足爱好可以和履行责任挂钩。

5. 关注情绪变化

如果发现孩子因“谷子”出现极端情绪,比如没买到就哭闹,要及时介入:“没买到确实会难过,但我们的价值不是由一个小物件决定的。”引导孩子建立健康的自我认知,明白快乐可以来自更广阔的天地。

“谷子热”本质上是青少年精神需求的表达,就像我们当年痴迷过的漫画、电子游戏,都是在成长中对世界的探索与热爱。作为家长,不必视其为洪水猛兽,也不能放任不管。

真正的智慧,是透过“谷子”读懂孩子的内心,警惕“沉迷”,巧妙引导,帮助孩子在热爱中学会节制。



倾听热线:12356
(24小时国家心理热线)

让孩子勇敢说“不”



张炎琴



舜姐,一直是性格温和、乖巧懂事的孩子,在学校里和同学们相处得都很融洽,老师也常对她夸赞有加。然而,在与女儿的交流中,我渐渐察觉,面对一些不合理的要求,她总是选择沉默或妥协,而非勇敢拒绝。我一直想寻个恰当的时机,与她好好聊聊这个问题,可总是未能如愿。

今天,接女儿放学的路上,女儿说:“妈妈,我要去买块橡皮。”“你不是有吗?妈妈昨天看你放进文具盒里了。”“今天考数学,林林考试时忘记带橡皮向我借,结果考试结束后他把我的橡皮弄丢了,我只好要买新的了。”我说:“舜姐,你把橡皮擦借给林林是对的,帮助同学是好事。但如果他以后再向你借东西,你也要考虑一下自己是否愿意,如果不愿意,就要勇敢地说‘不’,这样才是对自己负责。”“可是妈妈,我不想让林林生气,也不想让同学们觉得我不够好。”“舜姐,你要明白,说‘不’并不是不友好,而是为了保护自己的权益。每个人都有权利拒绝不合理的要求,只要你态度诚恳,解释清楚原因,同学们都会理解的。”

从那次沟通之后,舜姐开始尝试对别人说“不”。比如:当有同学让她帮忙做作业时,她会说:“对不起,我不能帮你做作业,因为这是你自己的事情。”慢慢地,舜姐惊喜地发现,当她说“不”时,同学们并没有因此疏远她,反而更加尊重她的想法。

当然在家庭生活中,舜姐却依然很难对家人说“不”。我给舜姐在周末的时候报名了奥数课外辅导班,舜姐虽然心里很不愿意,但还是答应了。结果,她在辅导班上提不起兴趣,成绩也没有提高。

我发现了这个问题,问她:“舜姐,妈妈发现你不是很喜欢这个培训班?”“是的。”“舜姐有自己的想法是好事,你应该勇敢地告诉妈妈你不喜欢这个辅导班,这样妈妈才能更好地了解你。”在我的鼓励下,舜姐终于鼓起勇气对我说:“妈妈,我不喜欢这个辅导班,我想参加一些我感兴趣的。”

我听了之后尊重女儿的选择。我也意识到,孩子已经逐渐长大,有了自己的想法和兴趣爱好,作为父母,应该尊重孩子的意愿,而不是一味地替孩子做决定。

在平时的生活中,我渐渐地发现舜姐不再是只会顺从别人的孩子,而是有主见、有勇气表达自己想法的小朋友。在培养女儿说“不”的时候,我作为母亲,也从中学到了很多,比如,要培养孩子的独立思考能力和自主决策能力。

教会孩子学会说“不”,是孩子成长路上的必经之路。作为父母,我们应该在日常生活中多创造机会,引导孩子表达自己的想法和感受,让他们明白拒绝并不是不礼貌,而是一种对自己负责的表现。同时,我们也要尊重孩子的选择,当他们勇敢地说“不”时,给予他们肯定和支持,帮助他们在成长的道路上更加自信地前行。

