

发型剪坏了就不想上学? 化妆品已成哄娃神器? 吾家有娃初长成 “容貌焦虑”怎么办



“为什么人家都瘦瘦白白的,就我黑黢黢的呢?”“我也想和我们班的那个同学一样,老师都夸她好看呢!”说起“容貌焦虑”,大部分人可能认为这是成年人才会有的烦恼。殊不知,现在已呈现低龄化的趋势。

近日,记者做了一项问卷调查,发现确实有不少小学生对容貌很在意。从性别来看,女生比男生更在乎。

□现代金报 | 甬派
记者 林桦 樊莹



网上销量可观的“儿童化妆品”。

调查

近一成的孩子 有容貌焦虑 女孩比男孩更在意

记者面向宁波三到六年级的小学生家长,做了一个“您的孩子有容貌焦虑吗”的小调查。在参与调查的408个家长中,近10%的家长表示,孩子曾表达过容貌焦虑;近4成的小学生在意他人对自己外貌的评价。被问及“孩子是如何评价自己的容貌的”,54.16%的孩子觉得自己很普通,41.67%的孩子觉得自己很好看,4.17%的孩子觉得自己不好看。

“容貌焦虑”这一现象有较大的男女差异。有近一半的女孩家长表示,孩子在在意他人对自己的外貌评价,而男孩家长在这一问题上不到3成。

发现孩子有容貌焦虑,家长们会怎么处理?77.14%的家长表示会适时开导、赞扬孩子。还有14.29%的家长坦言会帮助孩子提升颜值,从“根本”上缓解焦虑。

小学生有多在意颜值?记者在网购平台上也发现了一些“端倪”。搜索“儿童化妆品”,有小孩子用的粉扑、眼影、指甲油、腮红、口红等一应俱全,很多店铺的月销量在5W+,受欢迎程度可见一斑。

“这是哄娃神器啊!”家住鄞州的刘女士是“儿童化妆品”的老买家了,她表示,三年级的女儿一拿到这个化妆品,就能玩上一天,周末的时候也不愁带娃去哪儿玩了,“女孩子嘛,爱美也是正常的,让她觉得自己美美的,也能增强她的信心。她心情好,我心情也好。”

案例

害怕被人嘲笑,她听到同学聊容貌就紧张

吴女士的女儿今年读小学四年级。一次偶然的的机会,她发现女儿的作文本上留下两行字,虽然字迹歪歪扭扭,中间还夹杂着拼音字母,但言语中透露着一丝“伤感”。

“最近,我有一个小小的烦恼。我觉得自己不够漂亮,皮肤不够白、头发不够长,腰不够细。为什么别人天生长得好好看呢……”

读完以上内容,吴女士第一反应是眉头皱了一下,有点哭笑不得。其实,这已经不是孩子第一次表达这样的想法。上二年级的时候,一家人坐在一起吃饭,孩子突然小心翼翼地问:“妈妈,我的鼻子是不是很难看?”因为这个阶段的孩子经常会问一些稀奇古怪的问题,家里人也没太把孩子的话放在心里,只是随口安抚了几句。

后面又有几次,孩子会冷不丁冒出一两句,“我是不是长得不够白”“脸不够好看”。每次,吴女士的态度都是以夸为主,但孩子并没有表现出多高兴。

可能因为夸奖内容过于空泛,孩子觉得没有得到实质性的帮助,

也就没有再提相关话题,但在行为上,还是有了一些变化。以前都是吴女士拿什么,女儿就穿什么。现在女儿突然对自己的打扮有要求了。不仅如此,女儿还会偷偷用吴女士的化妆品,并试穿成人的裙子、高跟鞋。

吴女士起初对孩子的变化睁一只眼闭一只眼。直到这回女儿郑重其事地将困惑写进了作文里,这才引起了吴女士的重视。毕竟还是一名小学生,如此在乎“美”,甚至陷入了容貌焦虑,是不是过早成熟?影响学业怎么办?

为此,吴女士和孩子进行了一次深入沟通。原来,班里同学之间比谁的腿长、谁的皮肤白、谁长得好看已经不是什么新鲜事。女儿害怕被人嘲笑,尤其是听到其他人讨论相貌相关话题时就会产生容貌焦虑,无限放大自己身上一些不够完美的地方。有的时候越想越自卑,孩子还会偷偷掉眼泪。但如何引导孩子树立正确的审美观,依然是吴女士现在最大的难题。

发型剪坏了,他哭闹着“不想上学”

说起爱美这件事,王女士也有话要说。本以为小男孩“开窍晚”,不注重穿衣打扮,但之前发生的一件事,彻底推翻了她的想法。

一个周末,她带着六年级的儿子去理发店理发。当时,她没有问儿子的意见,让理发师照常剪个清爽的小平头。没想到,只因发型出来的效果没有达到预期,儿子回家后又哭又闹,一直嚷嚷着“不想上学了”。

“这个发型太丑了,不能出去见人了!”儿子一边对着镜子拨弄头发,一边嘴巴嘟起来,一副很委屈的样子。王女士在一旁看着又好气又好笑,没想到孩子这么在乎自己的发型。当天晚上,孩子还提出了要买假发,甚至开始上网搜索店铺信息。

“在养发护发上,孩子是绝对不含糊的。他坚持每天洗头,使用的洗发水要有蓬松效果,还能去头屑的。学习之余,他还会研究男明星的发型,看见喜欢的就会记下来,下次拿给理发师看。”王女士笑着说,以前一般一个月去理发店剃一次头,但为了理一个中意的头发,他可能会故意拖延一两周,等到发量足够修剪了再去。为了配合发型,他还会有意识地要求买一些帅气的深色衣服搭配。好在,这一切也没有太影响学习生活,王女士也尽量满足孩子的心愿。

“在我看来,小男孩平时弄得干净一点、阳光一点就行了。但孩子逐渐有了自己的想法,我们也不能限制太多,只能适当调节。”王女士说。

专家点评

正确引导孩子 家长宜疏不宜堵

国家二级心理咨询师、
海曙外国语学校
专职心理教师 黄唯

容貌焦虑低龄化这一现象的产生,原因是多方面的。作为家长,面对孩子的“容貌焦虑”宜疏不宜堵。

首先,家长要理解孩子的“爱美之心”。再小的孩子也有追求美的权利,青少年注重自己的仪表形象,说明其有自尊心,希望给他人留下一个好印象。因此,家长切不可打击或否定孩子,让孩子误以为“注重外表是错误的行为”,这也会导致孩子正确价值观的偏离。

其次,家长要营造安全宽容的家庭氛围,亲密信赖的亲子关系,多多肯定孩子的优点、长处,能在孩子失落自卑时给予其温暖和支持,帮助孩子客观看待自己,悦纳自己,逐渐形成正确的价值观和审美能力。

再者,家长要引导孩子把更多的精力投入到精神世界的充盈和完善中去,发展自己的能力,完善自己的个性,在实践中体验成功,收获满足感、成就感,提升自信心。