

晚上不睡，早上不起。在假期里，不少沧州大学生开启了幸福的居家“摆烂”生活。而家长和孩子的关系也逐渐由假期伊始的“其乐融融”演变成了“水火不容”——

## “早晨从中午开始”引发的“战争”

本报记者 祁晓娟 摄影报道

1月29日上午9点半，已经坐在客厅一忍再忍、忍无可忍的马艳霞推开儿子的房间，生气地拉开窗帘。“晚上不睡，早晨不起，黑白颠倒！”

再一次听到妈妈的唠叨，今年上大二的儿子李阳用被子紧紧捂住耳朵，继续躺着。

“早晨从中午开始”已经成为了现代大学生假期生活的“标配”。知名作家路遥当年为写《平凡的世界》熬夜写作，为此他专门写了一篇创作随笔《早晨从中午开始》来讲述自己写作的艰辛。但现在，大学生们“早晨从中午开始”却是因为熬夜打游戏等玩乐。

### 家长忍无可忍

#### ——晚上不睡，早晨不起+打游戏

寒假假期开始后，家住运河区文苑小区的王珍珍家的亲子关系，由久别重逢的喜悦进入到唠叨顶嘴的阶段。

王珍珍的儿子张帆是河南师范大学大三的学生，放假回家后，前几天还能和父母聊家常，之后每天他都是凌晨两三点才睡觉，一觉起来就到了吃中午饭的时间。看着晚上不睡、早晨不起的孩子，王珍珍就忍不住唠叨。

每当她一张口，张帆把门一关，连面也不见了。

“天天盼着孩子早点放假回家，现在总算回来了，不是黑白颠倒地睡觉，就是拿着手机、守着电脑不停地折腾，我和他爸爸说了几句，孩子就不爱听了。”王珍珍满是无奈。

家住运河区一建小区的张秀芹和丈夫有着良好的作息规律：每天早晨6点准时起床，晚上10点睡觉。

张秀芹觉得上大学放假回来的女儿作息不健康，伤身体。她跟女儿语重心长地谈了几次，劝她早睡早起。为此，张秀芹还精心为女儿准备了营养丰富的早餐。谁知，女儿拿她的话当耳旁风，继续“我行我素”，也让她的“爱心早餐”无法送出。

一开始，张秀芹还忍着不唠叨孩子。后来她终于忍无可忍了，冲进女儿李萌的房间，忍不住和她嚷了起来：“快起床，天天这叫什么事儿啊”……

经过几次反复的争吵后，母女俩开始“冷战”：谁也不理谁。张秀芹再也不管女儿，女儿也继续晚睡晚起。“孩子不回家就特别想她，谁知回来之后，气得我血压都噌噌往上涨。”

市民胡女士已经退休了，居家时间多。寒假里跟上大二的女儿是三天一大吵、两天一小吵。她觉得孩子荒唐时间不上进。

市民刘先生则是担心儿子每天钻到屋里打游戏：“怎么别人家的孩子去考驾照、去打工……我家的孩子除了吃饭就不出房门，吃饭还得反复催促，放假玩儿也就玩儿了，如果他到了学校也这么痴迷游戏，再耽误



大学生的假期“摆烂”生活引发家庭“战争”

了学业可怎么办啊？本来我们计划是力争保研的，如此状态怎能保研呢？”

睡懒觉、玩游戏、看手机是大学生假期最招父母烦的几大行为。很多家长忧心忡忡，看着孩子天天在家玩游戏，连最基本的健康生活规律都没有，就不禁为他们的未来焦虑。

“一般情况下，我会按捺住心中的怒火，但总是想一遍又一遍地告诉他不要这么做。”大学生的家长王慧敏认为，假期虽说应该适当调整休息，但并不意味着可以无限地放纵。

### 孩子无奈“吐槽”

#### ——为啥做啥都要被骂

在河北师范大学上大二的乔帆这种感觉特别强烈：离家上学期间，经常跟父母打电话聊天，天天盼着回家。等到放假回家后，又与父母闹别扭、起冲突，她有“离家回校”的想法。

“他们睡了，我就得睡；他们醒了，我就得醒；在家待着嫌我烦，出门玩嫌花钱，我不说话就是‘哑巴’，一说话稍微大声就是顶嘴。”乔帆很无奈，家长们看见我看电视、玩手机就说我的眼睛会瞎，看书则眼睛没事。

“从早上6点多开始叫我起床，先是‘善意’地提醒，之后掀被子，最后就站在旁边说个不停。”乔帆有时候会忍不住顶嘴。

她最怕的是母亲唠叨自己房间乱：“我妈一张口就说我的房间乱得像猪窝一样，不让她收拾还不行，等她收拾完我的东西我就找不到了，每天就为这些鸡毛蒜皮的事儿打嘴仗。”

“晚上不睡，父母唠叨；早晨不起，父母不满。喝饮料，说不健康；出去玩，嫌乱花钱；在家待着，说得运动……”在北京理工大学读大的张硕和父母起的冲突为不少，他说，难道这就是代沟？唠叨、干涉自由、窥探隐私



房间杂乱不堪

是大学生对父母最不满的行为。今年在河北师范大学上大二的王铮最受不了妈妈让他收拾屋子。

“你这屋子简直成‘猪窝’了。”妈妈总是忍不住大声嚷他。“妈妈，能不能不要随意进我的房间。”王铮也不高兴。他觉得自己收拾屋子，自己想收拾的时候自然会主动收拾。

“你看你一堆脏衣服摆在地板的中间，喝剩下的饮料瓶随意地放在书桌上；床上铺好的床单早已凌乱不堪；脏袜子扔得房间的各个角落里都是……”谁知妈妈却一会儿也等不了，逼着王铮立刻收拾屋子。

“我回家就挨骂，还不如在学校里。”王铮一肚子苦水。

大学生张欣瑶说：“假期就像一座围城，在学校的时候盼着能放假回家，假期在家里待久了就又盼着返回学校。”

### 记者调查

#### ——超九成大学生假期与父母“闹矛盾”

针对“假期家长和孩子之间的矛盾”这个话题，记者采访了20个大学生家庭，其中每个家庭或多或少发生过矛盾。

其中，大学生因生活不规律、娱乐时间过多、不帮忙做家务等被父母唠叨是最多的“槽点”。除此之外，不注意形象、不去亲戚家拜访、不与父母沟通等都是大学生和父母意见不一致、产生小摩擦的原因。

通过调查发现，父母和孩子矛盾最大的是生活习惯的不同。生活习惯的不同表现在很多方面，饮食、睡眠等。

观念不同也是大学生与父母经常发生冲突的一个重要原因。父母希望孩子有节制地生活，也希望孩子在假期能跟自己多说话、多陪陪自己。不过大学生希望自己决定自己的生活，可以不被打扰地与同龄人玩乐。

“多管闲事、思维僵化”是很多大学生对自己父母的评价，他们的思考方式经常与父母不在一个轨道上，也不会站在父母的立场上想问题；而他们的父母似乎也没有站在他们的立场上想问题，冲突便不断出现。

“总有挑出毛病的地方。”一些大学生表示，他们尝试和父母沟通，希望增进相互理解。放假期间，除了睡觉晚，各种家庭琐事都是大学生和父母发生口角的原因。比如主动倒垃圾却忘了给垃圾桶套新垃圾袋，出门前没来得及收拾房间等等。

### 应该怎么做

#### ——孩子合理规划，家长平等沟通

读大二的刘晓琳今年寒假和父母起的冲突少了许多，因为她要准备公务员考试。一切好像又回到了高中的样子，父母对她要求很少，只要她学习就好，对她的熬夜学习很是心疼。

今年上大二的肖潇其实很理解她的父母。她觉得妈妈经常说：“回来就知道玩儿，什么都不干”可能包含了“你终于回来了，多陪陪爸妈”的意思。

肖潇尽量地换位思考，站在父母的角度考虑问题。她认为，很多时候父母不仅仅希望你能跟他们谈心，更希望你能有更多时间跟他们“互动”。

除夕夜，肖潇为家人做了一道菜，帮他们洗了碗，和父母分享自己的大学生活。“可能有的时候父母也想了解我们多一点，可找不到机会。那么我们的主动沟通就会迎合上父母的这种心理，让父母对我们的生活有更深入的了解，从而更加放心我们在学校里的生活。当了解你更多，交流自然也会更轻松与容易。”肖潇说。

“可能刚上大一的学生家长和子女起冲突较多，大三、大四的家长就少了，因为已经习惯了。”市民刘勤尚的女儿2022年刚刚大学毕业。他说：“这就是年轻人的生活。”刚开始他们夫妻也是对子女的作息有很大意见，随着时间的推移，他们慢慢也就接受了，因为身边“黑白颠倒”的大学生比比皆是，整个群体都是这样的生活，即使少数大学生想正常作息都很难，这样显得很“不和谐”。

就此，记者采访了常年从事青少年教育的心理咨询师于丽丽。她说，解决这个问题并不难，需要家长和大学生双方多考虑对方的想法，并作出让步。

她建议大学生起床后不要没完没了地玩手机，尝试帮爸妈做点家务。在做饭的时间，大学生即使什么都不做，也要过去转一圈，慰问慰问老妈也是可以。晚上回家晚一定要提前告诉家里，尽量别让家长担心……

对于很多家长来说，孩子已经考上大学，已经成为成年人，就不要再对孩子保持俯视的姿态，作为家长也应该学习同孩子平等地交流，应该用引导的方式来给出孩子生活、实践、学习的建议，同时也可以跟孩子诉说自己在工作中遇到的问题，用讨论的方式来处理彼此的问题，这样可能会给孩子更多的帮助，也能有更愉快的家庭氛围。

于丽丽说，真正讲，孩子与父母之间的所有冲突都不叫冲突，只能叫“闹脾气”，大家不过在赌气而已。在假期中，父母和孩子要享受在一起的美好时光。