

南京女孩9年花27万吃海底捞

她自称不讲穿戴不化妆只是“单纯馋”，体重已经增加了27斤

近日，南京一名女子在网上晒出自己的海底捞“账单”——9年共消费627次，消费总额达到269120元。这个频次和数额震惊了不少网友，大家纷纷猜测这个女孩到底为什么如此“钟情”海底捞？

记者联系上了发帖人孔小姐，她很委屈地告诉记者，自己晒出的内容确实引起了不小的争议，有人怀疑真实性，有人说她炫富。对此孔小姐表示，自己只是一个单纯的“吃货”，“我平时不讲究穿戴，也不化妆，就是单纯馋。”她还表示，自己“打卡”过全国78家海底捞门店，频率最高时曾经一周吃了12顿。

不会做饭不爱打扮，就爱海底捞

孔小姐今年32岁，在南京一家民宿担任管理工作，她在社交平台的昵称叫“孔怕吃不饱”。孔小姐在主页介绍里写道，唯一的爱好就是吃遍天下海底捞。“我平时会在网上分享一些吃海底捞的经历，告诉网友哪些值得吃，有什么比较好的福利。”

11月17日，孔小姐发文称，自己在海底捞消费了627次，总金额269120元。

“27万换了27斤肉，有时候也是很佩服我自己。”孔小姐告诉记者，当时是在社交平台上发着玩的，没想到一下子火了，浏览量达到45万。“基本上大家都是抱着猎奇的心态点开来看的，好奇什么人会在9年里吃600多顿海底捞，还花了27万。”

不过，她也收到不少质疑的评论，有人觉得她在炫富。孔小姐解释说：“我不会做饭，平时也没有什么别的爱好。我不讲究穿戴也不化妆，平常就喜欢吃，我也不吃太贵的东西，就吃海底捞。”

“那时候上班没多久，人家说海底捞很好

吃，我就比较馋。我的工作单位在山西路，距离一家门店很近，就和朋友去吃了。”孔小姐称，对海底捞的第一印象是食材新鲜，口味也还可以，后面就一发不可收拾了。

吃过20多城78家店，最多一周吃12次

“去的最多一家门店，基本上服务员都认识我了，特别熟悉。”孔小姐说，当时经理看她经常去吃，就给她申请了一张8.8折的会员卡，“就是全国所有门店通用，任何时间段都可以用。”

“南京的海底捞我基本上都吃过了。因为我经常出差，所以全国很多城市的门店我都吃过，大概‘打卡’过20多个城市的海底捞，总共去了78家门店。”孔小姐说，她曾一周时间去吃了12次海底捞，刷新了自己的纪录。“那次是要离开南京，去外地出差半年，所以提前和‘饭搭子’、朋友们轮流吃了一周的海底捞。”

孔小姐告诉记者，有一次去山西出差，在海底捞遇到的“暖心”待遇让她特别感动。“我那次要赶早上七八点的飞机，如果住酒店的话怕早上起不来，一个人也很害怕，我就去海底捞待着。那天我差不多凌晨两三点吃完了，就问服务人员，能不能在这睡一会，他们就给我拿了抱枕、被子，找了一个小角落让我睡觉。”孔小姐睡醒后，服务人员还拿来了洗漱用品，让她十分震惊，这也成为她多年来坚持消费的理由之一。

另外，孔小姐认为服务是自己最看重的地方。“海底捞的会员分各种等级，‘黑海’是最高星级的，下面是红海、银海。他们对黑海会员的服务更好，会赠送果盘，逢年过节去还会有品种多样的伴手礼。有一次，我带妈妈去吃，他们还送了一堆老年人的用品，反正每次去都会有各种仪式感的東西。”她觉得，虽然海底捞的菜品在网上的意见参差不齐，但自己很喜欢他们的

各种创意菜和周边。

不敢告诉家人这么爱吃海底捞

“我经常和朋友一起去吃，和家人去得少，他们知道我爱吃海底捞，但不知道我吃了这么多，不敢告诉他们。”孔小姐告诉记者，海底捞吃得多了，有很多“玩法”。比如积累消费可以获得一些权益，在App上连续“签到”也可以获得赠送。

“下载一个海底捞的App，每天签到，相当于做任务换赠品，现在用微信也可以。”孔小姐说，一般一个月为一个周期，集满了可以兑换菜品和锅底。她也常在网上和网友分享一些小技巧，不过对她来说，趣味性比换得的东西更重要，有时候“满勤”了却忘记兑换。有网友留言想借用她的“黑海”账号，她都拒绝了。

孔小姐介绍，“黑海”会员半年“成长值”需要在12000分左右，差不多要消费几千元。“如果你不‘签到’，按平均消费300元一次的话，半年时间差不多要去40次。”

孔小姐坦言，自己动手能力比较差，网络上很多海底捞“玩家”用食材做菜，吃出花样，这些她都不会弄。“我只会让同行的朋友来帮我弄，比如响铃卷裹虾滑这种发挥自己创意的。”

不过，孔小姐还是会分享一些有趣的“增值”服务，比如带着螃蟹让后厨蒸好，上菜时还配了姜丝醋和姜丝可乐，用她的评价是“简直完美！”

“确实吃胖了27斤，不过这不算火锅的‘锅’，我还喜欢喝奶茶，也喝很多。”孔小姐告诉记者，前几年吃的频率非常高，近几年因为身体原因，减少了频率。“以前一个星期吃两三回都吃不腻，现在一个星期就吃一回。”

(据《扬子晚报》刘浏)

“夸孩子神器”真的管用吗

老师：真正激发孩子的内驱力需要做到这几点

一位妈妈照着手上的“夸孩子神器”念，真的促动了孩子的学习劲头！这事火上热搜，网友纷纷评论：鼓励果然是最好的教育。

“夸孩子神器”指的是最近比较流行的“夸孩子100句话”，如“你是个聪明的孩子，我相信你一定能搞定这道题目”“你的努力和坚持是非常值得称赞的”……

类似这样的“100句夸娃模板”广为流传，说明越来越多的家长认可鼓励式教育。

不过，这事在杭州几个家长群里引起了讨论：对孩子来说，真正有效的鼓励教育是什么？

夸还是不夸

家长：这事没那么简单

杭州的丘女士是“80后”，家有二宝，她仔细研究过“夸孩子神器”，甚至差一点就打印了。回想自己的父母辈都是打压式教育，大多时候居高临下教育、批评孩子，比较吝啬夸奖。到了她们这一代，就比较倡导鼓励式教育，为孩子成长营造一个相对愉快的氛围。

“教育中，我几乎不打骂、责怪孩子，大都是通过鼓励、引导的方式让孩子认识到错误，在孩子取得成绩时，给予认可和鼓励，增强孩子的自信心，希望能激发孩子的内驱力。”丘女士说，先学会表达爱，再跟孩子说规则，温柔且坚定的方式，孩子也更容易接受。

“90后”家长程先生认为，教育“双减”之后，效果逐渐显现，但是“卷”的氛围依然存在。尤其是课后作业是“一座大山”。围绕这座大山，家长和孩子不经意间成了“敌我”矛盾了，适当运用“夸孩子神器”可以缓解紧张关系，让孩子与家长的关系更加融洽，作为家长是非常支持的。

“但是和吃药打针一样，会有抗药性。这种做法也是治标不治本，短时间可以缓解，一段时间后，孩子还是会回到以前的状态。”程先生觉得，归根结底，家长要修炼好自己的“内功”，从调整好自己的情绪、态度入手。

高中女生徐妈妈对这些夸奖不置可否：有时候，鼓励、赞赏的话说了一大堆，孩子根本不为所动。“数学题摆在那里，做不出就是做不出，‘你可以的，我相信你’说出花来也没用。”

有没有效果

老师：鼓励应源自内心而非模板

杭州启正中学一位语文老师告诉记者，真正有效的鼓励式教育，应该有真情实感的投入，也要对夸奖的边界有所把握。

“夸孩子的话可以根据不同的情境和孩子的表现来变化。重要的是，要真诚、具体，让孩子感受到我们的支持和肯定。”当然，鼓励式教育不只是简单几句夸奖就能轻易实现的，这种鼓励首先需要父母和老师从内心深处接纳孩子、认可孩子，并理解、尊重、信任孩子。

而像这样的“100句夸娃模板”，总感觉少了几分真情实感，长期使用模板化口号一样的夸奖，并不会真正激发孩子的内驱力。

“鼓励和批评一样，大都属于外部评价，长期只接受夸奖的孩子，可能会过度依赖，不利于发展自主性。”这位老师说。

其实，过分积极地表扬、夸奖，反而可能变成一种阻碍。我们只在孩子需要的时候回应就好。如果无法觉察孩子需要，不如多用非语言信息来传达对孩子的欣赏。

(据《钱江晚报》方力)