

如何帮孩子建立亲密手足情



每个孩子都能感受到父母满满的爱,就不会为兄弟姐妹的存在而感到焦虑。 资料图片

教子有方

■ 沈明革

认真不是一句空话

晚饭后,我拿起外孙安安的语文同步抄写练习,不由皱起眉头。虽然小学一年级的孩子写字稚嫩,但安安写得实在太马虎了。

“安安,你过来。”我把本子递给他。“看看每一行左边的示范字,再看看自己写的,你有什么感觉。”

“写得不好。”安安接过本子看了一眼,不假思索地回答。

“能写得更好一点吗?”我语气严肃。

“能!”安安爽快地说。

“把这一页的字全部用橡皮擦了重写。”我做了决定。

“那不行,总有几个字是写得好的吧!”安安喊了起来。

“把你认为好的字留下,其余的擦掉重写。”我尽量语气平静地说,“不要求你字写得怎么好,但是你一定要写得认真,写出你的最好水平。”

“怎么样才算是认真呢?”安安困惑了。

“你提出了一个很好的问题。我们先把这一行字擦了。”我指着本子上写得最东倒西歪的一行说,“现在你以最认真的态度重新写一个字,我们一起来比较一下。”

这是一个“牛”字,安安一笔一画努力写好。

“你评价一下,有没有比前面写得更好一些。”

“感觉比前面的字写得好多了,这次写得上下比较匀称,前面的都写得头重脚轻,还歪歪斜斜的。”安安分析。

“很好!”孩子能看出问题就是进步。“所谓认真就是能仔细地观察示范的字,分析这个字是由几个部分组成的,几个部分的比例关系和间架结构是怎么样的,把握这个字的基本形状。这次你写这个‘牛’之前,能细致观察分析,并且按观察的结果去写,这就是认真。”

“是的,我前面写字都没有像这次这么认真地去看前面的示范字。”安安实事求是地承认。

“但是,你还有其他的问题,在写的过程中,有几笔的笔顺是错误的。课本上和同步练习上都有笔顺示例,认真就是要仔细看清楚笔顺示例的规范要求。你仔细看过吗?”

安安摇摇头。

“还有,你练习本上面的格子是米字格,为什么要用米字格?”安安再次摇头。“认真,就是把自己要写的笔画和示范字的同一个笔画在米字格上的位置对应起来。认真是要非常细致地去做。”

“嗨!这些话老师上课的时候好像也讲过,可惜到做作业的时候又忘了。现在你一说我又想起来了,让我再来试试吧。”

趁热打铁,我和安安一起把那天要写的字一个个做了分析,理清笔顺,确定笔画位置,安安开始认真书写。过一会儿,只见孩子双脚蹲在椅子上,身子几乎趴在书桌上。

“小朋友这是什么写字姿势啊?”

“唉,你不知道。我写着写着就觉得浑身的力气都用不出来,要趴在桌子上,手上的笔才能稳一点。”

“理解。”我说,“我小时候一开始写字也是这样。但是,真要写好字就一定坐端正,这也是一种认真。”

安安老老实实地坐端正了,一直到做完作业。

“摸摸我的身上。”走出自己的房间,安安抓住我的手放在他脑门上。“写字我都写出一身汗了。我今天认真了,明天我要争取多拿几颗五角星!”

■ 陈若葵

全面三孩政策实施以来,许多家庭迎来二宝、三宝。一个新生命的到来,不仅给父母的生活、工作、自身发展,给祖辈的生活状态带来变化,也改变着家中已有孩子的生活模式。

在多子女家庭,孩子间的争吵、打闹是常有的事,如何让大孩子呵护弟弟妹妹、小孩子尊敬哥哥姐姐,兄弟姐妹和睦共处、相亲相爱,建立亲密的手足情,是需要家长帮助孩子们共同完成的功课。

孕育小宝,给大宝更多关注

当母亲怀上二胎、三胎,父母自然会将部分注意力转移到尚未降生的宝宝身上。此时,大宝或二宝会敏感地意识到爸爸妈妈对自己关注的减少,内心的不安全感陡增,情绪不佳、易哭闹生气。

实际上,未出生的宝贝对父母没有情感需求,此时父母应花更多心思在大宝、二宝身上,告知他们家里的变化,表示理解、尊重他们的担忧,接纳他们因为弟弟妹妹的到来而产生的抵触情绪,明确表示:“有了小宝宝,爸爸妈妈仍会安排时间陪你们,对你们的爱不会减少”,给孩子吃一颗“定心丸”。

妈妈可以让大宝、二宝感受孕育新生命的过程,帮助他们逐渐适应身份的转变。例如让孩子摸妈妈的肚子、听胎动,感受生命的神奇;带他们一起挑选婴儿用品。这样,孩子会对新生命的诞生感到好奇、产生期待。

在生活中,要通过细节来表达对大宝、二宝的尊重。比如给他们设置专门的书柜、玩具柜等,让他们拥有独立的空间,而不是什么东西都和弟弟妹妹搅和在一起,避免大宝、二宝有被冒犯的感觉。

父母不偏心、不比较

父母把自己修炼成“端水大师”的确不易,但需经常提醒自己“每个孩子都是亲生的”。别冷落大宝,及时回应大宝的需求,用行动证明爸妈

父母手记

呵护孩子的“成就感”

■ 钱俊男

儿子是一个特别有上进心的孩子。

去年春天,学校让每名学生认养一块公共绿地进行管理,以提高城市的生态环境,培养孩子的生态意识。儿子在公园内认养了一块绿地,他多次让我和爱人一起去看看。每次,我们都以工作忙、家务多为借口拒绝了,儿子很失望。我知道,很多家长都不关心这些事:不就是让孩子看护一块绿草坪吗?放学抽空过去捡点垃圾、浇浇水什么的也就够了,还能玩出什么新花样来?

一个周末,我们一家三口去公园散步。走到一块绿地前,儿子突然喊了一声:“爸,妈,前面就是我认养的绿地!”我和爱人顺着儿子手指的方向看去,果然在离我们不远处,有一块绿草茵茵的草坪。绿绿的草,长得非常壮实,没有一块“斑秃”。绿地管护得非常洁净,没有纸屑和草棍儿。旁边的树上挂着醒目的小牌子:“小草怕疼,请您别踩!认养人:钱小豪。”

“儿子,你的绿地管理得不错呀!”真没想到儿子居然这么上心!我和妻子齐声赞叹。儿子

对他的重视并未减损。而且,也不要因为哪个孩子和你最亲近、最乖、嘴甜,或者性格和你最像、爱好与你相同等等因素而偏爱他,在两、三个孩子之间厚此薄彼,父母应尽可能地根据每个孩子的需求,给予他们足够的、个性化的爱 and 关注。让孩子们真切感觉到他们都是爸妈的宝贝,没有分别。

兄弟姐妹是天生的竞争者,都希望被父母认可、夸奖,喜欢“争宠”。比如,大人夸奖刚刚学会自己吃饭的小宝“吃得真好”,哥哥或姐姐就以最快的速度把碗里的饭菜一扫而光,大声说:“你们快看,我吃得更好,碗里一个米粒都没剩下!”小的刚学会在勾勒出轮廓的图画书上填色,大人夸他“画得真棒”,大的就瞬间用积木搭建起一座城堡,急于得到父母的认可:“看,我建的家,彩色的屋顶,院子里还有大树和草地,你们说是不是更好?”

美国国家科学研究院的研究表明,很多孩子为了突显自己在家里的存在感,常常努力地使自己在某一方面比兄弟姐妹出色。比如,姐姐运动能力出众,妹妹就会加倍用功读书。在孩子们年龄差别不大、性别相同的家庭里,这个表现更为明显。

孩子们一比高下的情形,充斥在日常生活的诸多细节中,或许会贯穿孩子的整个童年,甚至影响他们的性格、兴趣爱好、职业选择等。面对他们渴望被肯定的眼神,父母应保持客观,依据每个孩子的年龄特点、实际能力等因素,以适合他们的不同标准,恰如其分地肯定、赞美、欣赏他们,越具体越好。父母可以对大孩子说:“你建造的家很漂亮,比上次搭得好,妈妈很喜欢。你瞧,弟弟(或妹妹)对色彩的搭配是不是比以前更好看了?在妈妈眼里,你们都是最好的!”如此,让小孩子看到哥哥姐姐的“厉害”,大孩子看到弟弟妹妹的努力和进步,彼此为对方高兴和骄傲,而非相互嫉妒。

另外,不对孩子们做简单的对比。如用表扬大宝的听话懂事,来批评二宝的无理取闹;用二宝的甜美乖巧来讽刺大宝的青春叛逆等,把一个孩子当作另一个孩子学习的榜样,这是让孩子反感的方式,容易引发孩子们的负面情绪,甚至敌对情绪。

尽量不参与孩子们的纷争

争抢、吵嘴、打架、哭闹是大多数多孩家庭“标配”的场景。手足情是在孩子们没完没了的小摩擦中逐渐培养起来的。

孩子们有了纷争,找父母要个说法,或者一方想在父母面前表现一下,跑来告状。此时父母的态度,直接影响到了孩子们的关系,以及亲子关系。父母最好向孩子们申明一个原则:拒绝接受互相告状。如果小孩子告诉妈妈:“姐姐不让我看她的图画书”,你可以说:“嗯,这是姐姐不对,但是你不应该告姐姐的状。你可以跟姐姐商量,和她一起看,或者用你的娃娃跟姐姐交换图画书……”这样做能让孩子们明白你非常希望他们友好相待、和睦相处,同时,也教给孩子解决纷争的方法。

家长采取静观、等待的态度,耐心忍受孩子们争吵的嘈杂声,放手让他们自己面对,慢慢地你会发现,没有父母的介入,他们能摸索出一套应付摩擦的方法,学会妥协与合作,自行化解矛盾。美国蒙特克莱尔大学家庭与子女研究所教授强纳森·

卡斯皮认为,适当的争吵,能帮助孩子培养好人缘,因为他们从小就学会了如何面对或是避免人际关系中不愉快的状况。

但是,当争执升级到出现打人、咬人、推搡等攻击性行为时,父母要及时将孩子们分开,接纳各自的情绪,以共情的方式积极回应他们的不良情绪体验:“我知道你们都很生气,理解你们的感受”,等孩子们各自冷静下来,再复盘刚才的事,鼓励孩子了解彼此的感受,一起讨论更好的解决方法,尝试自己解决问题。针对反复发生的冲突,引导孩子自行制定公约或游戏规则,共同遵守。

鼓励孩子相互帮助

平时,家长多创造机会,鼓励孩子们发现彼此的长处,认可对方,相互帮助。可以从一些小事入手,让他们感受到互相帮助的乐趣,例如,让大宝帮弟弟妹妹穿鞋、戴帽子围巾,帮着拿东西等;而随着小宝的长大,也提醒他在力所能及的范围内帮助哥哥姐姐;鼓励他们一起做事。父母及时表扬和鼓励他们彼此之间的良性互动,如“谢谢姐姐把水瓶递给小宝,有姐姐真好!”“妹妹帮哥哥拿笔来了,真是个小帮手!”“姐弟俩做的水果拼盘真好看,爸爸妈妈都舍不得吃呢!”“你们真是一对好姐妹”……

如此,在生活细节中多正面强化,让他们感觉兄弟姐妹之间的和谐,日久天长,孩子们就容易将互助、照顾、感激、体谅和包容内化为一种习惯,手足相爱,相伴长大。

父母还可以安排一些家庭活动,如一起踏青、烧烤、手工制作等,让孩子们在游玩、游戏中分享欢乐。另外,在安排家务和游戏时,设定爸妈为一个团队,孩子们为一个团队,两个团队在规定时间内完成各自的任务,通过安排孩子们在同一个小组,促进他们之间的合作和亲密。

让每个孩子都有存在感

父母要善于发现每个孩子的内在潜质,肯定、激发、引导孩子发展各自的长项,启发孩子看到兄弟姐妹的优势,扬长避短,相互学习。父母尽力为孩子们创造展示的机会,为喜欢朗诵或弹琴、跳舞的孩子定期举办小型家庭读书会、音乐会或舞蹈表演;如果孩子喜欢画画、手工制作,可以用家的一面墙来展示他的作品,定期更换……让每个孩子都能在亲人的掌声和欣赏的眼神中体验成就感。当孩子为自己的一技之长而自豪、自信,也就不热衷于在父母面前争宠了。

良好的亲子关系能给孩子带来足够的安全感,每个孩子都能感受到满满的爱,他就不会为兄弟姐妹的存在而感到焦虑。这就需要父母建立与每个孩子的紧密的亲子关系,确保他们有机会和爸妈单独相处,享受专属时光。比如,一个孩子可以和爸爸踢球,然后和妈妈做树叶贴画、玩橡皮泥;另一个孩子可以先听妈妈讲故事、玩过家家,然后再和爸爸一起去公园玩,或者去看电影、游泳。在独处中,孩子拥有属于自己与父母的经历和秘密,享受完全被关注的感觉,能获得极大的满足感,这将成为孩子生命中最美好的回忆。而一个有安全感、能自我肯定的孩子,会对周围的人和事充满善意,是很少去嫉妒、贬低他人的,包括兄弟姐妹。



资料图片

非常认真。

暑假期间,儿子去农村姥姥家,养了一群小鹅。两周后他打来电话,让我们去看他的小鹅。双休日,我和爱人赶回去陪儿子放鹅,还用手机拍了他放鹅、给鹅饮水的照片和视频。儿子始终乐得跟过年似的!

我逐渐意识到,作为家长,一定要细心地呵护、分享孩子的每个“成就感”。如果对孩子的点滴进步不闻不问,日久天长,孩子的上进心就会受挫,对孩子成长是沉重的打击。所以,父母应时时、处处关注孩子的成长,懂得分享他们的“成就感”,激励孩子不断上进。

新闻速递

全国青少年交响乐团发展研讨会举办

基金会主办,资深音乐媒体人、音乐教育家凌紫发起。

此次研讨会秉承平等交流的原则,代表们与大家分享了各自乐团的成长经历、现状与困惑。此外,著名指挥家于海先生做了“国歌教育”讲座。

中国交响乐发展基金会陈光宪理事长表示,青少年交响乐团是我国职业交响乐事业发展的

■ 代秋影

对孩子的需求,可以分为基本生存需求和个性化的发展需求。对于孩子的基本生存需求,原则上应予以痛快满足。尤其对婴幼儿来说,经由自己的需求被积极回应和痛快满足的正向镜映过程,孩子有了幸福快乐的生命底色,也由此奠定了结实信任的亲子关系根基。

随着孩子长大,Ta的需求逐渐增多,类型也更加多元,没有任何人能够满足孩子的全部需求,尤其是孩子基于个体差异提出的五花八门、种类繁多的发展层面的、个性化的需求,像是万花筒,更像是无底洞,永远都有新花样。与基本生存需求不同,个性化发展需求大都是孩子从个人喜好出发的玩具、游戏或者兴趣爱好等,通常具有更贵、更花时间、更耗精力等特点。亲子之间的冲突,绝大多数源自家长没有能力或者没有意愿满足孩子的某些需求。当家长不能或者不愿满足孩子的某个需求时,如何拒绝,才叫“不含敌意的拒绝”,怎么做才能既明确态度又不会对孩子造成心理创伤,是不少新手父母困扰和担忧的问题。

笔者认为,“不含敌意的拒绝”,须以不含诱惑的深情为前提,是在结实信任的亲子关系场域下,稳定地承载亲子双方真实的感受、需求、选择和情绪,有三点基本原则:一是平等。虽然亲子之间存在客观上的权力资源不对等,但在亲子关系范畴内,双方是平等的。孩子有权利根据自己的意愿和真实想法提出需求;家长也有权利专注自己的感受,结合自己的意愿和能力,自主决定同意还是拒绝。同意,是幸福快乐的源泉;拒绝,是现实边界的根基。

二是真实。真实,是平等主体之间的协商。在亲子关系场域,作为权力资源处于优势地位的家长,尤其应注意不要威压,更不能以孩子不挣钱或者其他所谓客观理由否认或者限制孩子提出需求的权利,这会直接给孩子制造低人一等的无力感和匮乏感。家长要依据自己的感受和真实意愿做决定,同意的时候要能看见眼前真实的孩子并痛快满足;拒绝的时候要能够忠于自己的感受并有力量承受伴随而来的愧疚感。

三是结实。拒绝他人需要力量,因为自身会伴随愧疚感。同时,还要面对孩子因需求被拒绝而产生的愤怒、不满甚至一定程度的攻击性等负面情绪。

很多人的行为模式是类似这样的:比如,孩子路过玩具店提出买一个玩具汽车,妈妈同意了,这时是真心同意的。走了一会儿,孩子又提出买一个玩具飞机,这时妈妈已经不太愿意了,但因无力拒绝,也不想面对孩子的情绪,勉强同意;但孩子接着又提出买一个乐高。此时,妈妈极有可能愤怒了,“你这孩子怎么这么不懂事,这么贪得无厌,一点儿也不体谅妈妈的辛苦……”这是很常见的行为模式,妈妈“同意”买飞机并非真实意愿,直接目的是“止哭”,同时也累积了“我是一个好妈妈”的道德成本,而在孩子提出买乐高时,妈妈的拒绝就脱离了事情本身,不仅拒绝了孩子的需求,更重要的是把自己拒绝他人的愧疚感转变为了对孩子的指责——“你不该有这么多需求!”同时,还继续无限延伸,升级为对孩子的否定——“你是个不懂事,不体谅妈妈的坏孩子”。

而结实,是指亲子关系要能承受住双方的真实感受和决定,以及伴随而来的各种情绪性表达。这需要以信任为基础,需要在基本生存需求上大都痛快满足孩子,在日常沟通中不断进行爱的确认,才能在说了某些“狠话”时,双方都能确信不必对方在情绪状态下的话当真,即家长的直接拒绝不会导致孩子的心理创伤。“不含敌意的拒绝”,是家长根据自己的感受和真实意愿直接拒绝孩子的某个要求,并未因此否定孩子,更不会因此导致关系破裂。

当然,现实生活中还有另外一种更糟糕的亲子相处模式,那就是在需要同意的时候不能痛快满足,在该拒绝的时候又无法忠于内心的感受,甚至在已经歇斯底里否定了孩子之后,依然可能因为无法承受自己的愧疚感,或者孩子强烈的情绪反应而最终妥协。类似模式下,因为家长不能痛快满足,会导致孩子内心产生严重的匮乏感;同时又因为家长无法忠于自己的真实意愿导致孩子缺乏现实边界。

总之,孩子的健康成长,需要结实信任的亲子关系。面对孩子的需求,同意,要深情而不含诱惑;拒绝,要直接而不含敌意。

(作者系最高人民法院中国应用法学研究所研究员、未成年人保护研究中心主任)

对孩子表达拒绝要以信任为基础