

“父母相爱”奠定孩子命运基础

陈伟红提醒:把握养育孩子的关键期



幼时的经历会对人一生的成长产生影响。如何把握养育孩子的关键期,让孩子拥有更好的未来?近日,心理咨询师、市家庭教育研究会讲师团讲师陈伟红做客“德行珠海·亲子讲堂”,以“是谁决定孩子的命运”为主题,从把握养育孩子的关键期、影响孩子命运的养育方式、如何做懂孩子的家长等方面开讲。

采写:本报记者 苑世敏
摄影:本报记者 赵 梓



陈伟红老师做客亲子讲堂。



家长与陈伟红老师互动。

把握养育孩子的关键期

讲座一开始,陈伟红指出一个普遍现象:“家长往往拿自己孩子的弱项跟别人孩子的强项相比,这样的结果就是会让孩子越来越不自信。”

她表示,家长都想培养健康、快乐、自信、优秀、成功、有道德的孩子。“我们用自己所能想到最美好的字眼来幻想我们的孩子,想把世上最美好的一切赋予我们的孩子。而要实现这个目标,前提是孩子拥有健全的人格。”

“有句话说‘幸运的人,一生都在被童年治愈;不幸的人,一生都在治愈童年’。

童年对人一生都会有影响。3至6岁是养育孩子的关键期。”陈伟红说,家长对孩子的态度会影响孩子长大后的情感模式,尤其是对于出生后六个月的孩子来说,家长给予孩子情感上的安全感非常重要。

她指出,近年来,抑郁症患者比例逐年攀升、自杀人数日益增长、各类心理疾病人群比例也在提高。据不完全统计,中国抑郁症患者达9000万人,青少年作为相对易感人群,首当其冲受到威胁。中国青少年超4000万人出现情绪困扰、行为偏差。究其原因,可以

追溯到0至6岁时心理创伤的延迟性反应。这段被忽视的、没有记忆的时期里受到的创伤,往往会为孩子今后的心理健康埋下隐患。

“不要把抑郁症当作难以启口的事情,抑郁症是神经症的一种,是需要被正视的。”陈伟红说,“在养育孩子的关键期,家长养育方式错误,很有可能会导致孩子日后出现心理问题。”

陈伟红提出一个问题:如果家长对孩子的期望与孩子的喜好背道而驰,这对孩子好吗?“孩子们做喜欢的事情更有利于他们成长。”

父母要共同参与孩子成长

“父母共同带孩子更有益于孩子成长。”陈伟红说,夫妻双方都要参与孩子成长。但如今,很多家庭还存在隔代养育、丧偶式养育。

陈伟红举例说,有一个女孩的父母在外打工。她自己在学校长期被同学欺负。后来女孩出现幻觉,一直觉得有人在议论自己。“当我问她‘为什么不跟爸爸妈妈说’的时候,她说:‘没有用的,说了他们也不可能从外面回来。’”

陈伟红建议家长们要告诉孩子:“当遇到困难和问题的時候,一定要及时跟家长说,家长也要让孩子充分相

信‘爸爸妈妈是值得被信任的,可以协助他一起面对问题’。”

“丧偶式养育多是妈妈一个人参与孩子成长。这种情况下,孩子的成长也会受到影响。因为父母能够给予孩子的东西是不一样的,妈妈常常是代表温情,爸爸则代表规则,父母双方一起养育才能培养出人格健全的孩子。”陈伟红说,“孩子内在对父亲特别尊重,这样孩子到青春期,父亲说的话才管用,孩子才更好管理。”

陈伟红提醒家长,这些有缺陷的养育方式可能会造

成分离创伤等心理问题,有分离创伤的孩子会特别没有安全感。这些心理问题可能是家长日后倾其一生也无法弥补的,也是孩子一辈子无法自愈的。

此外,她指出,太顺风顺水的孩子往往很难经历挫折,因此家长要放手让孩子去尝试、去成长。她还举例说明,孩子们不只是有衣食方面的需求,还需要来自父母的温暖,需要爱抚。

“拥抱、触摸、共同玩耍能让孩子感受到父母的爱,如果家长只是给孩子提供物质丰富的生活,是不利于孩子感受父母之爱的。”

“父母相爱”是对孩子最好的示范

“如何爱孩子?‘爸爸爱妈妈’是对孩子最好的爱的示范。家庭稳定,父母相爱,奠定了孩子的命运基础。”陈伟红说,“夫妻关系是第一位的,亲子关系是第二位的。”

讲座现场,陈伟红通过一场游戏,帮助家长找寻到孩子行为背后的原因,让家长了解到家庭关系与相处模式对孩子的影响,进而从根源上解决问题。

“我们通过游戏能够明显地看到家庭氛围不同,孩子的情绪也有所不同。”陈伟红说,“如果家庭和美,父母之间距离较近,孩子在家里也会比较轻松。相反,当父母吵架的时候,不自觉

拉大彼此之间的距离,孩子在家里也会感到紧张。”

她指出,孩子是家庭的一面镜子,孩子呈现出来的如乱发脾气、做事拖沓、网络依赖、离家出走甚至抑郁、焦虑等,其实是“系统”出了问题,孩子表现出来的症状是在提醒家长:家庭“生病”了。

讲座最后,陈伟红总结道:“我们常说,父母是孩子的第一任老师。可是,我们这些‘第一任老师’却没有‘持证上岗’,对于孩子成长过程中的身心特点没有科学的认识,就很难正确地引导孩子。因此,要把握正确的养育方式,更好地帮助孩子成长。”



家长们在认真聆听。