

家有俩宝 如何一碗水端平

记者 王敏

二孩家庭里,一大一小两个宝贝为生活带来不少乐趣。但是,面对不同性格的两个孩子,父母如何做到一碗水端平?孩子们之间起了争执时,父母又应该如何化解?这些问题时常困扰着宝爸宝妈们。本期,国家二级心理咨询师李丽梅为我们带来了三个案例。通过这三个案例,让我们一起来探讨二孩家庭中的困惑、问题及解决之道。



资料图片

遇见自己

一路奔跑,一路朝阳,
就是要遇见更好的自己。

心理热线:15595169923(微信同号)

案例一

年龄差距较大,孩子们争夺关爱

晓星(化名)今年9岁,妹妹晓春(化名)才8个月大。自从妹妹出生后,晓星就发现父母的注意力几乎全部转移到了妹妹身上,几乎所有的时间都是在陪妹妹。

有一天,晓星放学回家,看到妈妈正在耐心地陪妹妹玩手指画,而自己有时候想让爸爸妈妈陪着画画的时候,他们却以忙碌为由拒绝了。晓星心里不是滋味,她忍不住对妈妈说:“妈妈,你都不管我了,只关心妹妹。”妈妈无奈地解释:“妈妈也很爱你,只是妹妹还小,需要更多的照顾。”

这样的情况越来越多,每当晓星想和父母分享学校里的趣事时,总是被妹妹的哭闹声打断。渐渐地,晓星觉得父母对自己的爱被妹妹夺走了,她开始不满,在家里会无端找茬发脾气,嫌妹妹吵闹影响她学习,甚至对妹妹产生了嫉妒。同时,晓星的成绩也受到了影响,从班级原来的前几名下滑到了后面。

父母注意到晓星的情绪变化,却又不知道如何解决。他们担心晓星的心灵受到伤害,却又无法忽视妹妹还小的现实情况。

心理咨询师建议

在这个案例中,为了帮助晓星缓解对妹妹的嫉妒情绪,父母可以采取以下措施:每天或每周为晓星设定一段专属的陪伴时间,听听她讲学校里发生的事,让她感受到父母专注的陪伴;鼓励晓星参与照顾妹妹,培养她的责任感,同时增进姐妹间的感情;在日常生活中,父母要关注晓星的成长,及时表扬她的进步,让她知道自己在家庭中的地位不可替代;组织家庭活动,让姐妹二人共同参与,增强家庭互动;耐心倾听晓星的想法,了解她的困扰,并教育她学会理解和关爱他人。

案例二

两个孩子性格迥异,教育方法冲突

6岁的小杰(化名)和10岁的小宇(化名)是一对性格迥异的兄弟。小杰活泼好动,总是充满活力,他最喜欢的就是和父母一起去踢足球或者去爬山;而小宇则性格内向,平时他更喜欢安静地待在家里,看看书、玩玩乐高,做一些自己喜欢的事。

平时周末,两兄弟都要跟着爸爸妈妈一起去户外运动。虽然一家人在一起,但哥哥小宇却总觉得没有得到关注。在他看来,周末的家庭日活动就是爸爸妈妈为了弟弟安排的,自己就是陪着而已。有时候他也会主动提出能不能在家过周末,或者一起玩乐高,但爸爸妈妈总说应该多运动,窝在家里不好。父母经常迁就弟弟小杰的想法,让小宇越来越内向,越来越不愿说出自己的想法。一段时间,他甚至有些怀疑爸爸妈妈不喜欢自己,更喜欢弟弟。

有一次周末,小宇看到父母又在计划家庭户外活动,他终于忍不住说:“你们总是安排出去玩,都是为了陪弟弟,你们从来不陪我做我喜欢的事,你们是不是不喜欢我?”父母一时语塞,他们没想到小宇会有这样的感受。

心理咨询师建议

在处理小杰和小宇这对性格迥异兄弟的教育问题时,家长应采取更为细腻和个性化的方法。他们应认识到每个孩子的个性和兴趣,尊重哥哥小宇的内向性格,为他提供适合的安静活动,如阅读、绘画。同时考虑为小杰安排户外运动,满足他的活力需求,确保两个孩子都能感受到平等的关爱。父母还可以通过一起做饭、看电影或家庭游戏等共同活动来增进兄弟俩感情。家长还应定期与孩子沟通,倾听他们的心声,并根据反馈调整教育策略。家长还要学会鼓励两个孩子互相学习,取长补短,一起成长。

案例三

成绩的差异,让姐弟俩有了矛盾

张佳(化名)有两个孩子,女儿小梅(化名)比儿子小强(化名)只高一个年级,但两个孩子在学习上的表现却大相径庭。女儿成绩优异,一直是班上的尖子生,而弟弟则对学习不太感兴趣,成绩平平。让张佳无奈的是,孩子的奶奶每次知道孩子的成绩,就不由自主地把两个孩子进行对比。孩子的奶奶一面表扬孙女争气,给她买各种礼物作为奖励,一面就对弟弟说,让他要像姐姐一样好好学习,不要贪玩。

一次,家里来了客人,孩子奶奶又在客人面前夸奖女儿小梅,同时对弟弟小强说:“你看看你姐姐,你怎么就不能学学她呢?”当时,弟弟的情绪就不受控制了,生气地跑了出去。这种情绪累积下来,让小强开始对姐姐产生很大的嫉妒和怨气,动不动就对姐姐发脾气,甚至在姐姐的学习资料上乱涂乱画,以此来发泄自己的不满。看着弟弟的不友好,姐姐小梅也不太理解,认为弟弟有些无理取闹。一时间,两姐弟之间的关系变得越来越紧张,家庭氛围也变得不和谐。

看到两个孩子相处不顺畅,张佳也挺苦恼,多次提醒自己和家人,不要再拿她和弟弟的学习进行对比,不要给弟弟小强造成心理压力。

心理咨询师建议

在处理张佳家中两个孩子因成绩差异导致的矛盾时,家长应采取公平和多元的教育态度应对。首先,家长应确保不对任何一个孩子有所偏袒,认识到每个孩子都有其独特之处。家长应分别与姐姐和弟弟进行单独沟通,了解他们的感受,帮助他们理解彼此的不同,并解决心中的不平衡。同时,经常让姐弟两人合作完成一些家庭活动,或者分担家务劳动,培养他们的合作精神。家长还应积极发现并表扬孩子们的正面行为,不论是学习成绩的提高还是其他方面的成绩。若孩子的情绪问题较为严重,不妨寻求专业心理咨询师辅导,帮助孩子们调整心态,恢复家庭和谐的氛围。