

# 80后妈妈：我们更懂得如何爱孩子



## A 在旅行中和孩子一起成长

主持人:徐娴在网上的帖子里说,自己从儿子9个月开始,就带着他旅行。很多家长会觉得,孩子太小的时候出门旅行诸多不便,而且孩子也不记事儿,要等到十岁以后,旅行对于孩子才比较有意义。可是,你的儿子现在才六岁,不会觉得他太小了吗?

徐娴:我觉得亲子旅行的过程中,得到成长的不仅是孩子,更多的时候是我们大人。在儿子果果22个月大的时候,我们带他去长滩,当时,他看到一个坡,很兴奋,一会儿走上去,一会儿走下来。而我在一边超级焦虑,想着他再在这个地方耽搁下去,原定的行程就耽误了。我对他说,我们去沙滩好不好?沙滩上更好玩……可是任我怎么哄,果果根本不理睬,他就是很笃定地在那个坡上走上走下,脸上兴奋得泛出光彩。我就在旁边坐着,看着他。这样过了一个小时,我忽然想通了,旅行不是为了去看几个景点,去吃一些特色小吃,而是享受当下的快乐。果果觉得这个坡很好玩,他在这里最开心,他就很投入地玩,孩子不会作假,就是活在当下。从那次以后,我不会再催促果果跟着我们的既定行程玩,亲子旅行的过程,与其说是我们带他出来旅行,不如说是他带着我们旅行。

主持人:在旅行的过程中有没有一些意料之外的情况?

徐娴:果果二十六七个月的时候,我们去迪士尼乐园玩,正好是万圣节,乐园里有配合万圣节主题的游戏,果果被一棵突然尖叫的“树”吓坏了,那么小的孩子,被吓得从小推车里弹起来,又弹回去,人整个儿是僵硬的。当时,扮演那棵吓人的树的工作人员第一时间把头上的道具都摘下来,让果果看到他原本的样子,还伸出手来,要和果果握手,旁边马上有一些专业的志愿者,拿着漂亮的贴纸过来安慰果果。可是,果果完全是拒绝的。我抱着他,感觉到他的身体就像一根木棍一样僵硬。

那个时候,我并不知道该怎么办,就是紧紧地抱着果果,用手在他背后揉搓,不断在他耳边说:“不怕,妈妈在,妈妈在……”过了一会,果果突然整个儿软在我怀里了。我这才松了口气——我的孩子没事了。至今我都记得他的身体从僵硬得像根木棍到突然一下子软化在我怀里的那个瞬间。中国人不太习惯用肢体语言来交流,可是我发现,在亲子之间,肢体语言是非常重要的。那次遭遇之后,遇到事情的时候,我会更多地抱抱果果。有时候,他发脾气,怎么说都不行,我就拥抱着他,过一会儿,他的脾气就没有了。我觉得,妈妈对孩子的拥抱对于孩子意味着接纳,不管你是怎样的,妈妈都爱你,接纳你。



【主持人】  
阿竹

【嘉宾】  
许维素  
中国心理学会临床与咨询心理学注册系统注册心理师  
徐娴  
大学教师  
章燕  
健身教练

### 主持人的话▶▶

不久前,网上流行一篇文章:《80后一代:我比父母更会爱孩子》,文章里列举了80后育儿不再急功近利;80后懂得爱孩子不等于溺爱;80后给孩子一定的自我空间;学习决不是为了考试;不要拒绝电脑的力量;让孩子好好玩等几方面的育儿观点……引起了不少年轻妈妈的共鸣。今天是母亲节,我们邀请80后妈妈来聊聊她们的育儿心得——

### 新闻背景 >>>

“80后的世界——复旦大学长三角社会变迁调查发布会”日前公布了第一阶段上海地区的调查结果。调查中超过四分之三的“80后”父母认为,诚实、礼貌、孝顺、有责任感这些传统的道德品质非常重要;还有不到60%的“80后”父母认为,有事业心、做好学生、会为自己着想和受人喜爱之类的品质非常重要。令人略感意外的是,“80后”父母并没有强烈的望子成龙、盼女成凤的期待。特别是高学历父母对于子女事业心与顺从度的重视程度明显低于那些低学历的父母。他们希望给予子女更宽松、自由的成长空间。

本版插图 郑辛遥

## B 帮助孩子接纳和面对自己的情绪

主持人:那么多次的旅行经历,给你的孩子带来了怎样的影响?

徐娴:果果在旅行中变得更加自信了,同时,在旅行中,他也学会了面对自己的情绪。有一次在澳大利亚旅行,有爬树的项目,那棵树有66米高,我恐高,直接就放弃了,果果跟着爸爸爬上去了。旁边的人看到那么小的孩子爬上那么高的树,都惊叹不已。第二棵树更高,而且很陡,我老公爬了一点就不敢继续爬了,他告诉儿子:“爸爸害怕。”果果一开始表现得非常牛,一定要爬。我们就开始聊关于情绪的话题。我问他:“果果,在爬树这个事情上面,你真实的情绪是什么?”儿子过了好一会儿对我说:“妈妈,我很害怕。”我对他说:“你可以勇敢地面对自己的情绪是很棒的。每个人都是不完美的,接纳自己的不完美,才能成为真正的自己。就像妈妈面对那么高的树很害怕,我承认,在这方面我是挺糟糕的。”果果想了想,对我说了一句很棒的话:“我可以面对自己的害怕,我是个勇敢的小伙子。”

学会面对自己情绪的果果,很少有耍赖皮的情况。他会直接表达自己的情绪,比如“我不开心”,“我很愤怒”等等。有一回,爸爸关车门的时候不小心撞到了果果的脸,果果说了一句:“爸爸,你内疚了吧。”我们问他,什么叫内疚?果果回答:“内疚就是爸爸做错了事很难过。”

主持人:很多80后年轻妈妈养育孩子,与孩子相处的方式都和老一辈有很多的不同。你有没有遇到过反对意见?

徐娴:当然有啊。家里的老人一开始就反对我们带孩子出去旅行。到新加坡、到美国的旅行,我们是带上老人一起去的。他们看到旅行的过程中孩子的状态,慢慢地就放心了。我觉得,生于1980年代的我们,已到而立之年,自我成长方面也完善了,应该说是到了合适的时间了吧。我们会更宽容地看待父母当年对待我们的方式,也更懂得接纳自我了。

## C “臭妈妈”不会把时间都给女儿

主持人:章燕和老公都是80后,平时两个人都爱打游戏,章燕坦言,自己不是那种会把工作之外所有的时间都扑在孩子身上的妈妈。但是,他们的女儿成绩优秀得让很多家长羡慕。你怎么分配自己的时间的?

章燕:我每天下午四点半到六点的时间是给女儿的。那是她的作业时间。我在旁边自己看书,然后“监督”她做作业,她的效率会很高。做完课内作业后,我们一般会要求她做一些课外的练习,但是,做课外练习的时候我就不陪着她了,而是做自己的事情。因为在小学一年级时已经培养好了女儿的学习习惯,所以,她在学习上是比较自觉的。双休日,有时候我们会出去看电影、逛街等等,女儿会要求一起参与。

主持人:对比一下你小的时候,你对待你的女儿,和当年你的妈妈对你,最大的差别在哪里?

章燕:最典型的是,我小时候,如果我喜欢吃什么东西,妈妈会一口都不吃全部留给我。而在我和女儿之间,同样情况的处理方式是,我和女儿一人一半。我会要求女儿力所能及的事情都要自己做。比如,早上起来自己穿衣服,玩好的玩具自己收拾好,晚饭后要洗碗。

小学一年级的時候,为了培养孩子对钱的概念,我们会把钱给女儿让她自己去买东西。有一次,我给女儿十块钱,告诉她,去买二两锅贴,我和她一人一两。结果,她忘记了,只买了一两回来,找给我五元钱,我就当着她的面把锅贴都吃掉了,没有留给她。从此她去买东西都会记清楚要买什么。

主持人:你和女儿的关系怎么样?

章燕:我觉得,我们很多时候像朋友。我会喊她“臭宝宝”,她会叫我“臭妈妈”。

## D 80后父母是充满希望的一代

主持人:作为心理学专家,许维素有什么要提醒年轻妈妈们的吗?

许维素:孩子在0到3岁的阶段,对于母亲的需要会更多一些,妈妈如果能够在家做全职妈妈当然对于孩子是最好的。不过,现实是很多年轻妈妈休完几个月的产假就要回到职场。对于这些妈妈而言,最好能够做到准点上班,准点下班。因为这个阶段的孩子,客体恒常性刚刚开始建立,妈妈能够规律地上下班,可以让孩子建立稳定的感觉,知道妈妈不会消失的,到了那个时间,妈妈就下班回家来了。

有很多年轻妈妈会早早买好图画书,和孩子亲子共读。但是她们可能会发现,孩子比较小的时候,不会那么乖乖地坐下来,听妈妈讲故事。这个时候,妈妈们不必过早地给孩子制定规矩。婴幼儿时期的孩子充满了对世界的好奇,他们会用自己的方式探索世界,妈妈要给孩子足够的活动空间,在旁边保护孩子的安全即可,不要过多的限制,因为这是孩子创造能力发展的高峰期。如果家长懂得保护孩子的这一能力,那么,孩子的创造能力可以一直发展。

主持人:80后年轻妈妈和过去的家长有什么不同?她们在育儿方面有什么优势?

许维素:80后这一代的年轻妈妈相对他们的父母来说,所处的年代是和平的,经济生活也相对更加稳定和富有,且80后更多的是独生子女,因此,80后无论是从心理被养育方面,还是受教育的程度方面,都比他们的父母更有优势,这造成了他们与自己父母这一代人的不同,也使他们在育儿方面比父母们更有优势,具体来说:1、心态更开放:表现在给孩子更多活动与自我探索的空间,如让孩子自由地在地板上爬行而不介意衣服是否会被弄脏等。2、对养育下一代愿意更多吸收新知识,接受新的培训:80后的年轻妈妈会主动去学习养育孩子的心理学知识、生理方面的知识、教育方面的知识,有些妈妈还主动去接受培训,可见,他们对于自己妈妈的身份多了更多的期待。3、更多反思自己的举动对下一代的心理影响:80后会自省、反思自己与孩子的互动过程中的表现会对孩子产生何种影响,会尝试把负面影响减少到最少,会扩大对孩子正面的积极的影响。4、更愿意调整自己,更灵活应对:很多年轻妈妈承认自己第一次做妈妈会不那么完美,因此,她们愿意给自己时间空间来学习,也愿意在学习过程中不断调整自己,来灵活应对日渐长大自主性越来越多的孩子。5、愿意和孩子一同成长:目前80后普遍都愿意和孩子一同成长,这点与老一辈很不一样,老一辈所受的教育还是“父母是天,孩子必须遵从父母”的权威主义的教育,很难承认自己也需要有成长的地方。

80后这一代的父母是充满希望的一代,他们既承接了老一辈的关爱,也开创了更多新的、更多弹性和自主性的空间给孩子。

80后,曾是让老师和家长担心的一代人,曾经被认为太过自我、太过叛逆,随着80后进入而立之年,完成了自我成长,他们不论在家庭中还是职场上,都已经成为了中坚力量。有理由相信,生于1980年代的年轻妈妈们,懂得如何爱孩子,教育孩子,她们会用自己的方式在家庭中传递爱和责任。

### 【结束语】

80后,曾是让老师和家长担心的一代人,曾经被认为太过自我、太过叛逆,随着80后进入而立之年,完成了自我成长,他们不论在家庭中还是职场上,都已经成为了中坚力量。有理由相信,生于1980年代的年轻妈妈们,懂得如何爱孩子,教育孩子,她们会用自己的方式在家庭中传递爱和责任。