

心理关注

孩子“行为退化”
家长怎么办?

前阵子,网上出现一则《9岁女孩“争宠”,“退化”成婴儿》的报道,一对父母生了二孩后,与父母分床睡了两年,9岁女孩突然开始拒绝自己睡,也不想上学。有时她像个受了惊吓的小猫,时刻想往妈妈怀里躲;有时她更像个刚出生不久的婴儿,不停地要求妈妈“抱抱”。孩子这种行为在医学上被称为行为“退化”。为什么孩子会行为“退化”?“退化”对孩子有什么影响?孩子“退化”,父母又该如何应对呢?



行为“退化”是心理问题

从心理角度来讲,行为“退化”是指人们遇到无法解决的问题或挫折时,他的思维、情绪和行为方式会倒退到心理发展的早期阶段,行为表现突然变回了幼儿甚至婴儿的时候,从而满足自己的某种心理需要。这种机制可以发生在孩子身上,也可以发生在成人身上。

心理专家表示,每一个年龄阶段都有每一个阶段要学习成长的议题,当孩子的生理年龄一直增长,可是该学习的本领没有学,孩子就跟不上成长步伐了。入学后,可能会出现孩子适应不了的挫折、困难,甚至是障碍,一旦遇到超出他们心理承受能力更大的挫折时,有的孩子就会出现行为“退化”。长此以往,对孩子的认知、人际交往等都会造成心理发育上的影响。

孩子出现行为“退化”,可能和父母忽略他们有关,也可能和父母之前过度关注,之后突然减少有关。一些父母生了二孩后,把关注更多地放在了更小的孩子身上,对于大孩,尤其是已经有自理能力的

大孩,父母会觉得他们可以自己照顾好自己,又加上父母的精力有限,容易忽略掉他们成长中其他的心理需要。时间一长,大孩就可能用行为“退化”来告诉父母,自己还是个孩子,也需要父母的关爱和呵护。孩子寻求父母的关注是生理需要,也是他们的情感需要。

养育方式不一致
孩子容易出问题

除了上述情况外,还有两种情况,孩子也可能会行为“退化”。首先,养育方式不一致的孩子。现在,很多父母上班忙,孩子白天都由长辈带,晚上才是父母带。父母和长辈的带娃方式不一样,有的长辈没有考虑到,甚至没有尊重到孩子每个阶段成长发展的需要,还用幼儿或婴儿的方式养育他们,可能会导致孩子行为“退化”。其次,遇到学业压力或人际关系压力的孩子。孩子上小学后,人际关系增加了,也要完成学业任务,有的孩子心理承受能力不足以支撑学业和人际关系带给他们的压力时,他们就会利用行为“退化”来逃避。

四招应对孩子“退化”

孩子“退化”,父母应该如何应对呢?可以从以下四方面入手。第一,有二孩的家庭,父母要给大孩建立身份,孩子也不会因为成为哥哥或姐姐,就失去了父母的关注和关爱;父母要告诉自己,不仅要关注二孩,而且还要教会大孩成为哥哥或姐姐。同时,父母要密切关注孩子成长发展议题。每个年龄段,孩子的发展议题是不同的,父母需要学习。第二,由长辈带孩子的家庭,如果两辈人的养育方式不同,父母需及时和长辈们交流。第三,让孩子适应现实。孩子不可能永远在父母的保护下成长,在这个过程中,他们会遇到形形色色的人和各种各样的事,压力和挫折也会接踵而来。当孩子出现行为“退化”时,父母需要陪伴并且有效地帮助孩子,从而增加孩子的自信心。第四,父母也在学习做“父母”。每个人都不是天生就会做父母,也处在一个学习阶段。父母是什么样的人比父母做什么更重要,父母毕竟是孩子的第一任老师,父母做不好榜样,孩子必定受到影响。

李艳鸣

仁爱比聪明更重要

本杰明·富兰克林是美国著名的政治家、科学家和外交家。然而,年轻的时候,本杰明却不是一个受人欢迎的人,被许多人称为“讨厌的家伙”。

其实本杰明没有什么大的毛病,就是说话比较直,喜欢与人争辩,处处表现得比别人高明。比如,当他看见别人吸烟,他就会说,你最好戒掉它,吸烟的人不会有好下场;当他看见别人炫耀刚买的新鞋时,他立刻指出,你的鞋子买贵了,我在另一家商店看见过一双一模一样的,比你这双便宜一半。本来这个人希望得到大家羡慕和赞许的目光,谁知本杰明的一句话一下子就让空气凝聚了。不仅如此,无论别人说什么,他都能提出不同的意见。可以说,只要与他聊天,气氛就会变得特别紧张,特别压抑,因此,大家都不喜欢他,都不愿与他呆在一起。

有一次,本杰明的一位朋友忍无可忍,严肃地告诫他说:“你别以为自己聪明,就可以打击每一个与你意见相佐的人。只要有你在场,没有人会觉得愉快,如果再这样下去,你终有一天会失去所有的朋友。”

朋友的话让本杰明大吃一惊,他从未意识到自己竟给别人带来了这么大的伤害,从那以后,他一改自己傲慢、狂野、好辩的性格,并给自己立下一条规矩,不在任何场合表现得比别人聪明。当别人的意见与他不同时,他常常说,也许你说得很在理,不过,我有另外一种想法,或许并不一定正确,但我想把它说出来,如果我弄错了,我很乐意你们帮我改正。当他想要表达自己的观点时,他常常说,我想,我认为,我觉得,很少再使用那些武断性的词汇。当别人出现失误或过错时,他不再立即指出,或当面驳斥,而是采用一种比较委婉的方式告诉对方,或是想办法为对方掩盖某些无伤大雅真相。他的这些改变,很快就收到了意想不到的效果,人们不再讨厌他,排斥他,即便他有什么过错,别人还是一如既往地理解他,支持他。

此时,本杰明才深刻地认识到,有时候,聪明未必是一件好事,糊涂也未必是一件坏事,仁爱往往比聪明更重要,也更难做到。

周礼

乡医必备工具

家庭必备良方



全套定价80元(包邮)

小病不一定要上医院,本书邀请国内省内157名知名医生,解答了百多种常见病的自我防治。

1048种简便实用单方,国家名老中医审定推荐,涵盖765个病种。

多吃土豆可以防中风你知道吗?有得吃但你一定会吃,著名营养学家在本书中教你136种吃出健康的办法。



扫码支付

大众卫生报 隆重出品

联系单位:湖南日报报业集团大众卫生报 联系电话:0731-84326211