

用尊重和理解化解手足之争

◎ 李毅娇 (广东省广州市江南外国语学校, 广州 510240)

摘要: 二胎甚至多胎时代来临, 手足之间的各种矛盾和争端经常让父母们身心俱疲, 不知如何处理。手足关系的调整, 其实根源在于亲子关系的调整, 即父母以怎样的视角看待孩子。孩子对自己兄弟姐妹的很多不友好的行为其实背后有很多合理的原因, 父母若能抱持尊重和理解的态度, 看到孩子行为背后的感受和需求, 就能用精准的方式去化解手足之争, 营造和谐有爱的家庭氛围。

关键词: 手足之争; 亲子关系; 尊重; 理解; 家庭教育

中图分类号: G44 **文献标识码:** B **文章编号:** 1671-2684 (2022) 24-0073-02

我家有两儿, 弟弟出生时, 哥哥三岁十个月。随着弟弟逐渐长大, 兄弟俩之间争抢东西的现象逐渐增多, 尤其是要哥哥将自己的东西分享给弟弟用或者玩时, 哥哥总是无一例外地予以反抗。

哥哥从三岁半之后就声称自己已经长大, 不再用儿童餐椅, 所以餐椅就被收起来束之高阁。到了弟弟要用餐椅的月龄, 我们把餐椅重新拿出来准备给弟弟用。哥哥一看到弟弟坐上去, 就强烈要求把弟弟抱下来, 说椅子是自己的, 他要坐。然后他快速地爬了上去, 强行把自己塞进去, 不肯下来。

弟弟出生后, 我一直非常照顾哥哥的情绪, 不想让他觉得自己的东西总是被弟弟抢。我告诉全家人, 餐椅本来就是属于哥哥的, 哥哥想坐就坐, 坐一阵子他就腻了。哥哥很享受这样的安排, 有时候他本来不想坐, 可是看见弟弟坐上去, 他就嚷着也要坐, 就这样持续了一个星期还没腻。

弟弟没有餐椅用, 我们把他抱在怀里吃饭时, 他总是扭来扭去, 抢碗抢勺弄得大家都吃不成, 所以家人都对哥哥抢坐餐椅的行为意见不小, 经常指责他, 这其中也包括有时候控制不住火气的我。哥哥才不管, 照样抢得不亦乐乎, 有时候还大喊大叫。一天中午, 哥哥又照例爬上了餐椅, 爷爷照例批评说: “你算什么哥哥, 总是跟弟弟抢。”我连忙提醒爷爷不要这样说。弟弟在我们的手里哭啊嚷啊, 最终也没吃到什么, 只好放他到地上去爬了。

我想是时候和哥哥聊一聊了, 于是我边吃饭边对哥哥说: “哥哥, 我们商量一件事情。这张椅子本来是你小时候坐的, 属于你。但你已经长大了, 坐

着不舒服, 可以坐大人的椅子了。现在弟弟需要坐餐椅吃饭, 如果你不愿意把这个餐椅让给弟弟, 那妈妈就需要去买另外一张餐椅, 这样家里放两张这么大的餐椅会占很大地方。还有一个解决办法, 就是把这个餐椅卖了, 卖的钱作为你的零花钱, 我再买一张新的给弟弟。你觉得哪个办法好?”

哥哥想了想说: “那就把我这张让给弟弟用吧。”

我说: “谢谢你, 可是以前你也这么说, 但每次吃饭的时候你都要坐, 弟弟没有办法坐, 总是哭闹, 你觉得这样有什么不好?”

哥哥听懂了, 他是一个悟性很高的孩子, 说: “这让大家吃不好饭, 那我以后不坐了。”

我又说: “这个餐桌椅本来就是你的, 现在你长大了, 把餐桌椅让给弟弟坐, 所有权是你的, 使用权是弟弟的, 等弟弟也长大了, 我们再来处理它, 好吗?”哥哥点点头, 要从餐椅上爬下来。我说: “不用了, 你坐在上面把饭吃完, 好好地跟你的餐椅告别吧。”

从这次以后, 哥哥都没有再爬上餐椅吃饭, 这个问题彻底解决了。这个问题的解决, 让我回想起之前的一系列事情。成长中的孩子跟家长闹别扭的时候, 很容易引发家长的厌烦情绪, 很多家长会通过指责批评将情绪宣泄出来, 也期望能够一举解决问题。在对这件事情的处理当中, 我们就曾给哥哥贴上诸如“不像哥哥”和“不懂事”的标签, 但这是无法把他引导到正确的行为上的。

我这次引导的成功基于亲子沟通中几个非常重要的原则。

第一，不要对孩子的行为过度概括化。

很多时候，大人喜欢在孩子做得不好的时候数落他们，说他们总是做不好，甚至会翻出其他不相干的旧账。儿童的自我概念最初是在父母的帮助下建立的，会通过家人的评价来认识自己。如果某些评价在儿童成长过程中不断被强化，就可能持续一生，由最开始的一个概念逐渐变成事实。所以，当周围的大人都这样认定孩子不懂事，孩子的行为也会朝着“不懂事”这个方向发展。在家庭中，帮助孩子建立积极的自我概念非常重要，这是他们健康成长的重要基础。我们和孩子互动时，不能因为他一时的行为就给他贴上标签。即使是经常性的行为，我们也不能贴标签，而应该从正面进行积极的引导，引导孩子改掉一些不良的习惯和不好的行为。

第二，以尊重的态度和孩子沟通。

从哥哥出生开始，我就用平等和尊重的态度与他沟通和互动，即使是给他换纸尿裤或者帮他洗澡这样的事，我也会有意识地采取沟通的态度，即便他那时还听不懂，很多棘手的问题都是通过沟通解决的。他两岁多的时候，有一阵子，晚上总是不肯刷牙，总是要我催促，有时候催促也不去。这影响到了我们双方的情绪，导致睡前不愉快。

一天，我拉着哥哥的手在床上坐下来，对他说：“刷牙可以保护你的牙齿。如果不刷牙，晚上睡觉的时候嘴巴会特别不舒服，而且可能会让你的牙齿被蚜虫蛀掉。你看过很多科普书，你知道妈妈说的是什么问题。妈妈希望这是我们最后一次探讨刷牙，希望以后你能够自己主动去刷牙。如果你不去，妈妈尊重你的决定，但是妈妈还是很希望你能够自己保护好牙齿。妈妈很担心你。”在沟通的全程，我避免说教、指责，效果很神奇。这次之后，刷牙这个问题就彻底解决了。每天早上醒来和每晚睡前他都会主动去刷牙，偶尔犯一下“小懒”。我设置了一个“每周偷懒日”，他躺在床上我帮他刷牙，刚好可以借机帮他更彻底地清洁牙齿，又增添了亲子互动的乐趣。

第三，理解与尊重，看到孩子行为背后的情绪和需求。

作为家长，要始终相信孩子身上有积极的成

长力量，并通过点滴细节去强化这种力量。萨提亚家庭治疗中有一个著名的“冰山理论”，说的是一个人的“自我”就像一座冰山一样，我们能看到的只是表面很小的一部分——行为，而更大的那部分（内在世界）却藏在更深层次、不为人所见的地方，恰如冰山。从这个角度来讲，作为父母，要懂得透过孩子看似对抗甚至有些“邪恶”的行为看到孩子真正的感受和认知，而不是简单粗暴地对他的行为进行评价。

在处理孩子问题的过程中，我始终认为哥哥对弟弟的爱并不是天然的，而是培养出来的。哥哥把以前每天坐着的餐椅当成自己的伙伴，当成自己享受食物、享受父母之爱的象征，弟弟的到来本来已经让父母的关注被分走了一部分，自己的餐椅也要分享给弟弟，他一下子没有办法接纳也是人之常情。认识到这一层，我在和哥哥的谈话里就多了一分尊重，多了对他行为背后认知和情绪的理解，自然也就得到了他正向的回应。刷牙事件其实是孩子良好习惯养成过程中的问题折射。平等的谈话、始终保持关爱的态度是很重要的，在尊重的氛围里，孩子通常倾向于合作。

当孩子出现不良行为时，如果家长总是哄骗、吼骂、指责、批评孩子，他内在的感受没有被看到，会陷在被骂的羞辱、生气和愤怒情绪里，而不会去反思自己的行为是否得当，进而改正自己的行为。即使暂时改了，可能也只是迫于家长的压力，心里害怕，而不会把自己的注意力放到纠正行为上面。

有些家长认为，因为害怕去做也算有效，有效就行。但诸多实践表明，这种效果很短暂，甚至会破坏亲子关系，不利于孩子的长远发展。等他长大了，力量强大起来，他还会怕你吼吗？这就是为什么有些家长觉得孩子越大越不听话，越大亲子关系越疏离。

总之，良好的亲子关系是第一位的，以此为基础和前提，家庭教育才能事半功倍。

参考文献

[1]萨提亚. 萨提亚家庭治疗模式[M]. 聂晶,译. 北京: 世界图书出版社, 2007.