

青春期社交难题 你家孩子也遇到了吗?

王睿

上初中的孩子,面对班级里的“小团体”邀请,如何选择才能继续保持自己的好人缘?近日,一位家长在家长群里提出了这样一个问题。

这是一个棘手的问题,处理不好对孩子以后在校的学习生活都有影响。心理老师张雯说,当孩子遇到“小团体”危机时,父母和孩子的处理方式确实有讲究。

家长提问 女儿遇到了青春期社交难题

我的女儿上初二了,昨天放学回来有些不高兴,说班上女同学有“小团体”了,她在班上人缘还不错,跟每个同学相处得都还可以,可昨晚放学的时候,有几

个女孩问她到底跟谁在一起玩。孩子很困惑,不知道怎么办,也怕得罪人。这种情况家长怎样去指导比较好?



温馨回复 回答要有智慧度和灵活性

心理老师张雯先是在群里回复了这位家长:“你好,关于这个看似是‘送命’的题,孩子需要在回答的时候增加智慧度和灵活性,即可轻松化解。其实,孩子之所以被问这个问题,是因为问问题的孩子想跟你们家女儿做朋友,希望能得到你女儿正向的回应。所以孩子完全可以轻松友好地回答:‘我跟你们在一起啊’‘我跟我们小组成员在一起啊’。这样既不会扫了问话孩子的兴,又可以重新定义团体和友谊。所有孩子都渴望在团体中获得归属感,在

团体中应该是安全自在的,而不是胆怯讨好或畏惧为难的。”

张老师表示,人际关系问题是困扰很多孩子的一个重要的成长性心理课题,很多父母亦为此感到非常焦虑和心疼。因为如何交朋友、交什么样的朋友毕竟是孩子自己的事情,家长就算再着急再难过似乎也使不上太大的劲,只能眼巴巴地看着孩子为了人际关系问题而焦虑、烦恼、难过。

张老师分析说,初中的孩子正值青春期,正在为了长大、成熟积蓄

能量。伴随着生理上的快速发育,他们在认知、情绪、行为上常常会感到不安和急躁,为此他们迫切需要一个能倾诉心事、交流思想并能保守秘密的地方,这是属于他们自己的一片独立的、不受打扰的心灵花园。

在这个心灵花园中,父母往往不会被邀请进入,取而代之的是他们喜欢的、信任的同学和朋友。所以,很多时候大人眼中看到的孩子间的“小团体”,其实是孩子内在对于安全感、归属感和价值感的渴望和需求。

专家支招 做孩子背后强大的支撑

当孩子遇到“小团体”危机时,父母和孩子需要如何应对呢?张老师有以下建议:

孩子的世界有他们的游戏规则

通过与身边各种人、事、物的接触与磨合,孩子的人际交往能力不断提高,并为成年后进入社会做好准备。这是孩子在成长中必须要面对和学习的一种基本能力。每一个团体都有自己的游戏规则,孩子的世界更是如此。

父母即便再焦虑,也不要轻易介入孩子之间的关系和矛盾,不要简单地用成人的思维和眼光看待孩子遇到的问题。很多时候,孩子把他遇到的困难告诉父母,并不是想从父母那里获得解决问题的方法,而是一种情绪情感的释放和宣泄。他们更希望父母能耐心倾听,关心他们的情绪和感受,并给他们想要的理解和支持。

放轻松,重新定义团体和友谊

很多时候,“小团体”间的所谓问题和矛盾,是源于成员的安全感和归属感不足,那种可能被排斥的恐惧会让成员间彼此手牵手的渴望

更加浓烈。所以,他们会用各种方式向彼此、也让彼此证明自己是“属于”这个团体的,是“属于”彼此的。这并不是要针对谁,只是想要一个确定的安心的答案。

因此,当孩子遭遇到“灵魂发问”的“送命题”时,完全可以换一个心态,在不扫双方兴致的前提下,重新定义团体和友谊。

“在一起”是一种姿态,也是一种温暖的、安全的承诺,能让彼此感到轻松而安心。人与人之间的关系因为轻松而变得有弹性、有温度,就不会带给彼此很大的压力和负担。

作为家长,我们要有意识地在养育孩子的过程中给孩子足够的弹性和灵活性,耳濡目染之下,孩子在应对自己人际关系的时候也会生出足够的智慧,让看似僵化的问题变得有弹性、有温度,把问题做重新定义,就会有完全不同的视角和感受。

跟着心走,安全自在地在各种关系中获得滋养

良好的人际关系互动应该是安全自在的,而不是胆怯讨好或是畏惧为难的。当在一个团体中感到不自在,或是有很多顾虑的时候,就可能需要暂停一下,好好想一想是什么影响到自己在团体中的感受,自己所担心害怕的那个部分是不是真

的会那么严重地影响到自己,不是真的没有任何力量去应对。

诚然,在人际关系中,要真正做到“跟心走”是非常非常困难的,因为有很多因素会牵扯、影响到我们,让我们没办法坦然勇敢地去做自己、跟心走。但这也恰恰是一个强大的、有个人魅力的个体必须具备的一种优秀的心理品质。所以,要想孩子具备这样的心理品质,需要父母在经年累月的教育中不断渗透,给孩子足够的安全感、归属感和价值感。

在家庭教育中,父母要给孩子足够的认可、尊重和肯定,这样孩子就能学会在自己的同伴关系中给自己和同伴足够的认可、尊重和肯定,就会散发出无穷的人格魅力。一个有人格魅力的孩子,自然能安全自在地在各种关系中让自己、也让别人获得滋养,健康成长。

孩子的成长从来都不是一帆风顺的,“小团体”危机只是孩子在成长过程中各种挑战的一个缩影。父母要舍得让孩子在各种关系中去尝试、去犯错、去经历风雨。在不断的挫折与历练中,孩子会获得属于自己的宝贵的人生经验。同时在这个过程中,父母要做孩子背后强大的支撑,和孩子一起共同面对、共同成长。



亲子手记

儿子上幼儿园了

邢一丹

时光如梭,白驹过隙,转眼儿子上幼儿园了。我却感觉自己才刚刚大学毕业,刚刚结婚,刚刚生完儿子。

回顾一路走来,也确实不易。不易的不止我一个,更辛苦的还有公公、婆婆、姥姥。我和老公每天上班早出晚归,孩子从小都是老人们照顾得比较多。但我只要有时间,就会多陪陪孩子。

我们全家经常一起带儿子去公园游玩;去北京天安门看升旗;去天津登上天塔,用望远镜看远处的风景……

我们去北京天安门看升旗回来以后做起了游戏,儿子站的一头是“北京站”,婆婆站的一头是“沧州站”,儿子学高铁列车员说话:“沧州站到了,在沧州下车的旅客请做好准备。”

儿子还会学着天安门前站岗的战士的样子,一动不动,说那是在保卫祖国。当儿子听到国歌响起,就会拿起插在花瓶里的国旗,双手托着放在胸前,慢慢地跟着歌声将国旗举过头顶,而且表情严肃。

为了培养孩子的语言表达能力,婆婆和姥姥教他说童谣,做家务,还买了玩具洗衣机、玩具电冰箱、玩具液化气炉等一套玩具,锻炼孩子的动手操作能力。

儿子玩完玩具后,我们教他把玩具收到箱子里。姥姥把每个箱子都贴上一张纸,上面分别写着里面放的是什么玩具,甚至还标注了每个箱子里一共有多少个这样的玩具。这样做可以培养孩子自己的事情自己做。

正是有这样和睦的家庭氛围,儿子上幼儿园一个多月了,从没有哭过。从第一天上幼儿园,他就乐呵呵的,因为我们经常和他说,幼儿园里有很多小朋友,幼儿园的老师多才多艺,就像妈妈一样关心小朋友……

因为之前的功课做得好,所以孩子感觉上幼儿园是件很开心的事情。

那天,我第一次去给儿子开家长会。当听到老师第一个表扬的就是儿子时,我高兴得差点儿落泪。

孩子的言行带着家长的教育风格,儿子是把好的习惯带到了幼儿园。人们常说的“三岁看大,七岁看老”,是有一定道理的。

我们经常把孩子比作花朵朵,如果花开时,我们不认真管理,等结了果实再埋怨它不好看,有用吗?

征稿

欢迎广大家长给我们投稿分享自己的育儿心得,或是给我们提供教育话题。

投稿邮箱:
czwbjiaoz@126.com