

当孩子过于依赖母亲,便会失去成长和成熟的机会,也就不能真正独立面对世界

如何避免把孩子养成“妈宝男”



1 “妈宝男”的性格特点

陈祉妍说,“妈宝”的性格特点可以从儿童成长中找到原因。儿童会在成长中逐渐走出自我中心,越来越能够换位思考,理解他人的感受和需要,也越来越能够理解各种社会规范。

然而,心理的成长需要恰当的养育环境。健康的家庭结构与秩序是保护儿童心理健康成长的要素。其中不可忽视的是父母之间亲密的感情联系。如果夫

妻关系出现严重问题,女性可能会把对丈夫的情感投射到孩子身上,会把在丈夫那里得不到满足的情感需求转向孩子。于是,孩子被母亲放到了最重要的位置,而丈夫则位居其次。在这种情况下,孩子仿佛拥有了特权,缺乏管教和引导,进而对社会规则的遵从和对自身局限性的认识都会出现偏差,成长也会出现

问题。陈祉妍解释说,一个人在成长中,需要意识到自己是既有优点又有缺点的一个综合体,是这个世界上的普通人,才能完成走向成熟的过程。但是迈向心理成熟的这一步,对于“妈宝男”来说会很困难。在家庭这个小环境里,因为有母亲的呵护,“妈宝男”会感觉如鱼得水;但是当步入社会时,就会感到困难重重。

“妈宝男”是当下网络流行词语。根据网友们的定义,“妈宝男”一般指在妈妈的溺爱下长大的男人。他们非常听妈妈的话,什么事情都要问妈妈的意见,表面看是孝顺,实际却是懦弱,没有主见,缺少独立思考问题的能力,也没有责任心。

在网友列举的几种不能嫁的男人中,“妈宝男”与“出轨男”“家暴男”并列其中。由于“妈宝男”在婚姻中不会去体谅妻子,不会分担家务,不懂得规划生活,婚后仍然让妈妈干涉自己小家庭的决策,例如经济支出、育儿方式等,因而会导致婚姻关系出现严重问题。

“妈宝男”是否与原生家庭教育有关?哪些不良的养育方式容易造就男生形成“妈宝”的性格特点?记者就此问题采访了中国科学院心理研究所教授陈祉妍。

2 什么样的家庭容易培养出“妈宝男”

“妈宝男”的形成与原生家庭有很大关系。最常见的情况是,夫妻感情存在问题,女方在工作、爱情、精神生活和孩子的关系之间出现失衡,把生活中的很大权重放在孩子身上,孩子成了全部寄托。

此外,还有部分女性在养育孩子的过程中,把所有情感和期望都倾注在孩子身上,对孩子缺乏全面的认识,对孩子的发展干预过多。这类母亲在潜意识

里或多或少都会希望孩子永远依赖自己,因为她们依赖于孩子和自己的亲密关系中获得满足,会跟孩子在情感上有着强劲的绑定。当孩子过于依赖母亲,便会失去成长和成熟的机会,也就不能真正独立地去面对世界。

陈祉妍指出,家长对孩子寄予积极的期望,在很多方面给予孩子关心和帮助,重视与孩子有深厚的情感,这些都是正常的行为。但家长应该意识到,自

己的生活不能因为孩子而失衡。生活里不能只有孩子,还需要有其他重要的人,比如自己的父母、亲密的朋友等。即使是单亲家庭,家长也应该意识到,孩子不是自己生活中唯一重要的人。

此外,家长还需要把自己的人生问题与孩子区分开来,不要用孩子取得的成就去弥补自己的人生遗憾,也不要用自己与孩子的关系,去弥补自己人生中的情感缺失。

3 溺爱的背后是恐惧

好的养育方式,是家长给予孩子健康的爱。

什么是健康的爱呢?陈祉妍说,健康的爱就是爱和管教兼顾,对孩子既有关怀和照顾,也有管教和引导,两方面缺一不可。

然而在现实中,有些家长难以平衡爱和管教的关系,或是对孩子过分溺爱,或是管教过于严厉。陈祉妍告诉记者,家长对孩子过于溺爱,只满足孩子的需要,而对孩子没有管束和控制,其行为根源并非是对孩子爱得过分,而是出自某种恐惧。“比如,孩子小时候生过重病或者面临过生命危险,于是家长降低了养育期望,觉得只要孩子活着就好,开心就好,这其实是因为家长对过去的恐惧还没有消化;还有的家长担心

自己不是一个合格的家长,出于内疚,或是对自己的怀疑,不敢做任何让孩子不高兴的事。”陈祉妍说,“出于类似的种种原因,我们有时会看到家长对孩子溺爱的表象,看到孩子很能折腾,一旦要求不被满足,就会大发脾气,而父母却会容忍孩子乱发脾气。这其实是因为父母内心感到恐惧,他们对自己的家长身份不自信,对自己能否教育好孩子有着担忧和怀疑。”

与溺爱孩子的父母相反,还有一些父母对孩子管教过于严厉。陈祉妍分析,这些家长有的是自己的情绪控制有问题,生活和工作中的压力让有些家长产生了挫败感和愤怒感,而他们会通过管教孩子去释放自己的这种负面情绪。有些父母则是因为内心对孩子存有嫉

妒、愤怒等负面情绪,但又不能直接表达出来,也不能自己消化掉,于是会借管教之名发泄出来。陈祉妍指出,嫉妒孩子,是父母经常会有正常的心理现象,因为孩子拥有很多父母不曾拥有也不可能再拥有的东西,比如很多父母让孩子学钢琴而孩子不够用功时,他们会批评孩子说自己小时候想学钢琴,但没有条件,你现在有条件还不好好珍惜。这其实就是家长内心嫉妒孩子的情绪。

陈祉妍指出,爱和管教兼顾,对于孩子的健康成长非常重要。过分溺爱会让孩子变得自私,以自我为中心,没有爱别人的能力;而对孩子管教过于严厉,完全不允许孩子有自己的判断和意愿,孩子在长大之后很可能变得没有主见,缺乏责任心。

4 每个人都需要迈出独立的一步

在现实生活中,“妈宝男”可能并不会用这个词语来形容自己,但他们会意识到自己的亲密关系和人际关系有问题,或者自己在某些方面过于幼稚。然而,只要与母亲保持紧密的关系,“妈宝男”就不会主动迈出独立的一步。

在陈祉妍看来,“妈宝男”的成长需要几个关键因素:首先是由于生活的变化而与妈妈的关系拉远,这是“妈宝男”需要迈出的重要一步;其次是“妈宝男”要开始承担责任,要自己

面对和处理生活中遇到的问题,并且能够去反思自己行为的后果,而不是情绪化地去处理问题,不加思考就做出反应;第三是保护性的因素,“妈宝男”在经历挫折时,需要有家人和朋友的关心、支持和引导,为他提供情感支持,帮助他反思自己的行为,为他提供有针对性的帮助,让他不至于在挫败面前怀疑自我。

一个人在成长过程中,关于如何看待自己,如何看待世界,会经过很多次的蜕变。陈祉妍说,“妈宝男”保

留着原生家庭中妈妈灌输给他的世界观,他对自己、家庭和世界的看法都是妈妈的版本。而当妈妈的版本远离他,不再能影响他,他用妈妈的版本解释不通这个世界的时候,他就会寻找新的版本。

其实这个过程不只是“妈宝男”需要经历的,陈祉妍指出,每个人在青年时期都会经历这样一个阶段。每个人最初看待世界的方式,都是透过父母的眼睛,都带有主观偏差。而当一个人开始有了自己独立的力量,心理

真正成熟之后,他便不再认同父母灌输给自己的一切,他会有自己不同的想法,会发现新的看待世界的角度,会逐渐形成自己的人生观,这就是一个人走向成熟的重要一步。

“妈宝男”需要摆脱的是母亲的影响,但其实每个人都会受到自己原生家庭的影响。“当我们意识到这一点,迈出独立的一步,学会尊重事实,调整看待世界的角度,就会成为一个成熟的人。”陈祉妍说。

据《中国青年报》

