



当心独二代陷入社交恐惧

□ 记者 朱娜

多个“独二代”集中在一起会发生什么情况，是和谐相处，还是为了争玩具、争电视频道而打闹？

“独二代”闹小别扭

丁女士的女儿彤彤今年4岁。因为丁女士和丈夫都是独生子女，所以彤彤是标准的“独二代”。春节期间，丁女士带着彤彤到朋友家相聚，没想到孩子们闹起了小别扭。

彤彤刚拿起气球玩耍，朋友家的孩子豪豪立刻从彤彤手里夺走，一脸不愿意地说：“这是我的，不许你玩。”彤彤只好去玩别的玩具，她正拿起一个玩具汽车时，豪豪扔下气球又来夺汽车。在家娇生惯养的彤彤哪受得了这个气，她也不甘示弱地从豪豪手中争夺，二人在争夺中哭了起来。听到孩子哭声后，大人们坐不住了，立刻把两个孩子拉开。原本和谐的气氛，也变得有些尴尬。

在刚刚过去的新春佳节，这样的情况并不少见。“独二代”与“独二代”碰面时，很难融洽相处。为了抢一个玩具、为了看某个电视节目、为了父母招呼别的小朋友吃东西等都要生气或大打出手。有人将此现象称为“独二代”社交恐惧症。

“独一代”影响“独二代”

“独二代”与“独二代”为何不能融洽相处？不仅是家长对其娇生惯养引起的，还与其成长经历有一定关系。

我国从实行计划生育以来，大多数第一代独生子女已经组建家庭，并且也有了自己的孩子。第一代独生子女受到了父母和长辈的宠爱，父母也总是想尽办法来满足他们的要求。他们身上本就可能带着以自我为中心、不懂得尊重别人、不知道如



何与人相处的特点。俗话说，父母是孩子最好的老师。“独一代”的行为和处事方式会潜移默化地影响“独二代”。

我市资深心理咨询师杜彬表示，一个人的性格与其成长经历有很大的关系。“独二代”没有兄弟姐妹，平时接触到的都是同学和小伙伴。有的孩子课外要上各种补习班，与同学相处的时间也是有限的。虽然家长和老师经常教育“独二代”与朋友相处时，要懂得谦让、有好东西要与大家一起分享等。但是，这些道理很少有付诸实践的机会。当多个“独二代”集中在一起时，社交恐惧症很容易爆发出来。平时好吃的、好玩的都是一个人独自享用，突然多出好几个人一起分享，心理上自然是难以接受。

多参加同龄人集体活动

怎样才能避免“独二代”陷入社交恐惧症？

既然父母是孩子最好的老师，那么家长们不妨先从自身做起吧！国家二级心理咨询师史静杰说，父母与孩子要尽量平等相处，让孩子真切体会到与人交往时的平等。

保持沟通渠道的畅通。孩子心里有疑问或有话想说时，敢于向父母说，父母要全心全意地听，不能用敷衍的态度对待孩子。

孩子的事情自己处理。当孩子之间出现矛盾时，家长最好不要参与，让他们用自己的方式处理。如果孩子自己不能较好地处理，家长可以给一些点拨，但不能代劳。

多与同龄人交往。“独二代”应多和同龄人在一起。



让孩子自己爬起来

□ 曹凤茹

她是80后，毕业于一所大学儿童心理学系。她的学识经历与众不同，教育孩子的方法也很特别。

结婚第二年，她有了女儿。女儿第一次哭的时候，婆婆马上抱起来，她对婆婆说：“妈，不用抱她，今天抱了，以后就撒不开手了！”婆婆很生气：“我见过许多当母亲的，从来没有见过像你这样当母亲的！”她只是一笑，什么也不说。奇怪的是，女儿哭了一阵之后，就不哭了。她的脸上掠过一丝微笑。

女儿刚学走路的时候，总是摔跟头。婆婆总是习惯地扶孩子一把，她对婆婆说：“妈，不用扶她，让她自己走！”婆婆很生气：“这么小的孩子还不会走路，摔着咋办？”她只是一笑，什么也不说。她站在一旁鼓励女儿：“宝宝乖，向前走！”女儿果然听话，摔倒了，爬起来，摔倒了，继续爬起来，趟起趟向前走。终于，女儿学会了走路。

女儿会走路了，上街时，她就让女儿自己走。女儿也听话，一直跟在她的后面。她走得很慢，女儿始终离她一尺远。女儿摔倒，就自己爬起来。渐渐地，形成习惯。渐渐地，婆婆接受了她的教育方法。以后，不管她如何教育孩子，婆婆都不再插话。

一天，她和女儿上台阶。她在前面走，女儿在后面走。台阶很高，女儿要把手按在台阶上，才能费力地迈上去，不是打趔趄，就是摔跟头。她也不扶女儿。因为站不稳，女儿从第三级台阶滚到第一级台阶。她慌张地回头看了一下，女儿没摔伤。她没动。女儿趴在那儿，哇哇地哭起来，她也未动。听见女儿的哭声，看着女儿脸上的泥道道，她也想哭，但她还是没有动。女儿揉了揉眼睛，坐起来，费了好大的劲儿终于爬上了第二级台阶。她对女儿说：“宝宝真勇敢，站稳，向前走，别怕，妈妈在前边等你呢！”女儿笑了，稳稳地爬上了第三级台阶，第四级台阶，女儿追上她了。她抱起女儿，在女儿那红扑扑的脏脸蛋上亲了又亲。母女俩在午后的阳光下咯咯地笑起来。

许多人对她的做法很不理解，说她心狠，说她冷血。可她觉得，女儿总有长大的那一天，许多事情她必须独立面对。摔倒了，只有让她自己爬起来，将来她才不容易摔倒。

“让孩子自己爬起来”，是一种智慧，是一种期待。放手越早，孩子成长越快。



美国家长的练胆教育

□ 刘 铮



比如孩子摔倒了，家长马上过去扶起来，哄他不哭；而美国家长对孩子的爱则是体现在内心里，他们看到孩子摔倒了，绝不会去扶，而是让孩子自己爬起来。美国家长认为，孩子胆小，将来会一事无成。所以，他们非常注重对孩子的“练胆教育”。他们又认为：孩子生下来，胆子都是小的，所以他们对孩子的“练胆教育”要从娃娃抓起。

在美国，家长对孩子的“练胆教育”分家里、家外两方面。在家中，孩子一岁即与父母分床，独居一室。家长给孩子买些小熊等玩具，让孩子抱着玩具入睡，同时，在孩子的床头亮一盏小灯，给独居的孩子以信心。孩子能上桌吃饭时，家长便让孩子自己拿着刀叉进食，即便把食物弄得一塌糊涂，家长也绝不过去帮忙。家外的“练胆教育”主要是社交和旅游。美国家长从小就让孩子学会社交，让孩子跟小朋友玩，使孩子在与陌生伙伴的玩耍中，锻炼胆子。外出野游时，家长有意识地让孩子当“先锋官”，让他们在前面为家人“逢山开道，遇水搭桥”。遇到危险地段，家长让孩子自己判断危险程度，然后让他们想出化险为夷的办法。这对于培养孩子的涉险、冒险精神不无益处。

美国家长的“练胆教育”，还有一点是国内家长想不到的，那就是对孩子的技能培训。美国家长认为“艺高人胆大”，孩子从小如果学会了生存技能，长大了就不会怕这怕那。所以，家长们从小就教孩子学习各种生活技能，比如做饭、修理电器、驾驶等。美国的一些孩子五六岁时就可以参

加“野外夏令营”，独自在野外生存一周；七八岁时，就已是家里的“电器工程师”和“厨师”了。美国孩子六岁时就可以自己做饭，而且还邀请小伙伴来家中举办“周末PARTY”，孩子们亲自下厨。这在国内是不可想象的。

“练胆”并不是让孩子从小就“胆大妄为”、“无法无天”，而是让孩子从小就远离那种懦弱的性格，扩展生活思维。所以，美国家长也常常对孩子进行法制教育和自我保护教育。美国家长并不忌讳谈社会犯罪，孩子们都知道社会上存在一些暴力、抢劫等犯罪现象，也了解一些社会骗局。因此，他们从小就懂得在“放手一搏”的过程中如何保护自己，这些做法对中国的家长都有一定的借鉴价值。



不是小孩了

我正坐在电脑前敲文档，儿子进来了，哀求着说：“爸，让我上网玩一会儿游戏吧。”我一边敲键盘一边头也不抬地说：“不行不行，小孩不能上网玩游戏。”儿子一听，急了，说：“爸，我已经不是小孩了。”我一听，差点儿笑出声来，问：“怎么会不是小孩呢？”儿子一听，振振有辞地说：“昨天，我要求妈妈帮我系鞋带，妈妈说我：‘你已经不是小孩了，自己的鞋带都不会系吗？’”

门儿都没有

儿子放学回到家，就大声嚷嚷：“爸，我渴死了，快给我倒杯水来。”我一听，没好气地说：“门儿都没有，你自己不能去倒水吗？”儿子一听，叹了口气说：“唉！算了，还是我去倒吧。”说完，他拿起桌上的茶杯就朝饮水机走去，这时，我突然想起了什么似的，说：“儿子，帮爸爸把书桌上的那本字典拿来，好吗？”儿子一听，学着我的腔调，说：“门儿都没有，你自己不能去拿吗？”

(张志松)