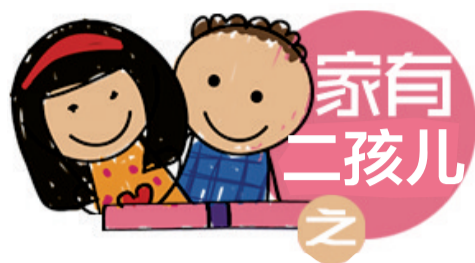


## 乐活·讲述



## 全职妈妈的育儿心经

□记者 杨柳 文/图

- 二孩儿妈:刘蕾
- 年龄:30多岁
- 职业:全职妈妈

二孩儿,生还是不生?这实在是一个让人纠结的话题。一想到培养孩子的各种麻烦,想到对自己职场、前途的影响,想到多一个宝宝对家庭经济造成的压力,你可能暂时打消这个念头,但媒体的关注、社会的讨论、同事朋友的示范,又会让这个念头时不时冒出来,挠得你心里痒痒的,又感觉怕怕的。

今天,这位全职妈妈就来给你展示真实的二孩儿家庭生活,讲述她的育儿心经。



刘蕾和两个女儿在一起

## 01 姊妹相亲,并非天生

在老大5岁时,老二出生了,我有了一个新身份,从职场白领变成了全职妈妈——不用上班,专职带娃。全职妈妈的日子并没有大家想象得那么惬意、轻松,我已经忙得没时间感叹人生,没精力啰嗦吐槽,更没心思梳妆打扮……

只有一个孩子的时候,我曾以为,姊妹相亲是与生俱来的,有了老二后,不需要父母花太多心思,俩娃就能自然而然地玩在一起,相亲相爱,大的让小的,小的尊敬大的。事实证明,我这是做梦。

我家这姐妹俩之间的你争我抢、争风吃醋、大哭小叫几乎每天都从早到晚不间断,无规律上演。可能是姐姐用力推了妹妹,妹妹大哭不止;可能是两个人抢一个芭比娃娃,都要最漂亮的那个;也可能

是姐妹俩同时要妈妈抱,互相推搡、对踢;还可能是妹妹要下楼玩,而姐姐非要窝在家里看电视;更多的时候,是姐姐非要抱妹妹,可妹妹对姐姐的亲热不领情,被吓得哇哇大哭,这让姐姐既委屈又懊恼。每当这时,老大就会跑来跟我说:“妈妈,这个世界上我最不喜欢的人就是妹妹,我们家要是没有妹妹就好了!”

我自认为是个称职的妈妈,可为什么别人家的两个孩子总是相亲相爱,自己的两个娃却从早到晚大哭小叫?有段时间,我天天钻牛角尖:“我是不是育儿无方?她俩是不是八字不合?我怀孕时是不是心情不好?”

其实,想这么多也没用,只有走过这段艰难的磨合期,我才能“守得云开见月明”。

## 02 妈妈有内急,只能这样办

曾有人问我:“带一个孩子太累,怎样才能轻松一点儿?”我告诉她:“那就再生一个,当你有两个孩子时,就会发现只带一个孩子是多么轻松、快乐……”

白天还好,老大去幼儿园了,我可以专心在家带老二。要外出时,我就用背巾把老二裹到胸前,买菜、办事、接送老大……老二就像我的包包,去哪儿都要带着。

妈妈有内急怎么办?我只好把老二放在餐椅里,系上安全带,再把餐椅推到洗手间里,让她能看到我,这样她就不会因找不到妈妈而哭闹。如果上厕所时间长,我就

要先给她弄点吃的,老二坐在餐椅里,一边吃东西,一边看妈妈……这画面太美,不敢想。

老二的睡眠时间永远跟不上老大的节奏,有时老大要上学了,老二还没起床;有时老大放学时间到了,老二还在呼呼大睡。没办法,我只能把老二从热乎乎的被窝里抱出来,轻手轻脚地穿衣戴帽,再小心翼翼地放进手推车里,盖上小毯子,慢慢地推出门。

邻居大妈每次看到都会说:“哎呀,这么冷的天,小宝宝受罪了。”我只好尴尬地笑笑,心里却酸楚不已。

## 03 两个孩子一同成长

生活并不总是美好的,更多的时候是一地鸡毛,一个黎明接着一个黑夜,黑夜过后又是黎明。看到这里,也许你会纳闷,既然养育二孩儿这么辛苦,为什么还要生,这不是自己作死吗?曾经,我是打死也不打算生老二的,怀胎十月,体态臃肿,腰酸背痛,分娩时的痛不欲生,日夜照顾宝宝的心力交瘁……这些苦和累,谁想再经历一次?

有一件事彻底改变了我。我是独生女,两年前,爸爸因突发心脏病住进了医院。医生给爸爸做心脏造影,我独自在外面等待结果。那一刻,我大脑一片空白,感觉无依无靠,紧张到不能呼吸。当时我就想,如果我有一个兄弟姐妹,在面对这种情形时,也许就不会这么孤单和无助。

我从来没有过手足相亲的感受,如果我只有一个孩子,等她长大了,一定会和我一样觉得孤单,也想要一个能和她一起玩耍、一起分担的同伴。现在看来,生老二是我勇敢、最正确的决定,未来,等我们老去的那一天,姐妹俩可以互相依靠,互相扶持,携手走过漫漫人生路。

## 过来人的建议

问题1:一个人带宝宝,做饭问题怎么解决?

刘蕾:让宝宝做一些自己喜欢的事,吸引她的注意力即可。做饭时,我在厨房门口放一个大澡盆,给她一碗豆子玩,通常情况下她能安静地玩上20分钟,既锻炼了手指,又培养了注意力,但一定要告诉宝贝不能吃。

问题2:两个娃都要妈陪或都要某件东西,怎么办?

刘蕾:我的做法是让孩子自己解决问题,如“这里只有一颗糖,怎么办?”“妈妈一次只能抱一个小孩,怎么办?”一般情况下她们会自己处理好。如果还是不能解决,我就提议“轮流”,要是还无法达成一致,那就谁也得不到满足,所以纷争通常在这之前就解决了。

问题3:老二出生后,如何照顾老大的情绪?

刘蕾:最主要的一条是不能改变老大的生活规律。不少老大敌视老二,是因为老二的降临影响了老大原本的生活。所以不能因为老二的降临,改变了老大的生活规律,一定要重视老大的需求。对老大,要有单独陪伴的时间,比如每晚讲一个睡前故事,每周带老大去公园等,延续以前的生活习惯,让她循序渐进地适应新环境。

问题4:如何让老大更快接受老二?

刘蕾:我的经验是邀请老大一起照顾老二。在我怀孕时,我会让老大陪我去医院检查,让她知道有她的帮助,老二在妈妈肚子里才会更健康,增强老大的成就感。在老二出生后,我经常邀请她一起帮忙照顾妹妹,比如帮忙拿东西,帮忙给妹妹擦脸,这样,姐姐对妹妹更有责任心。

不管去哪儿,都要带着老二  
(图片由受访者提供)

妈妈要去接老大了,老二还在呼呼大睡