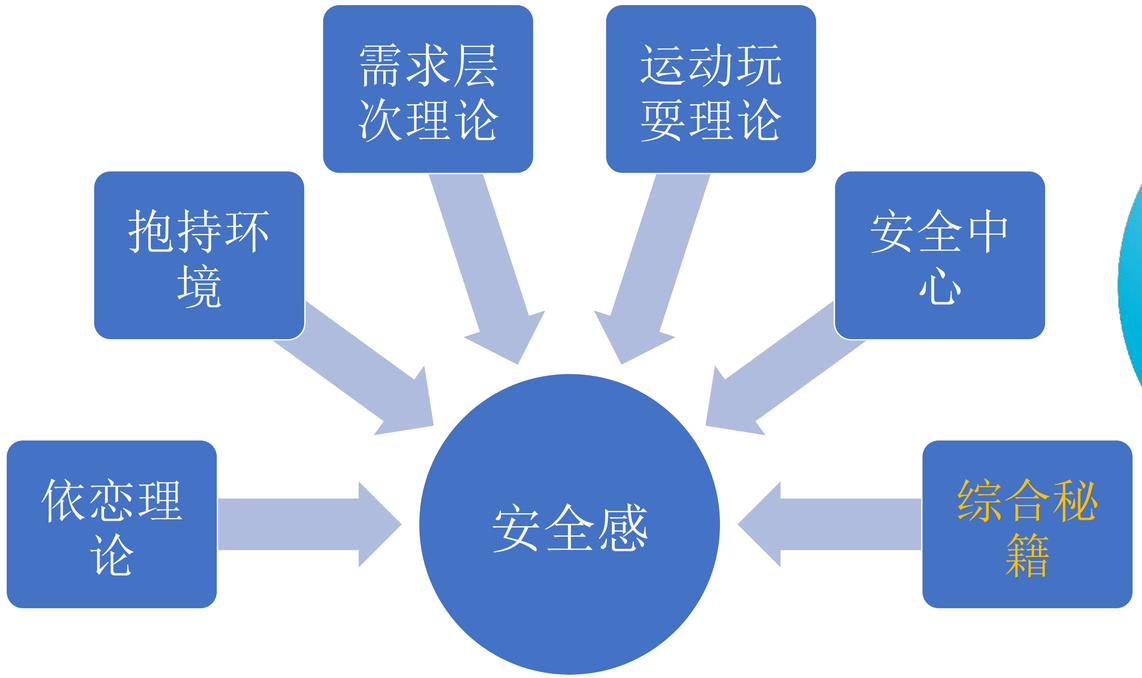
儿童安全感

张文鹏，曾晓婷

2019.3.26

MoreCare
茂楷 · 婴童学苑

目录Contents



MoreCare
茂楷 - 婴童学苑

如何建立幼儿安全感

——亲子依恋关系

依恋理论

1. 英国精神病学家 John Bowlby
2. Ainsworth

依恋类型	母亲离开时	母亲回到身边时	成因
安全型	不安	欢迎	母子节奏能够匹配
回避型	无所谓	无所谓（即使欢迎也很短暂）	成人主动拒绝婴儿想要的接触，抑制情绪表达
矛盾型/焦虑型	吼叫	渴望但抵触 （其实玩不好，朝母亲看）	母亲行为无法预测或母亲不敏感
混乱型			父母根本无规律，精神异常 既是依赖对象，又是恐慌的源泉

MoreCare
茂楷 · 婴童学苑

母子节奏

匹配的母子节奏：

1.控制情绪；

2.表情、语气匹配；

3.夸大、缩小孩子的情绪；

4.不说教。

MoreCare
茂楷 · 婴童学苑

试一试

1. 英国精神病学家 John Bowlby
2. Ainsworth
3. Ainsworth的后辈

1、3岁孩子下大雨不能出去玩，哭了起来。

2、家里来了客人，孩子很害羞，怎么都不肯打招呼。

3、孩子在幼儿园和别的小朋友发生了冲突后表示不愿意去幼儿园。

如何建立幼儿安全感

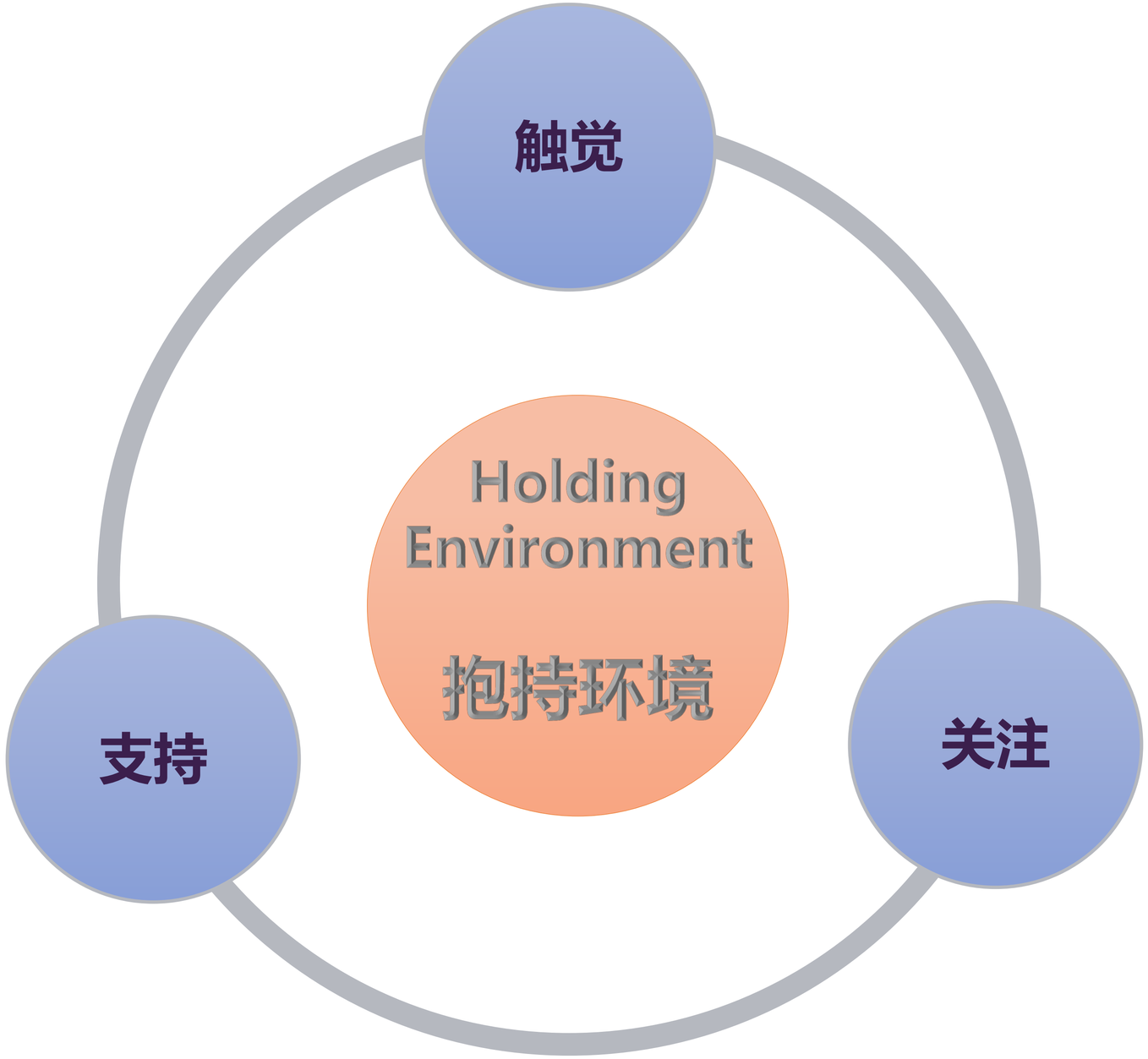
——抱持环境

抱持环境------英国心理学家 温尼科特

“抱持”是一个心理学名词，简单的讲就是母亲像一个容器，可以消化孩子不好的情绪和焦虑，孩子的容器变的干净清澈了，可以放进更多的能量，去应付现实生活中的困难。

要提供抱持性的环境，像母亲一样，不愤怒、不讨厌、不反击，不增不减的接受她的本貌，抱着她、看着她，要做一个容器，接受她投射出来的负面信息，再把处理过的信息反馈给她。

MoreCare
茂楷 - 婴童学苑



MoreCare
茂楷 - 婴童学苑

“生存”与“被爱”

经典心理学实验

哈洛恒河猴实验

MoreCare
茂楷 · 婴童学苑

抱持环境—安全感的需求

0-90天	我能活下去吗
90天-3岁	我能做我自己吗
3-7岁	我够好吗

MoreCare
茂楷 - 婴童学苑

抱持环境—安全感的需求

	0---90天 我能活下去吗?	90天---3岁 我能做我自己吗?	3---7岁 我够好吗?
触觉	母乳 抚触、 洗澡、 拥抱	拥抱 游戏	拥抱 游戏
关注	最重要	多 V.S. 少	“大孩子”
支持	无条件	过渡“叛逆” 可预估的生活	肯定、认同

MoreCare
茂楷 - 婴童学苑

抱持原则

- 触觉接触---抚触、洗澡、跳舞、游戏
- 先想当下需求
- 再想（适龄的）安全需求
- 综合两个需求，找到最佳方案

MoreCare
茂楷 - 婴童学苑

试一试

1. 试想洗澡时可以和孩子进行什么样的触觉游戏。

2. 2岁的孩子总想自己来做事，比如要自己穿衣服，自己洗袜子等。而他其实是不会穿的，洗袜子也是在玩水而已。父母如何做，才能不破坏孩子的安全感？

3. Momo上幼儿园了，放学后momo跟妈妈去超市，她帮妈妈提购物筐、帮着妈妈选蔬菜，但是却把购物架上的货品弄的乱七八糟，有的掉到地上。妈妈如何做，才能不破坏momo的安全感？

4. 6岁的孩子尿床。

更多抱持方法

- 积极回应不等于立即满足
- 给孩子可预估的生活
- 描述孩子行为中好的部分
- 慎用表扬

MoreCare
茂楷 - 婴童学苑

更多抱持方法

使用“慎用表扬 + 描述孩子行为中好的部分”方法组合， 来练习上面4种情况下成年人适合的引导语言。

MoreCare 茂楷 - 婴童学苑

马斯洛需求原理

- 生理上的需要、安全上的需要和感情上的需要都属于低一级的需要，这些需要通过外部条件就可以满足；
- 而尊重的需要和自我实现的需要是高级需要，他们是通过内部因素才能满足的。

MoreCare
茂楷 - 婴童学苑

我们需要做什么？

- 按时给宝宝喝水、吃饭、换尿布，及时关注她们的需求，做敏感的照料者。
- 无条件接纳孩子的情绪，多多拥抱、爱抚宝宝。
- 多陪伴宝宝，运动、游戏都可以。
- 创设良好的适宜的环境。

如何建立幼儿安全感

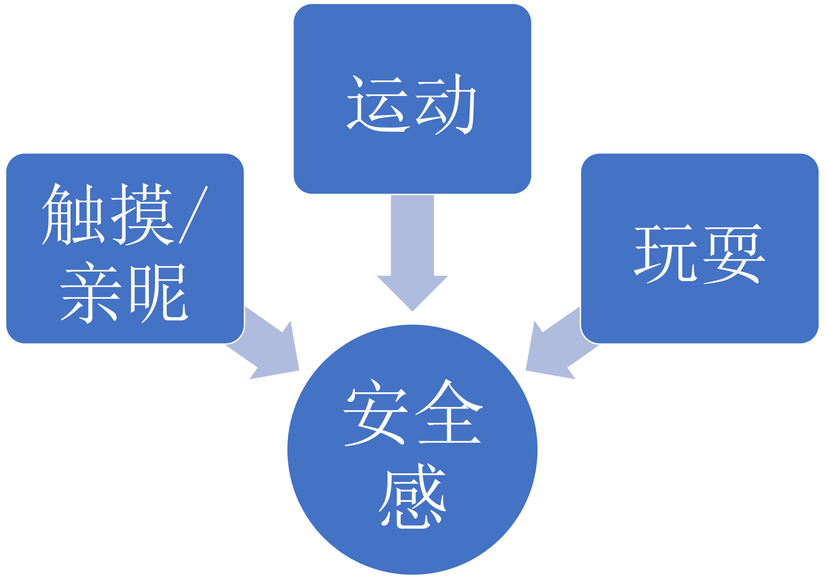
——运动玩耍理论

代母试验

繁殖试验

摇摆试验

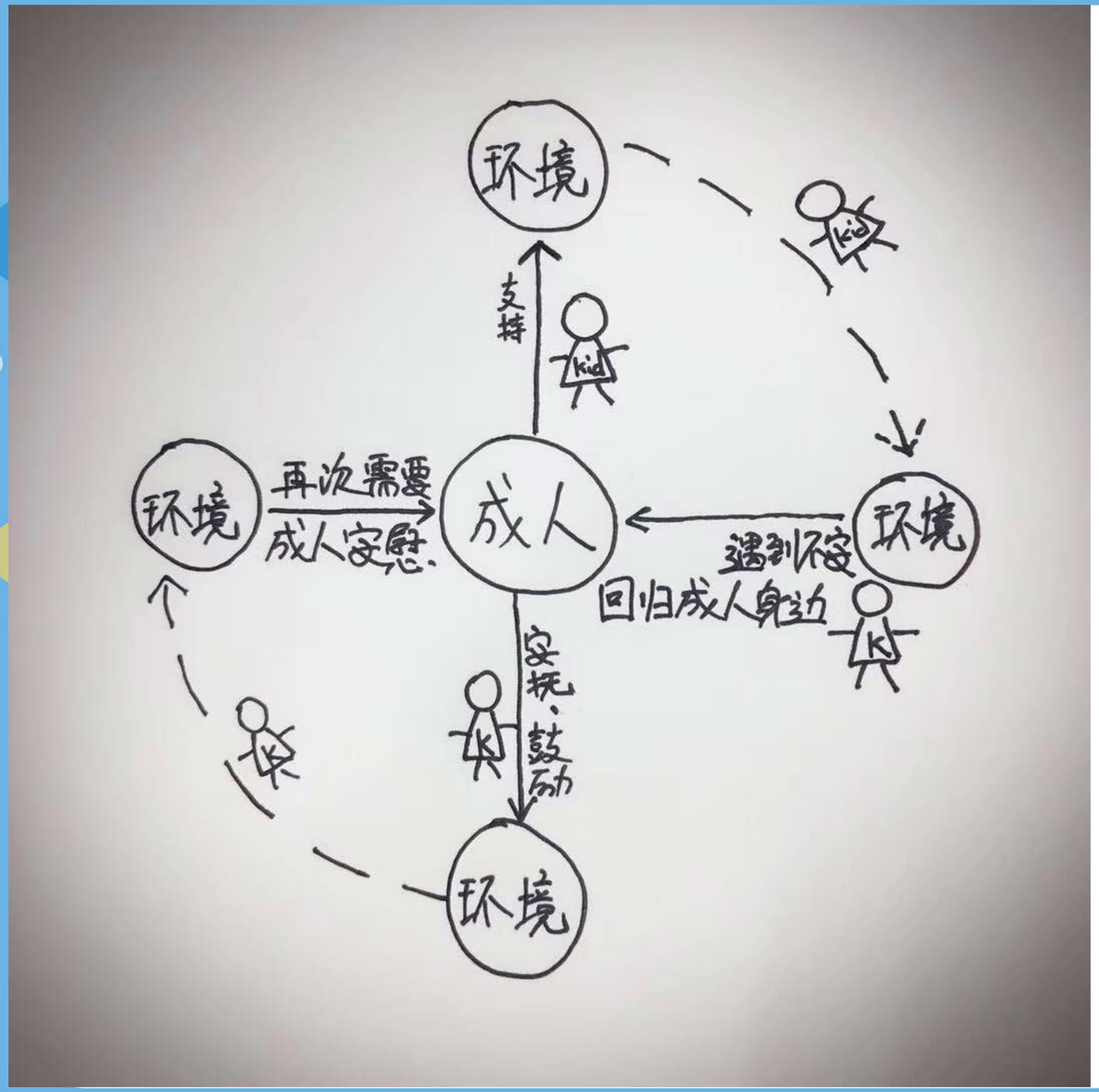
我们需要做什么？



MoreCare
茂楷 - 婴童学苑

如何建立幼儿安全感

——安全中心



成人成为孩子的安全中心

先有这样一个假设，成人（尤其是母亲）和幼儿处于共生关系里；再来看此图中的动线，孩子离开成人身边去探索周边、以及孩子需要回归到成人身边。

可以看出，成人、儿童、环境三者的互动——环境不具主动性；主动性存在于儿童。那么成人的角色、该处于什么位置？

1，成为儿童人身安全的监护者——树立和执行界限；

2，成为儿童探索环境一行为的支持者——允许和鼓励儿童与安全创设过的环境交互；

3，成为儿童在探索时受到挫折、需要帮助时的安慰者——镜映儿童的情绪、提供给儿童他所需要的安全感呵护。

综合三个角色，成人需要做儿童的“安全中心”——

1，先检查环境的安危；控制风险；

2，在儿童准备好去探索时，允许、支持儿童的意志，并在安全范围内监护；

3，在儿童遇到挫折，欢迎他回到身边，并提供有效的安抚——同理儿童的需求、镜映儿童的情绪、陪伴儿童走出情绪、以及不说教。

安全中心是另一个模型，让成人简单地就掌握如何在陪伴儿童时，就做到高效地支持与回应。

MoreCare
茂楷 · 婴童学苑

如何建立幼儿安全感

——综合秘籍

	父母自我教育部分	婴幼儿生活环境部分	婴幼儿亲子互动部分	婴幼儿社交活动部分
核心词	• 增强亲密关系 • 建立信任关系 • 稳定情绪 • 不说教 • 留出与孩子的规律的固定的亲子活动时间	• 触觉呵护；质感好 • 温暖感 • 支持孩子的存在感发展 • 支持孩子的掌控感发展	• 触觉呵护 • 拥抱孩子 • 与孩子一起洗澡（4岁） • 多做亲密游戏 • 重视婴幼儿的运动能力 • 放手，培养自主能力强的孩子 • 不说教	• 尊重孩子的交友 • 为孩子的友谊和社交助力 • 为孩子喜欢幼儿园生活助力 • 为孩子喜欢老师而助力 • 为孩子解围，远离“熊亲戚”
0---90天	• 得力的育儿帮手 • 允许自己初为人父母，而孩子出生没有说明书	• 提供柔软轻柔质地和声响的物品 • 提供依恋物	• 正视孩子的吃手 • 及时拥抱安抚 • 抚触游戏	• 婉拒“熊亲戚”逗弄孩子
90天---8个月	• 要照顾好自己	• 打造可供婴儿安全躺、爬行的空间		
8个月---3岁	• 允许孩子独立 • 协助婴幼儿的社交冲突 • 接纳婴幼儿的气质类型 • 成为持续的学习型父母	• 重视户外活动 • 孩子高度的物品储放 • 多种气质玩具的提供	• 亲密游戏 • 与父母一起洗澡的机会 • 规律固定的亲子活动时间	• 规律固定的与小伙伴一起见面玩耍 • 和妈妈群建立友谊与合作
3---5岁 5---7岁	• 能正向看待孩子的“吃亏” • 与老师建立信任的合作关系 • 尊重孩子的兴趣	• 孩子可触及的家庭相册 • 孩子收到的礼物、荣誉的呈现 • 拥有一些私密角落，如帐篷	• 如何拥抱孩子12次每天？ • 带孩子多多去大自然 • 规律固定的亲子活动时间 • “好孩子”，肯定好的部分	• 信任老师，保持沟通，合作为孩子造福 • 邀请小伙伴来家里做客

THANKS

MoreCare
茂楷 - 婴童学苑