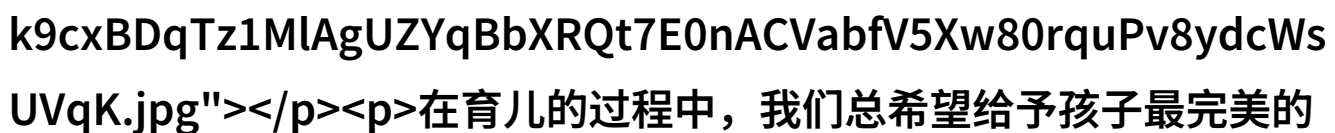


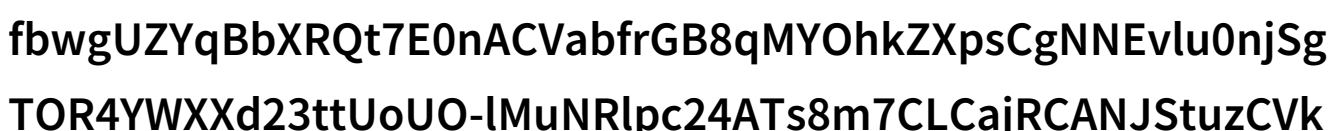
娇纵成瘾如何克服对孩子的过度溺爱培养

是不是我们太过了？

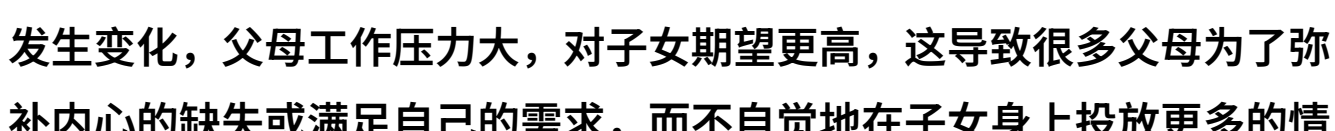
在育儿的过程中，我们总希望给予孩子最完美的成长环境和最大限度的关爱。然而，有时候，这种良好的意愿可能会演变为对孩子不合理的依赖和溺爱，从而形成了所谓的“娇纵成瘾”。这种现象让许多家长陷入困境，不知该如何自拔。

为什么会出

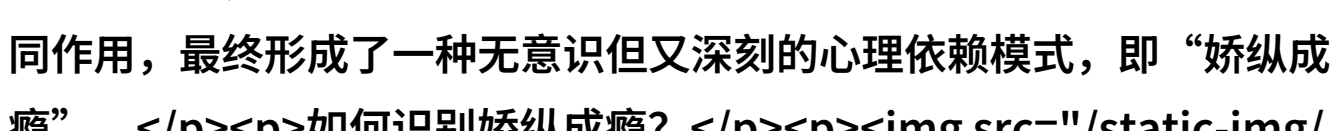
现娇纵成瘾？

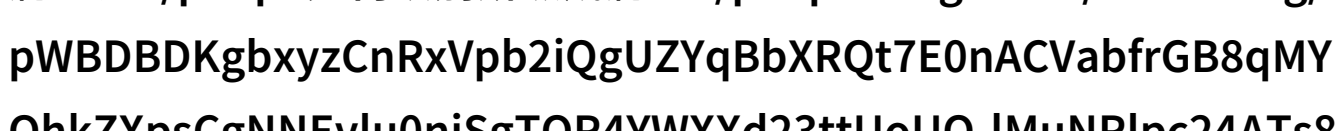
首先，现代社会家庭结构发生变化，父母工作压力大，对子女期望更高，这导致很多父母为了弥补内心的缺失或满足自己的需求，而不自觉地在子女身上投放更多的情感和物质资源。其次，随着科技进步，一些教育资源、娱乐产品等都变得非常丰富，使得家长难以制止孩子们沉迷于这些事物上。这两方面共同作用，最终形成了一种无意识但又深刻的心理依赖模式，即“娇纵成瘾”。

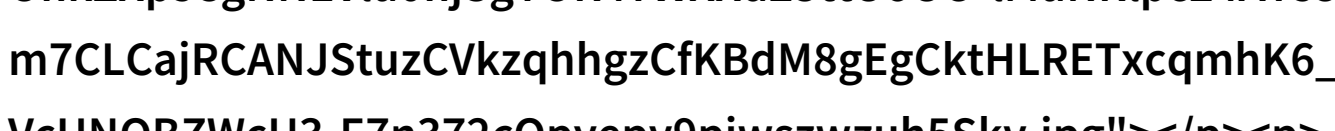
如何识别娇纵成瘾？

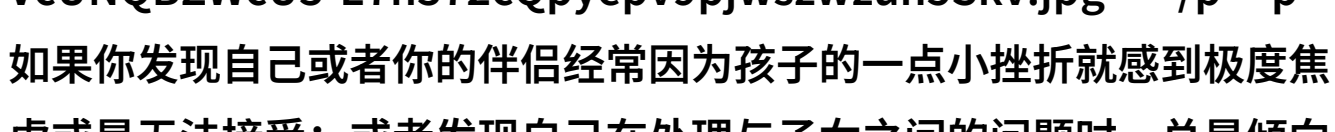
如果你发现自己或者你的伴侣经常因为孩子的一点小挫折就感到极度焦虑或是无法接受；或者发现自己在处理与子女之间的问题时，总是倾向于逃避问题，而非面对挑战解决；那么，你可能正处于一个需要反思和改变的情况。在这个阶段，如果不加以控制，就很容易走上错误之路。

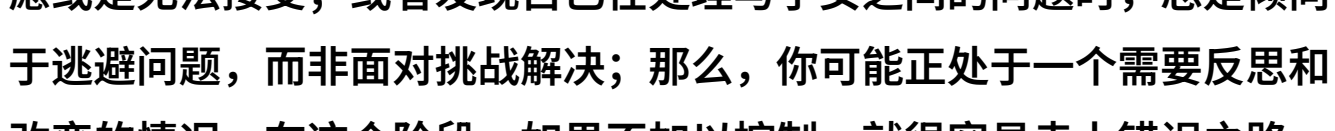
怎样克服娇纵成瘾？

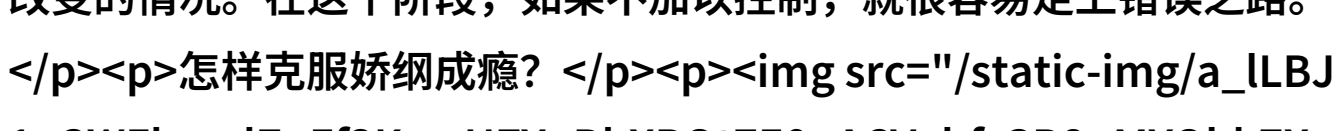












sCgNNEvlu0njSgTOR4YWXXd23ttUoUO-lMuNRlpc24ATs8m7CLC
ajRCANJStuzCVkzqhghgzCfKBdM8gEgCktHLRETxcqmhK6_VcUNQ
BZWcU3-E7n372cQpyepv9pjwszwzuh5Skv.jpg"></p><p>要克服
“娇纵”行为，我们首先需要认识到这一点，并承认它是一个问题。接
下来，要采取一些具体措施来调整我们的行为，比如设定明确界限，让
孩子学会独立解决问题；限制使用电子设备，如手机、电脑等，以减少
他们沉迷游戏或社交媒体的情况。此外，还可以通过参与社区活动、体
育运动等多样化的手段，让孩子获得更多真实世界中的体验。</p><p>
培养独立能力至关重要</p><p></p><p>通过逐渐削弱
对子女过分依赖，可以帮助他们学习到应付困难时独自寻找解决方案的
技能。这对于未来的成功至关重要，因为生活中充满了各种各样的挑战
，无论是在学业还是职业发展上，都需要个人的勇气去面对它们。如果
我们能从现在开始做出改变，那么未来我们的宝贝们将更加坚韧且能够
更好地适应这个快速变化的世界。</p><p>**建立健康的人际关系关键
路径线</p><p>最后，但绝非最不重要的是，与他人建立健康的人际关
系也同样重要。在这样的氛围中，我们可以得到支持，同时也能提供给
我们的宝贝正确的人生态式。这样一来，他们就会明白，在遇到困难时
，不仅有家人支持，而且还有朋友圈里的人，他们也是值得信赖并且愿
意帮助彼此渡过难关的一群人。</p><p><a href = "/pdf/496584-娇纵
成瘾如何克服对孩子的过度溺爱培养独立能力建立健康关系.pdf" rel="
alternate" download="496584-娇纵成瘾如何克服对孩子的过度溺爱
培养独立能力建立健康关系.pdf" target="_blank">下载本文pdf文件</p>