

# 课程大纲：《二胎政策，你准备好了么？》

主讲：王攀老师 3 课时

## 课程背景：

- ◆ 二胎政策全面放开，生还是不生了我们 70/80 后父母一个需要面对和选择的问题。；
- ◆ 为什么要生二宝：生第二个孩子，每对夫妻都有自己的原因和理由。
- ◆ 准备要二宝了，我主要从心理和关系层面跟大家啊谈谈需要做哪些准备。
- ◆ 将来有两个孩子，将会面临什么样的亲子养育问题，又怎样去面对。

## 课程简介：

以“心理学”为核心学科，融合发展心理学、认知心理学、营养保健学、心理咨询等相关学科的知识点，结合当下二胎热点谈论育儿、婚姻和情感的问题及应对之道。

## 课程目标：

- 短期目标 -- 面对二胎政策的困惑，选择自己的人生。
- 长期目标 -- 建立良好的亲子和婚姻关系，建设美满幸福家庭；

授课对象：70/80 后面临二胎及亲子育儿需求的职场人士

**授课方式：**讲师讲述、案例分析、分组讨论、互动答疑、游戏体验等方式

**课程大纲/要点：**

## 一、 引子：

- ◇ **网络段子一：**二胎开放了，一定要生两个孩子，因为等你老了躺在床上不能动的时候，一个孩子拿不定主意，两个孩子他们可以商量……老大说：把氧气拔了吧！老二说：中！……
  - ✓ 案例讨论：传统和未来的思考
  
- ◇ **网络段子二：**我们竟然成了中国历史上唯一一代独生子女，今后要养四个父母，两个孩子，还要为他们带四个孙子。
  - ✓ 案例讨论：独一代的遗憾和忧虑
  
- ◇ **网络段子三：**听说中国要放开二胎政策，全澳大利亚的奶牛不由得奶头一紧。
  - ✓ 经济的强心剂、商业的狂欢 Party
  
- ◇ **新闻：**
  - 初中女生以死威逼父母放弃二胎：生了弟妹，我就跳楼。
  - 大宝叛逆二宝闹，高龄产妇二胎后抑郁想跳楼。

- ✓ 乱象丛生的家庭生活

## 二、现实的焦虑

### ◇ 养育问题

- ✓ 生孩子容易，养孩子难；
- ✓ 老大照书养，老二当猪样

### ◇ 经济问题

- ✓ 经济条件目前不足以承担两个孩子

### ◇ 失去自我

- ✓ 职业发展
- ✓ 个人空间

### ◇ 家庭意愿

- ✓ 夫妻
- ✓ 大宝
- ✓ 老人

## 三、为什么要生二宝

### ◇ 为孩子找个伴

- ✓ 孩子渴望伙伴 (>3岁)

- ✓ 父母不能替代伙伴
- ✓ 孩子人际交往的最好途径（大宝排斥二宝的反思）

#### ◇ 减轻养老压力

- ✓ 努力赚钱备养老，不给孩子添麻烦
- ✓ 精神需求更重要（现实和未来）
- ✓ 社会稳定：失独家庭

#### ◇ 重塑家庭结构与关系

- ✓ 独生子女之累
- ✓ 4-2-1 到 4-2-2 的结构之变

#### ◇ 来自外力，“生”非不得已

- ✓ 重男轻女的思想：复旦投毒案的反思
- ✓ 来自长辈的压力

### 四、 二胎的准备

#### ◇ 帮助大宝做准备

- ✓ 让大宝参与妈妈的整个孕期
- ✓ 不要随便和孩子开玩笑
- ✓ 鼓励大宝做一名好哥哥（姐姐）

#### ◇ 宝妈的准备

- ✓ 准备应对麻烦，做出更大牺牲
- ✓ 应对职场压力
- ✓ 要不要做全职妈妈

#### ◇ 外部的支持

- ✓ 宝爸的参与
- ✓ 家人的支持
- ✓ 妈妈的朋友圈

### 五、 预期的未来

#### ◇ 夫妻关系和分工

- ✓ 夫妻关系是核心
- ✓ 爸爸多参与育儿活动
- ✓ 妈妈不能丢失自己

#### ◇ 手足之情

- ✓ 接纳大宝的变化
- ✓ 兄友弟恭
- ✓ 竞争与矛盾

- ✓ 言传与身教

- ◇ 家庭关系

- ✓ 育儿观念的矛盾

- ✓ 和平共处，求同存异

- ✓ 多体谅老人

## 六、 小结 (实践与应用) ▯ Q & A

- ✓ 自己的需要

- ✓ 家庭的需要

- ✓ 社会的需要