

关注“新民银发社区”，
就是关心自己，关心父
母，关心父母的父母

成为老人的艺术算
不了什么，真正的艺术在
于战胜衰老。 ——歌德

本报副刊部主编 | 第410期 | 2023年6月26日 星期一 本版编辑:王瑜明 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:wyming@xmwb.com.cn

与“阿婆”干杯

周珂银

外孙女小铃妹出生在日本。由于父母都要上班，周岁便入了保育园。爸妈以早晨时间紧来不及喂饭为由，放任她自己吃。才一岁多的小铃妹就自己抓住小勺，往嘴里塞饭。女儿发来视频，小家伙吃得像模像样。去年女儿一家迁居，来到新地方，未满三周岁的小铃妹还进不了幼儿园，属于“空当”期，我这个做外婆的便做了一回“空降兵”，赴日带小铃妹。

带孩子，吃是首要问题。小铃妹已习惯了自己吃饭，不仅用勺，儿童筷子也用得相当好。但吃完后，菜或米粒不是粘在身上就是掉在地上，到处都是，收拾起来颇费工夫。我思忖还是喂饭爽气，又快又干净。起先小铃妹比较抵触，用刚学会的上海话对我说：“阿婆，勿要搞。”但喂了几天，她觉得也蛮好，两只小手可以腾出来玩。好在小铃妹坐在儿童餐椅上，离地面尚有距离，要不，我岂不是也成了追着喂饭的外婆？有一回，我收掉她手上的玩具，让她专心吃。她便开始摆弄小餐桌，不知怎么将桌面从凹槽里卸出，连人带餐桌翻滚了下来。虽无大碍，也把我吓得不轻。女儿说：“妈，你还是让她自己吃，吃完后换一身衣服，擦擦地吧。”我琢磨着也对，于是又让她自己吃，不料小家伙却说喜欢阿婆喂。我心里“咯噔”一记，想来一个孩子的能力，往往就是毁在大人的过度“代劳”中。

于是，我不再做一个全心喂饭的外婆，而是“两借借”，陪小铃妹一起吃，边吃边顺手替她收拾。小铃妹见外婆在吃饭，自然也自己动手了，还不时地与“阿婆”一起干杯。之所以能做到“两借借”，还得感谢年轻的父母，正因为他们培养了孩子吃饭的能力，才有我借一把力的轻松。

不喂不吃怎么办

毕菊芳

我女儿整天跟我说，少给两个小东西喂饭，“让他们自己吃，不吃就不给他们吃！”说得轻松，不吃能长大吗？我女儿不也是我妈喂大的吗？她自己都忘了。

我们都是苦日子过来的，我女儿和孙儿们是无法体会的。对我们这代人来说，只有吃饱饭，才能有力气干活，吃饭可是天大的事——饭都不好好吃，还能做好什么事？我当然知道，小孩子自己能吃饭最好，我也乐得轻松畅快。最好是荤素都吃、样样都吃，身体强壮了才能少生病。孩子生病，比我自己生病都难受。可一顿饭，真让他们自己吃，吃一个小时都吃不干净，饭菜凉了，对胃也不好。从小落得胃不好，以后怎么好好学习好工作？

我的大外孙，小时候瘦弱，还挑食，不爱吃鱼虾，我那时就把虾肉拧拧碎，拌在饭里，只要他不看见，吃下肚子就是好的。这不，我喂他到三岁多，养得挺好，到了幼儿园，老师阿姨一教怎么吃饭，不也自己吃了——这东西不能急，孩子不是不会，就是懒惰而已。等到了集体环境，一遍他，他都会了。

我女儿急着想要让他们早点进入“独立吃饭状态”，哪有那么容易？万事啊，都是说说容易做起来难；规矩容易定，执行很难做。

要说我是实用主义者，我就是这样想的：吃下肚子，就是胜利完成任务，哪需要听那么多专家的话。都照着书里来，谁还能把孩子拉扯大。都怪我们老人把孩子喂养得太娇惯，我也不是不承认。但谁家不宠孩子，有的宠就好好宠宠，等我们再老一点也带不动他们，他们也不跟我们这些老人闹腾了。

要说外婆喂饭不好，喂得孩子又懒又废，这话我不同意。在没有找到更好的喂养方法之前，我们那一套，管用！

老
少
感
议

编者按：

喂饭，在隔代育儿碰撞摩擦中总被热议。本期，我们约请了两位外婆，两位妈妈和一位幼儿园老师，聊聊外婆喂饭那件事。有外婆说，喂饭没什么不好，在没找到更好的喂养方法前，这套最管用。也有外婆“两借借”，她愿花时间陪外孙女一起吃饭。不过，大多数父母是反对喂饭的，但换位思考时，他们也说这每一口“喂”，或许是两代人心中有关爱与安全的记忆。



IC 图

给“小蜗牛”慢慢前行的时间

卫劭雯

虽然我是幼儿园老师，但儿子胃口小、吃饭慢，也许正因为这样，我妈也喂饭。孩子小的时候，外婆会说：“孩子自己吃得一塌糊涂。我喂他，吃得又多又干净。”一次，我坚持不让喂，她在一旁看着儿子吃得桌上全是饭粒，终于还是忍不住埋怨：“这样折腾孩子，几口饭喂一下早就吃好了！”

我知道我家外婆不是个例，许多大人都觉得等孩子长大了，他自然就学会吃饭了。可若真是这样，为什么幼儿园会让孩子从小班起就坚持自己吃饭呢？其实孩子们之所以刚开始会吃得邋邋，是因为使用勺子对他们来说，不是一件轻松的事。要想让手里的勺子听话，是需要手部各种小肌肉的配合，而手部肌肉精细动作的发展则与孩子以后握笔写字画画的能力有关，是非常重要的。所以在幼儿园，我们鼓励孩子“自己的事情自己做”，不仅是培养孩子们的生活习惯，更希望在一次次用小手使用勺子、折叠衣服、做手工的过程中锻炼他手部的小肌肉。

当然，孩子自己吃饭会面临许多问题，但这些问题一定是在孩子的参与中克服的，而不是简单地“替他解决”。他吃得慢，我们可以用沙漏帮助计时，吃得邋邋则更不用担心，只要给他足够多锻炼的机会，等餐具使用熟练了，类似问题也就不存在了。

后来我和孩子外婆坐下来好好地聊了一次，我问她：“是我这样教孩子吃饭累，还是喂他吃力？”外婆说：“当然是喂他方便。”“所以您看，喂饭其实主要还是图大人省力。”习惯不是一天养成的，我们都要有耐心，给“小蜗牛”们慢慢前行的时间。

你 家 有 个 喂 饭 的 外 婆 吗

爱的力量

青 君

和许多“80后”独生子女一样，我和父母向来物理距离很近，但内心的距离却有些远。直到有了孩子，我发现我们的分歧日益凸显，或许是新成员让我们重新进行了家庭排序，彼此更加紧密又互相审视。

我和我母亲最大的分歧在喂饭。说来汗颜，我儿子今年8岁，上小学一年级，但上个月吃饭还靠喂，当然仅限于周一至周五在我母亲家吃饭时。母亲自然有她的道理。她请教了不少老伙伴，不乏老教授、老医生，综合她们的意见（或完全靠自己的臆想）后得出这样的观点：现阶段还需喂饭，帮助孩子多吃点、快快长。

而我的不喂饭观点也很简单，这个年龄的孩子，早该自己吃饭了。我和母亲都觉得各自理由充分，当然，最后是我让步了。父母陪伴我们日子不会再有几个十年，我选择顺了老人的心愿，不想为孩子的事和她翻脸。于是，我们达成“默契”，孩子在我父母家搭伙时，我不干涉喂饭，当然双休日跟着我时也绝没人喂他吃。所以，我的孩子吃饭一直有些费力，我心里说，等他大一些，自然也会反感喂饭。但有一次的经历让我有些难受。我们和朋友一家相约出游，两家孩子年纪相仿。午餐时，我们点了螃蟹和龙虾，朋友的孩子娴熟地剥开虾蟹品尝，当那个女孩把三五个大虾都吃完时，我儿子还在用手掰蟹钳，他吃不到蟹肉，急得抓耳挠腮，哭了起来。我偷偷拍下孩子带着哭腔的窘样，发视频给我母亲看。

她亲爱的宝贝受的委屈终于触动了她。母亲又和老伙伴们商量起来，这次，她得出了全然不同的结论：是时候培养孩子自己吃饭了！那么，怎样迅速学会自己吃好、吃多呢？她向别人取经、看网上视频，甚至买来了育儿书。而我孩子在她的努力下，吃饭技能提升可谓神速。喂饭的外婆突然来了个大转变。这份爱的力量，真强大啊。

逃不开的喂饭

鲍伊琳

家有一老，如有一宝，这话在我生娃后实在是体会太深——两个孩子相继出生，要不是老人帮忙搭手带娃，家中早就鸡飞狗跳。

可祖辈育儿，总会有各种“问题”。比如，我家弟弟现在只要老人在家，他就爱发脾气，一不顺心就大哭大闹。本以为弟弟是个“高需求宝宝”，结果上次我们夫妻俩独自带他去三亚旅游，整个行程中他不闹不作。我诧异地问老公：到底怎么回事呢？老公一语中的：看人下菜碟——被惯的呗！

外婆宠溺两个小外孙到什么地步呢？吃饭喂饭、吃菜喂菜，顿顿不落。娃不肯吃，她变着法儿喂，一会儿给看视频，一会儿给开电视：只要肯把饭碗里的饭菜吃下去，天塌下来外婆都给你顶上去。好多次，我都气吼吼了：“不准喂，自己吃，不能分心看电视——医生专家都说了，这么喂饭，越喂越懒，习惯越差！”结果我妈真正做到了“认真道歉、死不悔改”。每到饭点，她先让娃“象征性”地自己吃一点，没吃几口，娃就开始在那里扭来扭去不肯吃。我正想呵斥，话没出口，我妈已一把抢过碗筷，和风细雨地说：“来来来，外婆喂！乖小囡，外婆喂就好好吃了哦！”这样的故事反复发生，大哥当年上了幼儿园还不会吃饭，甚至如今已12岁，筷子也用不利索；弟弟今年9月要上幼儿园，吃饭“只带嘴，不带手”。

生活一半烟火一半清欢，人生一半清醒一半释然，生娃养娃逃不开外婆喂饭。既然家里的规矩立不起来，那宠溺的“恶果”只能让小的们自己去扛了。只能自我安慰，或许这每一口“喂养”，也是留存他们两代人心中有关爱与安全的记忆吧。