

The Influence of Parents' Emotional Resource Allocation on Children's Psychology in Two-child Families

Zhen'ai Jin

Zongheng International Exhibition Co., Ltd., Beijing, 100068, China

Abstract

Since the implementation of the two-child policy, many families have seen their traditional family structures disrupted. This has not only transformed daily life patterns but also sparked significant attention to the distribution of resources within families. Consequently, balancing the emotional needs of multiple children has become a focal point of societal concern. This article examines from a psychological perspective how the allocation of parental emotional resources affects children's cognitive, emotional, and personality development. For instance, severe imbalance in resource allocation can lead to the formation of sensitive, avoidant, or dependent personalities. Specifically, older children are often expected to be more tolerant and yielding towards younger siblings, which inadvertently fosters a special status and dependency in the younger children. When older children face resource scarcity, if their psychological needs are not adequately addressed, they may develop timid attitudes and suppressed emotions. This highlights the importance of psychological intervention in two-child families, as it can enhance parents' emotional responsiveness, make better use of family time, and activate empathy channels among family members, thereby improving family functionality.

Keywords

two-child family; parental emotions; resource allocation; psychological impact; analysis

二孩家庭中父母情感资源分配对儿童心理的影响

金贞爱

纵横国际展览有限公司, 中国·北京 100068

摘要

开放二孩政策以来,打破了许多家庭的三角结构,随之而来的不仅是生活模式的转变,更引发了对家庭内部资源分配问题的广泛关注,因此如何平衡多孩家庭情感需求成为社会关注焦点。本文从心理学视角出发,探讨父母情感资源分配对子女认知、情感、人格产生的影响,如分配严重失衡可能会导致敏感型人格、回避型人格、依赖型人格等的形成。具体表现为在父母意识里,年长孩童应当包容、谦让幼子,无形中促成了幼子的特殊待遇与依赖意识;而在父母资源挤压境遇下,如果年长孩童的心理认知未得到有效梳理,极易发展为胆怯心态、压抑情绪。由此可见心理干预机制在二孩家庭中的重要性,它不仅能够增强父母情感回应效率、充分利用亲子时间,还可以激活家庭与成员间的共情通道,提升家庭功能性。

关键词

二孩家庭; 父母情感; 资源分配; 心理影响; 分析

1 引言

父母情感资源分配是指在同一家庭环境下,受到内外部因素的影响,父母在资源分配、情感付出、行为控制等方面对同胞子女表现出的不同的分配方式。随着二孩家庭规模的不断扩充,父母和儿童受父母情感资源分配所带来的影响将会越来越明显。在二孩家庭中,父母需要在两个孩子之间分配有限的关注、关爱与情绪支持,这种分配方式往往会对儿童的自我认同、情绪调节能力以及安全感的建立产生深远影响^[1]。若情感资源分配不均,可能引发手足间的竞争与嫉

妒,甚至影响其心理发展轨迹。因此,深入探讨父母情感资源在二孩家庭中的分配机制及其对儿童心理的具体影响,既具有现实意义,也为家庭教育干预提供了理论依据与实践指导。

2 情感资源分配对二孩家庭子女的心理影响

2.1 家庭系统理论视角

家庭系统理论指的是依托成员相处模式的反馈机制调整家庭角色关系,如提供行为支持、激发自我调节效能和情感流动等,以期促进整个家庭系统协同发展。因为任何一位成员的心理发展、个体增减均会打破家庭系统再平衡结构。尤其是伴随二孩的到来,家庭的关系结构、互动模式、父母资源分配发生变化。举例说明:一孩时基于父母情感只投射

【作者简介】金贞爱(1989-),女,朝鲜族,中国黑龙江齐齐哈尔人,本科,从事临床与咨询心理学研究。

在一个孩童身上，因此一孩接收到的“核心力量”强烈，这种依恋型亲子关系有利于培养儿童自信心^[2]。然而二孩到来势必会分享父母关注力，使一孩面临情感重新分配、家庭地位削弱困境，进而激发内部情感矛盾，通常体现在防御手足、自我否定和逐渐焦虑等，进一步加剧了一孩对父母情感需求的过激心理。

在家庭系统中，幼子一开始接触的并非单向情感，而是剥削原本有限的父母情感资源，因此他所面临的是竞争性环境，同时他的到来也改变了长期处于稳定三角关系的一孩处境。在早期阶段，父母容易被幼儿的哭闹、情绪化表达吸引而给予更多的关注，以及通过安抚措施挟裹安全感抵御不安情绪。但父母精力有限，照顾幼子后可能无法及时察觉一孩心理变化，或无法做到相等情感回应，导致一孩对幼儿敌对心理。同时还会造成幼子对家庭责任、手足情感产生理解偏差。

2.2 依附理论视角

众所周知，父母是儿童成长过程的第一个老师，因此其创造的情感价值将直接作用于儿童后期的为人处世、待人接物上。尤其在依附理论机制下，儿童的情绪感知能力、心理认知能力与个体发展阶段的社会功能、自我调节和人际信任产生深远影响，所以父母应探索更多情感分配诀窍，规避冷落、偏爱等行为造成的安全依附关系向矛盾型、回避型转变。就拿回避转化路径来说，并非一蹴而就，是儿童感受到情感资源割裂、淡薄后产生的沟通封闭心理，其表现特征为主动抑制对父母的情感需求^[3]。长此以往，儿童的情感缺口可能会导致人格扭曲，不利于心理健康发展。另外，情感倾斜严重的家庭若无法在情感缝隙中通过其他途径补偿，那么子女有可能通过评估系统针对父母偏爱行为衍生负面情绪，不利于儿童茁壮成长。

2.3 儿童主观体验视角

据调查，二孩家庭无法做到情感资源分配以线性呈现，说明父母在日常生活中无法做到情感统一性表达。然而儿童核心价值观尚未形成，因此极易受到差别对待干扰，虽然这是父母无心之举。但从儿童主观视角出发，幼子表达情感需求的方式（如耍赖、哭闹、纠缠等）容易引起一孩不满，在此背景下，一孩常常表现出易怒、压抑情形。一旦在儿童心理形成不平衡感，势必会引发父母信任度崩塌、互动过程语言冷暴力行为。由此可见，在非物质层面维持父母情感均衡分配至关重要。

3 二孩家庭中父母情感资源分配的心理干预与家庭教育建议

3.1 增强父母情感意识与反思能力

想要激活情感分配策略，父母应具备自我反思意识，确保日常互动不会出现偏颇意图。因为在多子女家庭中受各种因素影响，如经济压力、责任分散、偏心观念等，都有可

能表现出非意识行为。基于此，如何帮助父母提升自我教育能力成为重中之重。在二孩家庭情感分配系统中，可以引入“家庭任务参与表”“多层次情感记录工具”来强化家长感召力、敏锐度。例如，通过互动频率、沟通效能等途径创建一个安全空间，这不仅增加了亲子时光，还有助于验证父母在行为支持中的调节成效，获得反思契机^[4]。其次，针对幼子打破长期稳定关系网的问题，许多父母可能还没意识到情感倾斜或分享，为了重构观念，可以借助第三方专业团队力量纠正认知偏差，如量化评估语义表达、行为模式等，旨在反向指导心理认知偏差。特别是构建“托举”“公平”等概念，使家长在脱敏训练中逐步摆脱负性情绪反应。另外，父母作为家庭的精神调剂，需要实时掌握二孩的情感需求与成长状态，这样才能更好地给予心理支撑。这一举措需要定期开展家庭座谈会，打破传统的角色分工惯性，也就是说，父母由原本的施教者向辅助者转换、儿童由原本的参与者向主动决策转化。这样一来，不仅强调了儿童的主体性，在父母引导下还实现了情感资源灵活分配。除此之外，建立对标参照至关重要，如基于家庭情绪评估曲线、儿童成长轨迹分析不同阶段父母提供情感饱满度，进一步促进情感分配可视化。

3.2 制定家庭情感平衡计划

在二孩家庭中家长面临学业负荷、经济成本和情感分配问题，如何在有限资源内提质增效成为驱动心理支持效能的第一步，此过程以预防家长偏心为导向执行“家庭情感平衡计划”，防止二孩儿童相互比较。在实践过程中，需要突出计划的独立性与共时性。以下进行详细说明：首先，构建结构化沟通机制，如定期开设“家庭日”或设置主题讨论，为儿童分享、互动创建通道，使手足情感、亲子关系得到进一步联结。特别是发现二孩竞争端倪，父母可以借助活动交互来引导他们发现谈判机制、情绪流动内在联系，同时灌输亲子期望，使他们在情绪体验中明白父母苦心。在调节过程中，家长也可以根据儿童认知层面、情感反应觉察自身情感输入效能，确保情感模型适应儿童不同生命周期发展^[5]。其次，针对新生儿打破稳定“三角关系”情形，应将“一对一陪伴”模块嵌入家庭情感平衡计划，这种独立相处模式放大了情感依赖性，使父母资源更具指向性、功能性，从根本上给予儿童更多安全感，以弥补心理上手足“相对剥夺”体验。另外，家庭情感平衡计划涉及沟通技巧、角色分析、复盘回顾等内容。只有将共情训练融入每一次家庭谈话、活动当中，才能促使儿童在面临复杂问题时懂得换位思考并利用批判性思维审视事件。值得注意的是，父母应精准把握情感投射频率，避免密度过大激化另一方矛盾。可以采用自我评估表、亲子情感问卷和家庭日志作为效果评测工具，并结合心理量表评估父母情感质量，一旦发现偏差或缺失立即调整。为了全方位识别儿童情感需求不留盲区，还可以采用放射状结构促进情感流动，通过多路径互动延展情感输出，帮助儿童构建元认知系统。于父母而言，此框架还有利于实时补给情感

缺口,及时履行家庭责任,共筑稳定的情感配置机制。

3.3 学校与社区心理支持系统对接

在儿童成长阶段,通过社区机构、家园合作等协同能够进一步提升心理干预机制效能,尤其在父母情感资源分配方面发挥重要作用。具体来说,以社会、学校、家庭共建一个心理服务网络,使教学、社会活动、家庭干预形成完整闭环。例如,在校期间教师可以配合家长制定“个体心理监测档案”,密切关注儿童情绪转折、情感反应、亲子关系依附程度、行为模式等,并结合性格测试协助家长调节情感资源,使情绪识别系统、情感分配愈发精准。在结构化服务网络中,评估机制应基于心理发展学科,采用分层分析方法探索情绪形成路径,有利于识别儿童在角色理解、情感结构中的薄弱环节,如易怒节点、过激举动持续时长等,进而为后期制定团体干预方案提供依据。其次,学校应为家庭提供心理支持会晤,围绕学生学业、日常表现给予情感平衡建议,如根据经验结合二孩家庭情感平衡结构指导家长情感投入深浅和方式等,确保父母资源调配能力最大化。同时还可通过学校开讲座的方式普及父母情感资源分配对孩子心理健康造成的影响,引导父母有意识地对儿童的心理及行为进行细心地观察^[6]。让父母以儿童能够接受的方式对待他们,并在事后向儿童解释说明父母情感资源分配的原因。通过父母对儿童进行合理的干预教育,最大程度地降低父母差别化情感资源分配的危害性。

构建社区心理支持系统的目的在于加强家庭主题模块化训练。如亲子默契竞赛、家庭接力活动等,这些交互性强的项目有利于增强家庭成员黏性。当然,主题活动设计需要针对当下普遍性问题展开,只有以家庭治疗取向为基础,才能确保共情练习、情感流动在特定场景中产生调节效能,使儿童在互动过程重构认知系统、核心价值观。另外,伴随社区心理支持机制逐步完善,父母亦掌握了资源分配失衡信号,进而形成“识别—调整—修复”干预路径,使儿童在轻松家庭氛围获得自信心、归属感。最后,社会心理治疗措施还包括引导儿童积极回应父母情感,深化感恩、团结在其心

理的影响力。由此可见,家庭对接社区、学校能够形成稳定的三级联动机制,使二孩家庭中父母情感资源分配实现自主协同、调适。

4 结语

在我国二孩政策全面施行的大背景下,父母情感资源分配成为每一个二孩家庭都无法避免的问题。从以上对二孩家庭父母情感资源分配路径可知,满足儿童情感需求对其心理认知产生深远影响。特别是在多子女家庭,一旦稳定的家庭结构被打破,将面临父母情感再分配、关系重构情形,因此如何满足一孩、幼子的情感需求成为重中之重,如果父母放任自流,将对稳固的家庭关系造成威胁。在此背景下,我们提出若干情感平衡策略,包括设计家庭互动游戏、实施家庭情感平衡计划和提升父母情感意识等,从根本上避免情感失衡带来的矛盾冲突。另一方面,加强家庭与社区、学校融合力度,有利于将心理支持系统渗透到儿童生命各个周期,最大程度提升成员心理健康、父母情感回应顿悟力。未来,应持续研究二孩家庭中父母情感资源分配策略,以及通过干预效能提升儿童幸福体验,实现生态化成长环境。

参考文献

- [1] 张红艳,吴楠,万里,张海燕,&任威.(2023).家庭生态系统视角下生育政策变化对家庭结构与儿童心理发展的影响.电脑爱好者(普及版)(电子刊)
- [2] 贾志科,罗志华,薛琪薪.家庭育儿效用,社会经济地位与育儿经济成本[J].西北人口,2024(5).
- [3] 方红英,高红琼,徐成恒,等.单孩和多孩养育环境下学龄前儿童情绪和行为问题比较[J].中国学校卫生,2023,44(5):720-724.
- [4] 罗好好.父母婚姻质量对学龄前儿童抑郁症状的影响研究:亲子关系的调节作用[D].河南大学,2024.
- [5] 徐浙宁.城市“二孩”家庭的养育:资源稀释与教养方式[J].青年研究,2017(6):10.
- [6] 张兆曙,戴思源.中国农村家庭教育资源分配的“末孩优势”及其影响因素[J].人口学刊,2018(5):13.