

每个妈妈心底都有一个小小的愿望，希望宝贝长大之后能对自己说我爱你。其实，不用等到他长大，从一出生他就在用自己的方式，表达着对你的爱。

这样说出“我爱你”

◎ 文 / 王日出 (中国科学院心理研究所)

出生~6个月

虽然，刚出生的宝宝并不会给你太过热烈的表示，不过，随着你和他一天天的相互了解，你会感觉到你们之间的感情纽带慢慢形成，这比大声说出“我爱你”更加有意义。事实上，依恋的形成是需要一个过程的，在你照顾孩子的时候，他会“每天爱你多一些”，并用自己的方式表达“谢谢你”。

我在对你笑，是对你说：我爱你

你可能听人说过，孩子最初的微笑只不过是下意识的反射。但最近的研究指出，婴儿最初的笑容可能有更多的含义——这浅浅的、咯咯的笑，很可能是他在对你的笑进行反应——他正在凭着本能和你建立情感纽带。

真正意义上的社会性微笑最早出现在孩子6~8周之间，这会让妈妈们格外惊喜。你的孩子可能一见到你的脸就会笑，或许还有爸爸的、爷爷奶奶的。他开始把“你的脸”和“一种好感觉”联系在一起了，你看，你们的联系就是这样加深的。

我盯着你看，是对你说：我爱你

从一出生，婴儿就可以辨认出妈妈的声音和味道。下一步，他会将这些可以信任的声音和气味与能看到的东​​西联系起来——这就是为什么你发现他总是盯着你的脸看，就好像他要记住你的脸似的。其实，在某种意义上他是想确认，让他觉得“舒服”、感到“爱”的“东西”是什么样子的。所以，下一次当你的孩子紧紧盯着你的脸的时候，不妨给他一些时间，让他把你看清楚。



6~12个月

这个阶段的孩子越来越好玩了。他们几乎每天都会掌握新本事，也可以更好地表达自己的情感和需要。所以你会发现，这个阶段的孩子会通过一些特别可爱的方式，向你展示他的爱：

伸手让你抱，是对你说：我爱你

很多婴儿从小就很喜欢被人抱着，不过要到6个月以后，随着身体和认知水平的发展，他们才有能力要求你把他抱起来——比如，向你伸出手去。这是婴儿自己的表达方式，他是在告诉你，他多么信任、喜爱爸爸妈妈。这还不够吗？想象一下，当你结束了漫长的一天回到家中，宝宝这样可爱的“真情流露”，一定会触动你心底那一根最温柔的心弦。

我在亲吻你，是对你说：我爱你

1岁左右大的孩子开始喜欢亲吻别人了——他这可不是蜻蜓点水，礼貌地亲亲脸颊而已，而是口水一掬一大把地“热吻”。当那些湿湿的、黏黏的亲吻落在你的脸上时，这可是宝宝在抒发他最亲密的爱意呢。有位妈妈这样形容：“有时候她会扑上来主动亲我，总是把整张嘴贴到我脸上。有时候我觉得她是在啃我，经常会弄得我一脸口水。”

我们对孩子表达喜爱的时候，经常会亲昵地吻他们。孩子注意到了妈妈是如何表示喜爱的，他们也想学着做。事实上，婴儿非常热衷于“学习”如何用肢体行动表达喜爱。而他们最喜欢的就是在爸爸妈妈身上将刚学到的动作付诸实践。

见到你就开心，是对你说：我爱你

在这个时期，如果你离开孩子几个小时，甚至只有几分钟，当你再回来的时候，他毫不掩饰的开心和热情会让你觉得自己像个大明星。这说明，你们之间的感情和依恋已经很深厚了。

这样的行为也侧面说明了，当你离开他的时候他觉得有些焦虑。这是成长过程中很自然的一个阶段，不用太担心，很快他就会知道你离开后总会回来的。他会慢慢建立“物体永恒性”的概念：就算看不见你，你还是存在的，不是消失不见。

这么大的婴儿都会很夸张地表达情绪。开心了就大笑、不开心就会掉眼泪。所以，不论是你的离开让他伤心欲绝，还是你的归来让他手舞足蹈，有一件事情是很清楚的：他爱你。

12~24个月



当孩子一点点长大，他表达爱的方式也越来越丰富了。刚会走路时，孩子忙着探索自己的小世界，并试着向着更广阔的远方冒险。这时，因为他爱你，所以他会依赖着你去帮助他。这个小忙人有时表达感情的方式并不那么直接：

我在模仿你，是对你说：我爱你

那些曾经说过“模仿是最真诚的赞美”的人，一定认识一两个这么大的孩子。无论是他模仿你把自己的玩具收拾起来，还是学着你的样子对娃娃说话，都是他在向你说：你太帅了！我喜欢像你那样做！和所有人一样，小孩子会模仿那些他们最喜欢的人所做出的行为。

受伤就想到你，是对你说：我爱你

不小心摔倒时，或者受了什么委屈哭鼻子时，赶快扑进妈妈怀里！这是他在向你寻求安慰。还没等你帮他擦干眼泪，很快他又开心地跑去玩了。别觉得不耐烦，这说明他爱你，并且需要你。

当然，孩子不单只会在受伤之后才找你。即使一点儿小事，如果妈妈在跟前，孩子也会有惊天动地的反应。我们知道，孩子只是希望引起你的注意。任何时候都别忘了，真正能让孩子开心的是，你能用行动向他证明你爱他和他爱你一样多。

在你面前最淘气，是对你说：我爱你

哪个妈妈没有过这样的经历：刚才还在别人面前被夸奖为“像个小天使”的孩子，一回到家，就像个小恶魔一样到处折腾？如果他能在外人面前表现良好，但却把最不好的一面留给你，从情感依恋的角度来说，这说明你做得很好。虽然这并不是你所喜欢的那种甜蜜、可爱的方式，但的确只有他喜欢并且信任的人才有机会享受这种“特殊待遇”——他知道你能给他安全感，他可以很淘气，但你仍然还会爱他。

虽然，你可能永远不会喜欢他的恶作剧，但至少你可以放下一个心理“包袱”：他并不讨厌你。他只是太爱太爱你了。采编 奕博