

# JEALOUSVUE成熟好妈妈我是如何从嫉妒

<p>我是如何从嫉妒变成好妈妈的</p><p></p><p>在成为母亲之前，我一直是一个比较自

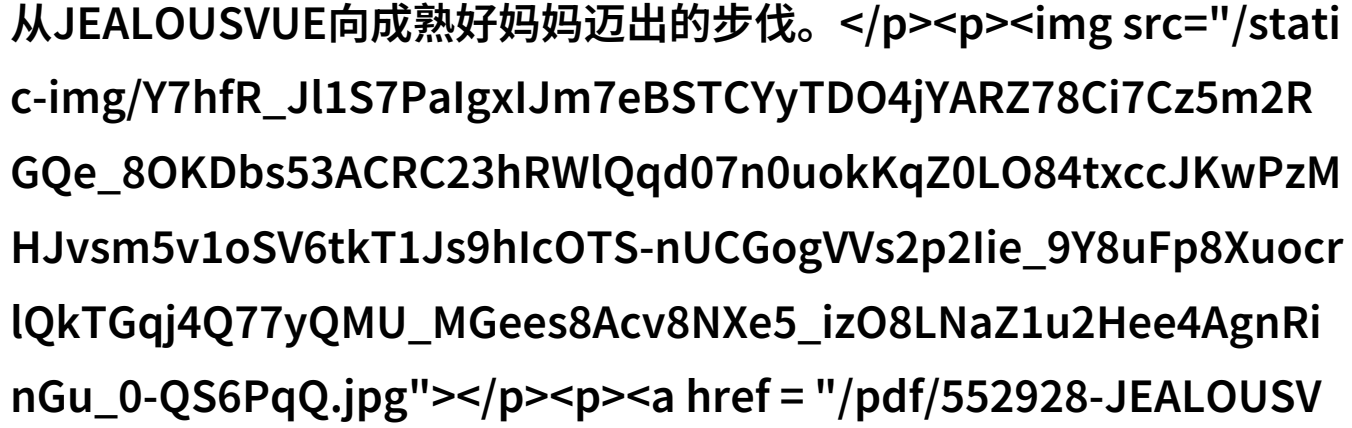
负的人，总觉得自己做的事情都是最好的。直到有一天，我发现自己竟然因为孩子的一点小小的关注而感到嫉妒。这让我意识到，作为一个成熟的好妈妈，我必须改变自己的态度。</p><p>开始时，这个转变并不

容易。我会在孩子玩耍时悄悄观察，不想让他们知道我在这里。但随着时间的推移，我开始认识到这种行为只会导致更多的问题。每当我试图控制或模仿孩子周围人的行为，就像是一种隐形的紧紧束缚着我们之间的情感联系。</p><p></p><p>有时候，当看到其他人和孩子一起欢笑或者听到他们交谈时，我内心那股不甘的心情就会油然而起。我开始意识到，这种感觉其实是我的恐惧——害怕自己无法给予足够的爱，或许连基本的关心都无法提供。

这种恐惧让我产生了嫉妒心理，即使它表现得很微妙。</p><p>一次偶然间读到的书籍启发了我。那本书讲述的是如何通过放下嫉妒与竞争，而是学习欣赏和支持他人，从而提升自己的幸福感。在阅读中，我终于明白了，JEALOUSVUE（嫉妒视角）并不是生活中的正确姿态，而应该向“成熟好妈妈”的方向前进。</p><p></p><p>我决定采取行动。我开始主动参与家庭活动

，与其他家长建立友谊，我们可以互相交流育儿经验，同时也能分享彼此对生活的小确幸。当我的孩子与别的小朋友玩耍时，他们常常提及这些新朋友给我听，而那些曾经令我羡慕、甚至嫉妒的地方，现在却让我感到满足和快乐，因为我已经学会欣赏每一份真诚的友谊，无论它们来自哪里。

这段旅程教会了我一个重要道理：真正伟大的母亲并不在于她是否拥有所有东西，更重要的是，她如何用开放的心态去接纳和珍惜身边发生的一切。现在，当看到其他人陪伴着他们的小宝贝的时候，那份既羡慕又难以置信的情绪已经被一种更深层次的情感所替代——那是一种无条件地爱护、理解和支持他人的能力。而这个过程，就是从JEALOUSVUE向成熟好妈妈迈出的步伐。



[下载本文pdf文件](/pdf/552928-JEALOUSVUE成熟好妈妈我是如何从嫉妒变成好妈妈的.pdf)