



慧妈手记 家庭教育·成长改变类栏目

## 让孩子在旅行中发现自己

慧妈简介 &gt;&gt;

西贝

供职于湖南省作协,《新湘评论》杂志撰稿人、军旅生活写手,儿子“小拳头”4岁,倡导以心灵沟通为主,性格培养为先的教育理念。



儿子铭铭4岁,在发现他对舞蹈有兴趣后,我便带他去上街舞课,一是为培养他的节奏感,二是觉得跳街舞的男孩会很酷。但为了遵从他自身的感受,我在体验课结束后,便问他:“你喜欢跳舞吗,下次还不想来?”没想到满头大汗的他立刻同意了。于是我决心让他继续学下去,并在内心里想,如果哪天他不愿意了,我一定随时让他退出。

当时的我,自认为这种让孩子自己做主的作法是对的。但是后面发生的事改变了我的想法。

在一次试听英语课后,我依然按原有的方式问铭铭的意见,他果断地拒绝了。他给的理由是,根本弄不清楚老师表达的意思。于是,我认为他年龄可能太小,还不适合去学另一门语言,便取消了学习计划。没想到的是,一个月后我们一家人的泰国旅行,却让他重新回到了英语课上。原因很简单,因为我们是自由行,没有导游,所以旅行途中吃饭住宿、咨询购物,我们都要用英语交流,他在一旁什么也听不懂,只能瞪着眼睛看着我们,时不时插一句“爸爸妈妈你们和他们说了什么?”回国后,我想着学英语的重要性,抱着略有不甘和试试看的想法对他说:“你看如果你会了英语,就可以随时和外国人交流了。”他立即就看着我的眼睛说:“那你还是带我去上英语课吧”……

这时,让我想起以前在孙俪微博里看到的一句话:“带孩子旅行,是一种很好的成长方式”。

4至12岁是孩子各种观念形成的时候,这个时期的经历往往能影响孩子一生,而旅行对于孩子成长的价值不可估量。

旅行让孩子知道,外面的世界很精彩。孙俪和邓超带孩子旅行,可以说是远近皆有,种类齐全,从自家门口的公园到国外迪士尼,从英国乐高主题公园到澳洲的海边,都有一家四口的身影。既有偏向于儿童游乐之类的,又有偏向于景色观赏之类的,既有刺激感观的,又有海边放松的。丰富程度可见一斑,完全可作为居家旅行的参考宝典。她的理解就是,孩子看到了世界的精彩,才不会盲目沉浸于自家周边的小圈子,才会有更多走出去的勇气。



旅行让孩子知道,自己不是世界的中心。离开长辈的呵护,离开家庭的温暖,把孩子放在陌生的地方,让他去感受大自然的神奇,感受异地他乡的神秘,他才会知道,离开了那个叫家的地方,自己是多么的普通和渺小。

就像铭铭2岁多第一次看到大海时,张着嘴愣了好久,才说出一句话:“大海有好大的水”。我们不禁莞尔一笑,想到了那个看到大海只会说“大海啊,真大”的笑话,原来在小孩子幼小的心中,第一次见识到海的宽广时,真是只能用“大”来形容。在那时,我感受到了,这个小男孩的内心,已经被大自然的壮观征服,少了些在家中唯我独尊的顽劣,多了些在外界遵规懂礼的成熟。

对小孩的教育确实是个世界性的难题。我们现在正慢慢抛弃以前的家长喜欢为孩子决定所有事的习惯,却在不知不觉中走向另一个极端——让孩子自己做主。其实,孩子的思维还远远达不到知道自己真正需要什么水平。于是,旅行的优点体现出来,可以拓宽孩子的眼界,更为他们汲取知识产生动力。当他们置身于真实环境,看到新奇事物时,产生的吸引力绝对比课堂中纸片上的文字和图片要强很多倍。

所以,旅行不是盲目的,正如孙俪夫妇带着年幼的孩子旅行是为了认识世界一样,王菲在女儿李嫣7岁时,就开始带她参观名胜古迹、学历史和国学,卢浮宫、故宫博物馆都留下了她们的身影。

我不能保证每次的旅行都是高档次高规格的,但每次去哪个地方,我都会在地图上为铭铭指出相应的位置。慢慢的,他知道了泰国在地球上的大概位置,也知道自己的祖国在地图上是个公鸡的形状,而他前段时间去过的内蒙古,就在公鸡的头部,那里有个满州里的城市,再往北,就是一个叫俄罗斯的国家了。当时,我脑中突然冒出一个想法,赶紧拿出手机把俄罗斯的一些基本情况搜索出来,说给他听。他听得很认真,比在家里我教他认字识数认真多了……

家庭教育·咨询互动类栏目

辣妈研习院

王建平博士家庭教育

比邻楚

编者按

相信对于每一位妈妈来说,有了孩子之后的日子,总是一半甜蜜、一半烦恼。甜蜜于孩子成长每一天所带来的欣喜,烦恼于孩子成长路上层出不穷的难题。今日女报“辣妈联萌”版特开辟《辣妈研习院》栏目,邀请资深亲子专家来为爸爸妈妈们解答育儿中的烦恼和难题。



## 8岁孩子突然啃指甲上瘾怎么办

倾诉:优优妈妈

我家孩子今年8岁,这两个月来我发现他只要看电视,就会把手指头放进嘴里,一会后,吐出来一小块指甲。

一开始我没在意,见到了也只是说几句,“指甲那么脏,不要放嘴里”。可后来发现,孩子这种啃指甲的情况非常严重,不仅仅是看电视,只要闲着没事,手就不自主地伸进嘴巴里面,睡觉前喜欢啃;写作业时喜欢啃;就连上厕所时都不放过。

跟老师了解情况之后,发现他在学校也是这样,已经有好几个手指被咬得露出了肉,非常难看。

为了不让他继续这样啃指甲,我就开始监督他,从一开始的耐心说教、补充维生素,再到后来的打手、呵斥,每次孩子被训得哇哇大哭,可只要我一不留神,他又不自觉地把手放进了嘴里,我真是又心疼又气愤。这到底是怎么回事,需要去医院吗?

## 从生理和心理两方面找原因,用科学的方法帮他戒瘾



亲子专家:王建平博士

孩子在4岁以前喜欢啃指甲或者啃咬比较硬的东西,那可能是他在出牙期牙龈痒痒,是口欲期的表现,从生理上讲是正常的。但优优现在8岁了,还啃指甲上瘾,那就要从病理或者心理两方面来找原因了。

从病理上来说,孩子爱啃指甲是体内缺少微量元素锌,首先可以带孩子去医院检查是否缺少微量元素,然后针对性的补锌,或者用药物或者食疗改善症状。如果,这方面因素排除了,就要找找心理原因了,简单来说,孩子是通过啃咬指甲来释放心理的压力。

父母先进行自我筛查,孩子有异常行为,必然有原因,是生活上出现了问题吗?当孩子在无聊状态下生活,缺少父母陪伴或同伴交流,比较单调,感到寂寞,身边又没什么感兴趣的东西时,他会从开始时对手指的好奇发展到无聊时变成自己玩耍的工具,在不知不觉中就形成了这种癖好。

另外呢,当孩子处于紧张、抑郁、沮丧、自卑感、敌对感等情绪状态,如孤独症的孩子、缺少父爱母爱的孩子、受到老师批评的孩子,都会喜欢不自觉地咬手指,其根源可能是受关注不够或缺乏安全感。还有,长期的学习压力,孩子无法减轻心理负担,加上父母的期望值过高,使压力增大,咬手指就成为了孩子宣泄释放压力的一种方式。

所以,父母想要真正地帮助他们克服这样的不良习惯,就应该多和孩子沟通了解他们内心真实的想法。

同时,引导孩子转移注意力,在看到孩子在啃指甲时,也别说他不对,而是立即选一件事情让孩子做。比如喊他去吃好吃的,突然表示要跟他做游戏等等。总之,只要能打断孩子啃指甲的行为,转移他的注意力就行。久而久之,孩子脑中“咬指甲习惯”的思维流程就会被打破。

如果说孩子一时半会儿改变不了这个习惯,我们也可以鼓励孩子戴上一个手套,或者说在手上涂抹一点风油精什么的,我觉得这样也让他内心有一个暗示,咬指甲嘴巴会不舒服,对不对?当然这仅是我个人的一点小建议。总之,只要家长愿意花时间、花心思,用科学的手段去了解孩子,并采取适当的办法,一定可以解决孩子咬指甲的难题。

欢迎关注凤网辣妈联萌微信公众号(ID搜索 fengonemama 或扫描上面二维码),给我们留言、投稿和交流,让我们一起在育儿的路上升级打怪……