走进 56 个民族家访日记

王建平家庭教育全国公益巡讲

编者按

中国人一向重视“家庭”在个人成长过程中的作用，素有“天下之本在家”之说。习近平总书记对家庭、家教和家风建设也有许多论述，比如“家庭是人生的第一个课堂“等等。

用脚丈量公益路，用心书写教育情。带着最朴素的心愿，家庭教育全国公益巡讲发起人、主讲人，“博士妈妈”王建平自费启动了“家庭教育全国公益巡讲 · 走进 56 个民族”活动。她奔走于全国各地，深入于山野村落。每到一处，她一边以专注和敬业传授家教，一边用挚爱与深情记录心得。

即日起，今日女报 / 凤网全媒体独家策划推出“走进 56 个民族家访日记”专栏，在这些朴素的文图里，您能感受到一个女教师的温情脉脉，更能感受到时代脉搏的爱意绵绵。

“56 个民族 56 个家，56 个兄弟姐妹是一家。”在王建平博士这组家访日记的字里行间，我们能看到 56 个民族的灿烂文化，看到山村孩童的家教现状，也看到了中华民族的大团结，更看到了精准扶贫的开花结果……

苗族妈妈把为女儿准备的珍贵嫁衣给我穿上

今日女报 / 凤网记者 章清清

在贵州省石阡县晏明小学的公益讲座课堂上，我流着泪分享了家访中一个孩子的故事。

7 岁的侗族小女孩陈瑾瑜在她 4 岁时，父亲因病去世了，随后母亲改嫁，留下她和 5 岁的弟弟随 60 多岁的爷爷奶奶同生活。加上爷爷奶奶已基本丧失劳动能力，因此老弱之家成为当地政府精准扶贫重点关注的对象。

我和当地的扶贫干部一起去她家家访时，看到他们基本的生活条件还是可以的，堂屋里还放着一些爱心捐助过来的米面粮油。只是，小瑾瑜见到我们显得特别拘谨，几乎不说话，一副怯生生的模样。当我蹲下来，握着她冰凉的小手，问她冷不冷时，小孩子眼里忽然闪出了泪花。

见此情景，一旁的奶奶哽咽道：“孩子跟着我们可怜，她看到村里别的孩子都有爸爸妈妈，就问我们，她的爸爸去哪了。我说，爸爸埋在地下了，这孩子就跟我说，‘那就把泥巴刨开，把爸爸找出来吧’。”

这句话，让我心里一阵酸楚，眼泪不自觉地就流下来了。我怜惜地把孩子抱在怀里很久很久……

父母的爱和陪伴是奠定孩子一生幸福的基础，然而有些山里孩子就是这样不幸，他们一出生，这份爱就是残缺的。

我这次公益行的第二站来到了黔东南州的雷山县，雷山县苗族人口占总人口的 84.2%，拥有世界上最大的苗寨——西江千户苗寨，此外还有 300 多个苗族村寨。

在雷山县，我也去到三个苗族孩子家里进行了家访，有两个孩子跟陈瑾瑜的情况相似。因为有扶贫政策的照顾，她们吃穿住的条件都得到了保障，但跟同龄孩子比，少的是几分天真和阳光，沉默寡言似乎是她们的标签。而来自人间的一点点温暖和爱，随时都能击中这些孩子柔软的心房。

我见到 12 岁苗族女孩任群英时，她也是一副怯生生的表情。这个孩子有着银盘一样的脸蛋，圆圆的眼睛，像个瓷娃娃，我一见她就很喜欢。孩子母亲多年前离开了家，多病的爸爸勉力照顾她和哥哥，三人相依为命。她叫我“博士妈妈”，我搂着她拉家常，把准备好的 1000 元爱心款递给她，嘱咐她在正常的学习用品开支外，可以留些钱给自己买些好吃的零食。这本是一句寻常的关爱，却一下把这个孩子惹哭了，我轻轻地哄着，心里又是一阵难受。

每次去家访，孩子们都叫我“博士妈妈”，我很乐意做这些孩子们的“妈妈”。我常常想，对这些大山里的孩子来说，如果我的一次家访、一次牵手、一句关爱，能够成为照亮他们人生路上的一星灯火、一束微光；在人生孤独无助的时刻，会因为想到有个博士妈妈牵挂着他们，带上这份爱的力量温暖前行，莫不是对我爬山涉水栉风沐雨最好的安慰。

家访的最后一站，在苗族女孩姜艾佳的家里，她的妈妈热情地拿出一套为女儿准备的珍贵嫁衣，一定要替我穿戴上。

这套嫁衣，银光闪闪，精美华贵。我知道，一套嫁衣是从苗家女儿出生起就开始准备的，少则三五年，多则几十年，嫁衣上的一针一线，是母亲用最美丽的图案汇聚对女儿最美好的祝福。苗族女孩一生中只可能拥有这样一套盛装，珍贵非凡。

这样的嫁衣我怎么能轻易去穿戴呢？但苗家妈妈却坚持一定要我穿戴上，口里连说“让博士妈妈穿上了，这套嫁衣就沾了福气，将来女儿长大了也能考到北京，考上博士后”，说得我们都乐了。

这是苗家妈妈的祝福和心愿，也是我的幸福和希冀。

王建平

印象苗族：苗家女头上戴花的“秘密”

在贵州雷山县。无论是在乡村阡陌小径上匆匆而过的苗家少女、还是在田间地头里辛苦劳作的苗家妇女、或是在街头巷尾穿梭行走的苗家女子们，你会看见她们都有一个共同的特征：发髻上佩花一朵，姹紫嫣红，惹眼又大气。

苗族文化研究学者认为，苗家妇女发髻上佩戴花朵，是苗家人用花朵来替代对太阳崇拜的一种表达方式。古代苗家人认为，头发是父母所生所给，是生命的重要组成部分，不能随意剪掉。若犯罪之人，如果要对其施予“肉刑”的，则可以以割发的方式来替代之。

苗家人对头发的重视程度，这是之后衍变成将头发捆成发髻，并为之戴花朵的前提。任何古老民族对天体都有崇拜，苗家人也不例外，对天体的崇拜就是对太阳、月亮的崇拜，而有些民族偏重于太阳、有些则偏重于月亮。后来，由于社会不断发展以及氏族与氏族间开亲后，苗家妇女们最终就将太阳与月亮这两种图腾在头发上进行了具体表现：佩一花朵于发髻前端代表太阳，佩一梳子于发髻后端则代表月亮。

而发髻上佩花一朵的雷山这支苗族人叫“希氏族”，他们主要居住在雷山县境内，以及环雷公山地区与雷山巴拉河流域，一共有 25 万人左右。

■亲子宝典

孩子半夜发烧，有哪些急救措施

文 / 肖瑶瑶（湖南省儿童医院急诊综合二科）

孩子晚上发烧家长们不要惊慌，首先要做的就是先用体温表给孩子测试体温看看孩子发烧的程度，然后再采取应对措施。孩子的体温如果在 38.5 度以下，精神清醒良好，可以给孩子喝点水，然后用手掌心给孩子搓一下前胸和后背，让孩子出点汗就好。还可采用物理降温法，用热毛巾给孩子擦拭颈部，腋窝，手心，脚心等处帮助宝宝降温。还可用冷毛巾给孩子冷敷头部，这样可防止发烧时烧坏宝宝大脑。家里应备用一些孩子的退烧药，如果超过了 38.5 度以上的时应立即叫醒宝宝服药，然后辅助进行上面所说的物理降温法帮助孩子降温。孩子半夜发烧了吃药后，应把宝宝的被子适当减少或拿开，不要怕孩子冷就给宝宝裹上厚被子，以免影响宝宝身体散热降温。

小儿肺炎与感冒有什么区别

文 / 向彬（湖南省儿童医院新生儿一科）

小儿肺炎有时与感冒症状极为相似，所以家长应正确区分。一看症状。伴有发热的小儿患肺炎，体温多在 38℃以上，持续两三天，退热药只能使体温暂时下降。小儿感冒虽也发热，但体温多在 38℃以下，使用退热药就见效。二看呼吸。感冒和支气管炎引起的咳、喘多呈阵发性，一般不会出现呼吸困难。若咳、喘较重，当孩子处于安静状态时呼吸频率明显增快，则提示病情较重。三看精神。如果孩子发热、咳嗽的同时精神状态还好，患肺炎可能性较小。如果孩子精神状态不佳或出现口唇青紫、烦躁、哭闹、昏睡等症状，则可能性较大。四看食欲。小儿患肺炎，食欲会明显下降。五听胸部。由于小儿胸壁薄，有时不用听诊器也能听到水泡音。肺炎患儿在吸气时会听到“咕噜儿咕噜儿”的声音，这是肺部发炎的重要体征。

小孩消化不良按摩哪里

文 / 杨威（湖南省儿童医院消化营养科）

孩子经常胃部不适，可能是因为消化不良，采取按摩的方式能缓解胃部不适。1. 按揉推四横纹：在手掌面找四横纹穴位，它在食、中、无名、小指的关节横纹处，注意是第一指间关节处。按摩时，操作者用手握住小孩的手指，再用另一只手中指或食指指腹分别揉搓四横纹穴，大概 2–3 分钟；除了揉搓，还可以横推四横纹穴，将小的四指并在一起，操作者用右手的拇指推小孩的手指的横纹处，要从小孩的食指横纹处向小指横纹处推，推上 50–100 次。2. 按揉推板门穴：操作者用左手将小孩的手指握住，然后将滑石粉蘸在右手拇指上的，在板门穴按揉。顺、逆时针按揉都可以；还可以采取推法，从拇指指根向腕横纹推，能起到止泻的作用；从腕横纹向拇指指根推能达到止呕的作用，来回推脾胃功能能得到调理。按揉 2–3 分钟，大概推上 50–100 次。