

编者按



生活中, 你和孩子斗智斗勇过吗? 家长绞尽脑汁想让孩子听话、懂事, 希望他成为自己心目中“完美”的孩子, 但有的时候并不如愿。父母之爱子, 则为之计深远。为什么我们很爱孩子, 孩子却离我们越来越远? 今日女报 / 凤网全媒体专栏《辣妈研习院》全新升级。每周一期, 聚焦网络热点亲子教育话题, 特邀亲子专家细致剖析孩子的成长问题, 缓解育儿焦虑, 助你用智慧和爱陪伴孩子成长。

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  
咨询师



亲子专家 王建平博士

# 辞掉高薪工作回家带娃值不值 #

职场父母如何平衡工作和带娃?

选择工作还是全职带娃, 成为越来越多职场人不可回避的烦恼。最近, # 辞掉高薪工作回家带娃值不值 # 这个话题就上了热搜, 引发网友热议。

新晋父母谁带孩子, 一直都是很伤脑筋的事情。给家中的老人带, 担心以后的教育问题跟不上; 自己带, 又放不下自己的工作。那么, 工作和带娃之间, 究竟该如何平衡呢?

## 因人而异选择最适合的带娃模式

我相信有这个烦恼的父母, 都是对养孩子特别上心的父母, 是明白“陪伴对孩子的成长意义重大”的父母。不过, 值与不值, 因人而异, 也因家庭而异。

我对这个问题的看法是, 如果, 家庭中的一方收入特别高, 并且处在事业发展黄金期, 而且夫妻双方理性分析后得出, 一方的收入完全可以支撑家庭生活的全部开支, 那么, 由收入低的一方辞职, 全身心陪伴孩子成长最关键的几年, 未尝不可。

孩子真正需要父母陪伴的时光就那么几年。尤其是在孩子三岁前, 父母稳定的、一对一的陪伴, 是形成他安全感和建立亲子关系最重要的因素, 将来也能有效地缓冲孩子青春期和父母之间的矛盾冲突。所以, 我一般建议至少在孩子3岁前, 父母要做到亲密的陪伴。钱可以暂时少赚一些, 工作还有再找的机会, 但孩子的成长, 一旦错过就永远错过了。

另外, 我觉得也不要把育儿和工作完全对立起来。育儿也是育己, 因为孩子的到来, 也开启了我们生命里一段全新历程。养育孩子的过程也是父母看到自己的过程。面对孩子的哭闹、不听话、淘气, 新手父母都会经历手足无措、崩溃、焦虑的阶段。而你是什么样的父母, 就会带出什么样的孩

子。如果你不爱说话, 那么你的孩子也大都语言表达能力欠佳、不善于交际、不够自信; 如果你性格暴躁、爱发脾气、经常大呼小叫, 那么你的孩子也大多脾气不是特别好、缺乏耐性, 甚至于还有暴力倾向等; 而当父母们通过自省和学习学会了如何去构建良好的亲子关系, 自身也会发生巨大的蜕变, 而这也将会反哺你以后的工作和人生。

当然, 如果你的家庭条件并不允许其中一方辞职回家带娃, 这时请老人帮忙或花钱聘请阿姨帮忙照看孩子, 可能是更好的选择。孩子需要父母的陪伴, 但父母的身心状态和夫妻关系对孩子的健康成长影响也非常大。如果辞职在家, 生出了很多牺牲感和付出感, 对未来充满焦虑和惶恐, 那么父母的这种情绪, 也会不自然地传递给孩子, 从而放大孩子的问题或给孩子制造各种新的问题。这种情况, 不如去工作, 用赚来的薪水聘请更专业的阿姨或请自家老人帮忙带。自己下班之后可以多陪陪孩子, 父母的生命状态、生活质量比较好, 也能传递给孩子更多信心、勇气和力量。总而言之, 这个问题没有标准答案, 最适合你和孩子的选择, 就是最佳的选择。

### 亲子宝典

#### 小儿肋骨骨折有何症状

文 / 李逸 (湖南省儿童医院骨科)

肋骨骨折在生活中经常发生, 尤其是活泼好动的孩子。它一般是由暴力导致, 在发生肋骨骨折后, 会有比较明显的症状。局部疼痛是肋骨骨折最明显的临床症状。轻度肋骨骨折时, 可表现为呼吸疼痛、活动痛、挤压痛、咳嗽、骨有摩擦感等症状。当受损程度较重, 还可影响到呼吸系统, 出现阻塞性肺不张、肺炎等合并症。如肋骨损伤严重, 甚至发生连枷胸, 出现反常呼吸、纵隔摆动等不良表现。其次是可能出现骨折部位红肿。此时如果用力去按压的话, 会有压痕出现, 而且非常疼, 患儿常常会有哭闹、拒绝、痛苦的表现。最后还会影响运动。肋骨骨折后, 会导致部分或者是全部的活动功能受到限制。比较严重的肋骨骨折可能还会影响到正常的走路。

#### 如何处理小儿突发性骨折

文 / 刘佳丽 (湖南省儿童医院骨科)

暑假期间, 孩子发生意外的概率增加, 骨折是常见的情况。那么, 儿童突发骨折, 家长要采取哪些应急措施呢? 首先不要慌张, 保持镇静, 初步评估伤势。家长要对骨折有个明确的判断, 清楚孩子的状况。根据情况可以给予局部冰敷, 以减轻肿胀和局部疼痛。如有皮肤伤口及出血, 要清除可见的污物, 然后用干净的棉花或毛巾等加压包扎。其次对于儿童骨折的部位, 要做好固定工作。在有夹板的情况下可用夹板固定, 如没有, 可根据

现场的情况, 采用木条、树枝等代替, 并用绳子固定好。对于找不到固定物的情况, 可将上肢固定在胸部, 或是将下肢捆绑在一起。对于从高处摔下来的情况, 脊椎骨折可能性很高, 要限制孩子的活动, 并尽量用坚硬的东西抬走孩子。

#### 为什么会有小儿并指畸形

文 / 吴妙芬 (湖南省儿童医院骨科)

小儿并指畸形特别难看, 对于孩子的身心成长都有巨大的伤害, 为什么会有这种畸形呢? 一是发育异常。由于胚胎发育过程中手指未能分开, 通常是母亲在怀孕时, 尤其是孕后8至12周, 即第3个月时, 在手、足、四肢处于发育的关键阶段, 受到不良因素的干扰, 如感冒或者自行服用不适当药物, 或其它刺激干扰胎儿手、足发育, 易导致并指的形成。二是遗传因素。部分并指有遗传性, 多数为常染色体显性遗传, 少数为常染色体隐性遗传或性染色体遗传。此种情况不仅有并指发生, 还伴有其它部位发育畸形, 如手、足、颌颌面畸形, 甚至心脏畸形等。三是环境因素。病毒感染、药物、射线辐射等因素可能影响胚胎手指的分化, 从而导致小儿多指畸形的发生。

#### 宝宝为什么频繁眨眼

文 / 刘玉婷 (湖南省儿童医院眼科)

1. 先天性眼睑内翻或倒睫: 有些小孩因为先天性眼睑内翻, 使得睫毛倒伏在眼球表面, 刺激角膜而引起眨眼和流泪等现象, 这种原因引起的频繁眨眼等情况, 很多会随着孩子慢慢长大逐渐减轻, 至4岁左右自愈, 但严重者也有可能需要

通过手术矫正。2. 习惯性眨眼: 一般3岁以内的婴幼儿阶段较为少见, 表现为孩子平时没有什么异常, 有大人或外人在场时, 为了引起大人的注意而挤眉弄眼, 或者是身边有频繁眨眼的人, 孩子模仿他, 结果慢慢形成频繁眨眼的习惯。3. 眼部炎症或异物刺激: 由于沙尘天气, 或由于用不洁的手揉眼睛等不良习惯, 导致因细菌、病毒、衣原体等感染, 或是因异物飞溅入眼而引起角膜炎或结膜炎, 因而造成孩子频繁眨眼。

#### 小儿风湿有何典型症状

文 / 肖雅 (湖南省儿童医院肾脏风湿科)

1. 一般症状: 小儿患有风湿, 一般会出现精神不振、食欲减退、多汗等症状, 有些患者还会出现腹痛症状, 所以, 有时易被误诊为急性阑尾炎。少部分患者会出现短期高热, 大多数患者会出现持续低热的情况, 一般此情况会持续3至4周。2. 关节炎症状: 一般关节炎症状以肘、踝、腕、膝等大关节为主, 部分小关节可能同样会受到影响, 局部出现红肿、疼痛等症状, 通常经数日或者数周治疗有所改善。3. 心脏症状: 据有关数据表明, 小儿患有风湿疾病, 心脏会不同程度地受累。尤其是患有风湿性心脏炎, 小儿心脏病变受到的损害就会更大, 心肌、心肌膜等可能也会受到不同程度的损害。4. 舞蹈病症状: 舞蹈病是小儿风湿比较常见的一个症状。这种一般多发生6岁以上的孩子身上, 在8至12岁中比

较常见, 尤其女孩中较常见。

#### 儿童焦虑症常见类型有哪些

文 / 郭媚 (湖南省儿童医院儿童保健所护士)

1. 素质性焦虑。这类儿童的神经系统往往发育不健全或受到损伤, 对外界环境的变化反应过于敏感。有的则是父母本身具有焦虑的表现, 给孩子“模仿性”的影响。2. 境遇性焦虑。境遇突发性事件, 如父母突然死亡或离异、意外事故、灾害等, 儿童心理承受不住, 整天担心灾害再次降临头上, 因而惶惶不可终日。3. 分离性焦虑。当与亲属特别是与母亲分离时, 会出现明显的焦虑情绪。4. 期待性焦虑。家长对孩子期望过高, 孩子怕达不到家长预期的要求、受责怪而焦虑不安。

有的孩子担心完成不了老师安排的任务而受惩罚, 从而紧张、焦虑、不安。5. 环境性焦虑。有些常闹纠纷的家庭, 长辈们经常向孩子诉苦。在这种矛盾重重的环境中, 孩子易于产生焦虑情绪。

#### 宝宝吃水果要讲究科学

文 / 陈佳敏 (湖南省儿童医院新生儿二科)

1. 吃水果时间宜在两餐中间。宝宝不宜在餐前、饭后吃水果, 吃水果的最佳时间应该是两餐间, 或是午睡醒来后, 可让宝宝把水果当做点心吃。2. 吃水果方式根据年龄而定。家长要根据宝宝的咀嚼和吞咽能力来喂食水果, 一般刚添加辅食的宝宝吃水果有2种方法: 一是喝新鲜果汁, 可以直接用榨汁机榨取果汁, 也可以用研磨工具压碎水果; 二是用小匙刮成泥状, 最好随吃随刮, 以免氧化变色, 也可避免污染。3. 水果摄入量要合理。家长给宝宝吃水果一定要控制好用量, 因为再好的水果吃多了也会有麻烦, 比如西瓜、香蕉吃多了可能拉肚子, 樱桃、芒果、荔枝吃多了容易上火, 家长要注意控制好宝宝的食用量。建议给宝宝喂食水果的适宜量为每次50至100克, 可根据宝宝的年龄大小调整。

