

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  
心理咨询师

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/凤凰网全媒体专栏《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。



亲子专家 王建平博士

# 会哭的孩子有糖吃 #  
教育孩子“太懂事”有错吗

相信很多人都听说过这句话：“会哭的孩子有糖吃，懂事的孩子没人疼”。一个乖巧懂事的孩子和一个任性娇蛮的孩子起了争执，人们往往都会去安慰那个嚎啕大哭的任性孩子，只对懂事的那个孩子留下一句：你比他懂事，你让着他一点嘛。在我们常见的教育场景里，还有很多家长喜欢夸一个孩子“懂事”。父母认为只有孩子听自己的话，才会成长得更好，家长管起来也更加轻松，但是事实是这样吗？



培养孩子的“真自我”，教会孩子表达情绪

其实“懂事的孩子”并非生来就懂事，而是随着时间的推移，学会了察言观色，被迫“越来越懂事”。孩子懂事，并不是什么坏事，可是如果孩子太懂事了，就会让他们过早失去童真，压抑天性，未必就是一件好事了。

从心理学的角度解读，“过分懂事”是孩子，“压抑自己，隐藏自己的真实需求，迎合父母和别人。为什么要隐藏？因为害怕。害怕什么？怕不讨好父母的话就不被爱；怕自己做错了、说错了会被打被骂，怕自己稍微一点儿任性行为就会破坏残存的安全感。总结起来，过分懂事的孩子背后折射的其实是孩子缺爱、没有安全感或者父母太过强势，对孩子要求过高。

如何让孩子能真实地表达自己的内心需求和感受？我觉得父母先要学会和跟孩子共情开始。教育学家卢梭曾经说过，世上最没有用的三种教育方法就是：讲道理、发脾气、刻意感动。你与孩子共情，孩子才会把你当朋友，他才会好好听你说话。

我们每位家长都应该学会接纳孩子的不良情绪，体会孩子的想法和内心感受，并将它表达出来。好的父母应该教孩子将自己内心的真正情绪表达出来，而不是憋在心里。当孩子出现愤

怒、悲伤、恐惧等负面情绪时，不应该粗暴地限制孩子的行为和表达。比如对孩子说“你别闹了”“再哭我就走了”“有什么害怕的”等之类的话。因为孩子的坏情绪是不会消失的，只是暂时被大人压抑下去了。如果父母不能学会引导，孩子会继续困在自己的坏情绪里，找不到表达和发泄的出路。久而久之就会自我压抑。我们可以尝试等孩子平静下来后，再引导他说出当下情绪背后的感受，然后商量解决问题的办法。

在平常的生活中，多让孩子去选择，尊重他们的意愿，让孩子在选择的过程中学会独立思考，学会自己去权衡利弊，这样在以后的社会上才不会去迎合别人，也不至于在遇到事情的时候没有自己的意见和想法。

最后，我们还要放下焦虑，学会接纳孩子的不完美，用平常心对待孩子的错误。在一定的规则内，允许孩子试错、犯错。每个孩子都是一个独立的生命个体，有自然的成长节奏，只有接纳孩子的不完美，孩子才有空间在生命的四季里栉风沐雨，自然强壮。

懂事本身是一种美好的行为，其中包含着对人对事的理解、自身的独立等都是积极的品质。我们今天以正确的方式教育孩子懂事，这样既能够让孩子在快乐中成长，也能让孩子真正明白“懂事”的含义，在“懂事”中汲取幸福。

亲子宝典

儿童皮炎的症状有哪些

文/易佳(湖南省儿童医院疑难综合病房)

儿童皮炎是一种急性非化脓性炎症疾病，属于自身免疫性疾病，主要累及横纹肌，可导致患儿出现肌无力、疼痛、活动受限、呼吸困难、皮肤发红等症状，尤其是会眼眶周出现水肿性紫红色斑、颈前以及上胸部出现红色的皮疹。另外，肘膝关节、掌指关节、指间关节的伸面，也会出现紫红色的皮疹等。患有这个疾病的患儿还会出现中枢神经系统、心血管系统、呼吸系统等损伤，并且预后也不佳。当发现孩子患有皮炎，一定要尽早到正规医院就诊治疗。儿童皮炎的发病群体主要是15岁以下的儿童，儿童皮炎的症状表现主要是在皮肤方面，但部分儿童如果病情较重，会出现关节系统和神经系统的症状表现。

儿童患胆囊炎有什么症状

文/段琪琪(湖南省儿童医院消化内科)

儿童胆囊炎发病常较急骤，以腹痛、高热寒战为主要症状，偶有黄疸。上腹疼呈持续或间断性钝痛、胀痛或剧烈绞痛，常伴有恶心、呕吐。高热可引起惊厥，或精神不好、谵妄、昏迷等症状。黄疸较轻且持续时间短。儿童胆囊炎体格检查呈急性病容，体温可持续在38.5℃以上，最高可达41℃，右上腹有明显压痛及腹肌紧张，有时可触及肿大的胆囊。个别严重病例以中毒性休克为主要表现，经治疗后始出现腹胀、

全腹紧张及压痛等腹膜炎体征。末梢血象白细胞数增高，并可有中性白细胞数增多，核左移及中毒颗粒。儿童胆囊炎结合症状、体征和病程发展迅速，伴有精神不好、谵妄、神志模糊或昏迷等症状，可以作出诊断。

儿童的病毒性脑炎是怎么引起的

文/唐灵姣(湖南省儿童医院重症医学一科)

孩子容易受病毒感染而发生病毒性脑炎。那么，病毒性脑炎的发病因素有哪些呢？1. 免疫力低下。患有病毒性脑炎的患者多与自身的免疫力有很大的关系，由于小孩发育不成熟，抵御外界病毒的能力比较差，很容易受到外界病毒的影响，如果孩子有过脑缺氧病史，脑神经功能就会变得更加低下，病毒更容易侵犯孩子的脑神经而发生病毒性脑炎。2. 乙型脑炎。病毒性脑炎往往发生在一些患有乙型脑炎的孩子身上，在乙型脑炎流行期间，由于蚊虫叮咬而进行传播，因而病毒性脑炎一般情况下多发生在夏秋季节。因此，夏季一定要注意做好相应的预防措施，减少病毒性脑炎的发生，提高自身免疫力。

宝宝感冒发热尽量不打点滴

文/刘佳(湖南省儿童医院麻醉手术科)

发热是宝宝身体对病毒或细菌的一种防御性反应，只要宝宝温度不超过38.5℃，妈妈就不用急着给宝宝吃退热药，因为发热可以杀死一些细菌或病毒，有利于宝宝生长发育。宝宝体温在38.5℃以下时妈妈可采用物理降温法

给宝宝降温，38.5℃以上可以按照说明书给宝宝喂一些退烧药，30分钟左右宝宝就会退烧了。若不退烧，妈妈再带宝宝去医院。2岁以内的宝宝常见的疾病就是呼吸道或者消化道的疾病，妈妈可以带宝宝检查血常规，确定宝宝是细菌引起的感冒还是病毒引起的感冒。若是细菌引起的感冒，宝宝的白细胞会高于正常指标，可以遵医嘱吃点消炎药就可以了；若是病毒性感染引起的感冒不要吃抗生素，妈妈可以遵医嘱让宝宝吃点儿清热解毒的中药就可以了。

0-3岁宝宝的护牙小常识

文/严瑾婷(湖南省儿童医院口腔科)

1. 避免宝宝吮吸手指。吮吸手指是合理用牙过程中的恶习。吮吸手指的儿童往往会出现手指的肿胀及弯曲现象，也会导致宝宝出现前牙开颌以及上前牙的前突以及开唇漏齿等现象，对于宝宝的牙齿正常使用造成严重影响。

2. 避免宝宝咬嘴唇。咬嘴唇也是宝宝在日常生活过程中的用牙恶习。很多宝宝在情绪不好时，会出现咬唇动作。若咬唇的时间较长，也会导致习惯性咬嘴唇，这种情况会导致宝宝出现上前牙前突以及下颌后缩等情况。3. 避免宝宝偏侧咀嚼。偏侧咀嚼会导致宝宝的面部出现左右两侧的发育不对称情况。尤其是会导致不经常咀嚼的一侧出现较为严重的牙石牙垢的堆积，极易导致宝宝出现牙周疾病以及龋齿等疾病，对宝宝的身体健康会造成极为严重的影响。

小儿姿势不正确，会得脊柱侧弯

文/叶卫华(湖南省儿童医院骨科)

孩子处于骨骼发育阶段时，一旦不注意坐卧姿势，就很容易引起一些脊椎问题。脊柱侧弯矫正早发现、早治疗是关键，可以防止畸形发展严重。脊柱侧弯早期表现有：双肩高低不平，脊柱偏离中线，肩胛骨一高一低，一侧胸部出现皱褶皮纹，前弯时双侧背部不对称。早期发现主要靠父母，简单的检查是弯腰试验：让患儿脱上衣，双足立于平地上，立正位。双手掌对合，置双手到双膝之间，逐渐弯腰，检查者坐于小孩前或后方，双目平视，观察患儿双侧背部是否等高，如果发现一侧高，表明可能存在侧弯伴有椎体旋转所致的隆凸。如果弯腰试验阳性，应到医院及时就诊。那么日常生活中该怎么预防呢？家长要提醒孩子注意正确的拿笔姿势与坐姿等，平时注意让孩子加强锻炼。

