

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,可以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。上腹痛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。

