

破坏规则不能全怪孩子

璐璐妈妈:我常会遇到这样的崩溃时刻:我领女儿去早教班,时间已经很紧了,但在出门时,女儿却在那里慢悠悠地玩。我只得给女儿下最后通牒:“如果你还不赶快穿好衣服,你就呆在家里,不要出去了!”女儿有时会若无其事地继续做自己手里的事情,有时干脆回我话:“好呀,我就呆在家里。”弄得我真是没辙……

点评:有不少妈妈会有以上的经历,她们纳闷:到底是哪里出了问题呢?其实,如果把跟孩子过招看成是一场攻坚战,作为父母,是否应该反思一下自己的战略战术,也许在哪里出现了漏洞。以下各种情况都可能出现导致孩子破坏规则的问题。

问题 1: 光说却没有执行力

情景:为了能让女儿多接触同龄孩子,小旭妈妈邀请了和女儿年龄相仿的小朋友来家玩。但女儿很保护自己的东西,别人拿起任何一样玩具,女儿都要抢过来。妈妈在旁提醒女儿:把玩具给小朋友,不然我就要拿走。“但说了多次,但从来就没有拿走过玩具。

提示:当孩子不知道为什么错了的时候,可以告诉孩子原因并帮助孩子付诸行动,当孩子明明知道自己错了,但还在继续,就一定要拿出行动来。因为这时孩子可能在想:在妈妈让我停止前,我还会继续的。

问题 2: 父母常对孩子说谎

情景:每个周一的早上,2岁的阳

当孩子有时不遵守规则时,父母也需要反思一下自己,究竟谁才是规则的破坏者?常常在不经意中,“破坏者”也许就是制定规则的父母,而不是无辜的孩子。



阳总要跟妈妈来场战争。他赖在车里不愿意到保姆家,妈妈因急着上班,就指着对面的幼托机构说:“如果你不听话,就到那个幼儿园去,那里有很多很凶的老师。”阳阳很快做出了选择,下了车,乖乖地跟着妈妈去保姆家了。事隔几周,保姆因家中有事,无法再照顾阳阳,妈妈想把阳阳送到家附近的幼儿园,但阳阳死活不肯,因为他认定幼儿园有很凶的老师。

提示:欺骗有时确能解决燃眉之急,但是一旦孩子发现了真相,不仅会让事情回到原点,还会让孩子对父母产生信任危机。

问题 3: 常用贿赂取代鼓励

情景:为了不在聚会的餐桌上出

丑,军军妈妈在出门前就对儿子承诺:“如果今天你能在餐桌上保持安静和礼貌,回去我就给你买个新玩具。”当然,新玩具的魔力足以让孩子变得乖巧可爱。

提示:好行为和好习惯的培养,需要父母有更多的耐心,也是一个长期坚持不懈的过程。贿赂只能达到短期的效果,还会让孩子混淆对事物的看法:原来讲礼貌和保持安静是有条件的,而不是必须应该学习的好行为。

问题 4: 打破自己建立的规则

情景:在房间里随意把东西扔来扔去,在晨晨家是不允许的,为此晨晨还被惩罚过。而有一次,晨晨爸爸因为觉得脚下的玩具碍事,就随手把它从

房间扔到客厅里。为此,晨晨很不服气,为何爸爸可以扔玩具而我却不能?

提示:制定规则不能只针对孩子,父母更要以身作则。如果孩子大一些了,还可以让他参与制定家庭规则,一起成为规则的执行者和监督者。

问题 5: 经常重复不停的唠叨

情景:娜娜妈妈为了让女儿早点睡觉,每天晚上都要花很大的力气跟女儿苦口婆心:“早点睡觉明天才能更有精神,而且更容易长个子……”但女儿总是会找各种借口,让睡觉时间要比预定的晚半小时以上。

提示:给孩子讲明白原因是很重要的,但是唠唠叨叨地重复并不能起到立竿见影的效果,说多了还会起到反作用,这时候行动的效果要远远好于解释和唠叨。

子君

链接.....

执行规则小技巧

别纠缠:当孩子破坏了规则,不要总是纠缠于此。每个人都会犯错,下次注意即可。

慢慢来:一下给孩子制定20个规则,那么即便是成人也受不了。不妨从简单的开始,慢慢建立循序渐进的规则。

多鼓励:在规则执行之初,一定要多鼓励和表扬,直到最后慢慢成为习惯。

有耐心:给孩子余地,要允许犯错,只要坚持,孩子就会改掉一些不好的行为和习惯。

育儿宝典

为何我国宝宝过敏多

调查显示,中国的过敏宝宝数量呈上升趋势。主要有以下几方面的原因:

与环境有关。消毒剂的泛滥使用,可以维护的干净环境使得宝宝无法与细菌“亲密接触”,胃肠道未获得足够刺激而变弱。自然难以抵挡免疫系统过敏的侵袭。

与饮食有关。很多宝宝对食物的

过敏症状不是由于吃得太多造成,而是由于添加得过早。辅食添加切记从少量开始尝试,遵照循序渐进的原则。而且要严格按照纯母乳喂养至少4个月的建议,这意味着自宝宝出生至满4个月,不能进食除母乳和婴幼儿配方奶粉意外的任何液体和固体食物。

于涛

育儿提醒

宝宝腹泻别忘补锌

最近一项调查显示,80%的0.5~5岁患急性腹泻的宝宝都存在不同程度的锌缺乏症,且腹泻时间越长缺锌也就越严重。主要原因是:腹泻有碍锌的吸收。锌是人体重要的必须营养素之一,宝宝缺锌的主要症状为食欲差、生长发育缓慢,体格矮小,免疫功能低下。世界卫生组织的一项研究



成果显示:急性腹泻期间,补锌可缩短腹泻的持续时间和降低腹泻的严重程度。在腹泻后的1~2周补锌,能降低病后2~3个月内腹泻再次发生危险。为此,世界卫生组织与联合国儿童基金会推荐,给予急性或慢性腹泻的宝宝每天口服补锌20毫克,半岁以内婴儿每天口服补锌10毫克,连续服用10~14天。

大多数父母虽然知道锌是宝宝成长必须的微量元素,但往往并不了解应该在最关键的腹泻时为宝宝补锌。所以,很多父母向医生抱怨“为什么宝宝已经腹泻一周还不见好转?”或是“宝宝腹泻刚好几天,怎么又开始了呢?其实真正的原因就在于此。耀华

宝贝到此一游

杨乐悠

出生年月:2008年7月20日

宝宝爱好:爱唱歌、画画、喜欢旅游,会有声有色的给玩具们讲故事

父母寄语:希望你如你的名字一样无忧无虑、快快乐乐地健康成长

尿床、尿失禁:早治早好

在医学上,遗尿和尿失禁是两类对象不同的同类疾病。前者为儿童,后者主要为中老年人,以女性为多。抓紧治疗,早日走向康复,是患者和家属们的共同心愿。

临床医学认为,儿童3岁后仍尿床为遗尿症。其原因一是脾胃虚弱,功能紊乱,导致膀胱气化功能失调;二是中枢神经系统发育不完善,尿感信号无法及时传递到大脑;三是膀胱括约肌发育不完善,排尿能力差等症。据世界卫生组织调查显示:尿床

孩子的智商比正常孩子低17~23%,身高矮2~5厘米。孩子一旦尿床,家长如掉以轻心,不赶早治疗,会误了孩子的前程。

尿失禁分为压力性尿失禁和紧迫性尿失禁,有的则兼有这两种疾病的症状。它带给女性患者的痛苦更大。如有的人要带上尿垫才敢出门,有的人怕尿湿裤子而频繁上厕所,有的担心身上出现难闻的气味不敢参加社交活动,还会经常漏尿,长时间的尿液侵蚀刺激,会导致外阴皮肤红

肿、痒痛。这种生理和精神上的痛苦,常人往往不能深刻理解。

目前,权威专家提出,安全有效地提高脾肾、膀胱等脏腑功能,促进脏腑相互之间功能协调,可促进尿床、尿失禁的治愈和康复。因此,较少副作用的中药更为理想。但是,由于患者缺少相关的医药学专业知识,所以提倡到有专科门诊、积累多年临床经验的医院求医问药。

文/康宝(市医保定点上海港华医院尿床尿失禁专科专家组成员)

妈妈信箱

测微量元素有何用

问:孩子已经7个多月了,抽查头发检测微量元素得出了很多指标,譬如钙、铁、锌的数值,请问这些数值对宝宝的健康有何意义?

答:用头发查微量元素是不准确的。首先宝宝的生长速度不一样,而且宝宝用的洗发液也不一样,所以查出来的数值只能提供参考,不能代表当时宝宝体内的微量元素。如果要想得到准确的检查结果,可以用抽血的方式检测微量元素,相对而言,数据更有参考价值。这是一项主要针对宝宝营养状况的检测。

为何高密度打疫苗

问:宝宝还不到1岁,就已经打了十几针疫苗了,为什么疫苗都集中在出生第一年打?

答:确定疫苗接种时间,一般要考虑两方面的因素。一是“接种后机体是否能产生有效免疫”,从这个角度讲,疫苗应该是越晚接种越好,因为宝宝年龄越大,机体的免疫能力就越强,产生有效抗体的几率也就越大。另一方面,还需要考虑“感染风险”的因素,宝宝在没有注射疫苗之前,机体处于无保护状态,对疾病的感染风险相对比较高,由此,疫苗则是接种越早越好。

现在国家统一规定的各种疫苗接种的起始年龄,是在平衡了这两个因素之后,选取的最佳接种时段。既要最大限度降低宝宝感染各种疾病的风险,同时也要尽可能保证接种后体内产生有效抗体。

孕期为何易发鼻炎

问:孕前从未患过鼻炎,可在孕早期却接二连三地出现打喷嚏、鼻塞等症状,这是什么原因?

答:怀孕后,体内雌激素水平增高,引起鼻腔黏膜的超敏反应,可导致小血管扩张、组织水肿、腺体分泌旺盛,出现鼻塞、打喷嚏、流涕等症状。这种“妊娠期鼻炎”可在约20%的准妈妈身上发生,孕期最后3个月更为明显。一旦分娩,致病因素消除后,鼻炎会随之痊愈,不留后遗症。“妊娠期鼻炎”一般不需要药物治疗,对此也尚无有效的预防措施,如果症状比较严重,可在医生指导下适当用药。