

儿子第一天回家

我的宝贝儿子是早产儿,在母亲腹中只待了34周,就迫切地送了大家一个“惊”喜!出生时,宝宝体重仅2360克,体长仅46厘米,勉强及格,留院观察10天后方获准回家。

今天,外婆和我起了个大早,到医院把儿子接回家了。新鲜感与兴奋劲儿一直促使我隔不多久就要去掀开蚊帐看看儿子,就像去看一只刚领回家的宠物小狗。第一次让宝宝在妈妈怀里吃奶,第一次给宝宝换尿片,第一次为宝宝冲奶粉,第一次哄宝宝入眠,都叫我无比地紧张与兴奋。

第一天,儿子表现不错:总体上还算是老实,哭闹次数不多也不凶;吃饱了就睡,尿了就醒,倒也干脆。

当然,为了迎接宝宝回家,我们提前做好充分准备:

◆置办婴儿用品,原则是少而精

比如,奶粉、尿片、衣裤这些一定要少买,理由是:奶粉用量视母乳多少、宝宝胃口而定,买多了就浪费;宝宝出生后的前2个月长得飞快,初生型的尿片、衣裤买多了也是浪费。也不要买许多宝宝的洗涤护肤用品,因为宝宝的用量实在太小了,就算是为了保护宝宝幼嫩的皮肤,也不宜多用。

◆布置好家庭育儿室

我们把家里条件最好的卧室留给宝宝用。如果空间足够大,要买一张带蚊帐的宝宝床;有的家里不买,准备让宝宝睡大人床,也行,但日后宝宝会翻身时,务必加强安全保护。

新装修的房子、新买的家具,都可能会对宝宝造成潜在威胁,决不可掉以轻心。如果是住过一段时间的房子,在宝宝出院前,窗帘床褥等都要洗过,家具表面也用消毒水清洗一遍。

◆请好带养孩子的帮手

如果各方面条件允许,安排两位妈妈帮助带养是最佳选择,尤其是新妈妈做月子的時候。

别人都说我是一个心细的爸爸,我也很骄傲。新爸爸没有育儿经验可以,只要努力学习就行了。

入夜了,依稀听到儿子进入梦乡时均匀的呼吸声。他在家里的第一天快过去了,宝贝,先道一声晚安吧。

郭伟

和“黏人宝宝”过招

乐乐妈妈:你真是一个细心的好爸爸,我觉得这是不是和孩子的个性有关系?有的宝宝天生胆小,就喜欢黏爸爸妈妈。大部分孩子是黏妈妈的,如果他这么喜欢黏你,说明他喜欢你呀。不过,爸爸妈妈应该争取一起带宝宝做游戏。有时间的话,让他去外公外婆或者爷爷奶奶家,多接触你以外的人,从熟人开始,让他学习与家人以外的人打交道,慢慢会好的。

小鱼儿妈妈:哪个宝宝不黏爸妈?我也认为你不要太在意

宝宝的表现,好像这样有些过度焦虑了。其实,有时可以让宝宝一个人专心致志地玩,不要总陪在身边打扰他,让他通过独立完成游戏来获得自信。此外,有条件的话,请小朋友到自己家来玩。也许他是对外面的环境不熟悉,没安全感才会黏人。所以,请小朋友到家来玩的话,让他交朋友,做游戏,建立自己的朋友圈,有利于他将来适应幼儿园的生活。

小怡妈妈:认生的宝宝会黏人,而认生是一个阶段。在这个时

候是正常的,不要想太多。我是个硬心肠的妈妈,平时和宝宝在一起的时间不多。为了培养她,我带女儿去翻斗乐玩,就把她丢在那边,告诉她:妈妈一会儿来接你。开始她一个人玩的时候多,有时呆呆站着不玩,慢慢地与别的小朋友玩了,也蛮不错的。别怕宝宝哭,有时生存技能是他必须掌握的,那就多带他出去。过了这个阶段,宝宝自然会更独立、勇敢。等他长大了,你想让他黏你,他也不肯了。

妈咪总动员

参与“雅培妈咪三人行”栏目,请发信箱 wangl@wxjt.com.cn,或者登录新民网 www.xmnext.com;雅培妈妈网 www.abbottmama.com.cn 参与讨论。



图 CFP

由于都市化环境、独生子女现象、剖腹产等影响,越来越多的孩子出现了依赖心重,人际交往不主动,黏人怕生等问题。其实,这是该年龄段孩子特有的分离焦虑症。对于这样的孩子,父母千万不能用躲和骗的办法离开宝宝。具体怎么做呢:

一、当你有事离开宝宝时,譬如煮咖啡,你可以事先和宝宝说明,“呆会儿妈妈要去煮咖啡喝,就离开两分钟,宝宝自己呆在这里玩儿,等会儿妈妈就回来。”

专家意见

并且留下宝宝认为妈妈很重要的、经常使用的东西,譬如妈妈的手机或包包,留在宝宝身边,让宝宝替你保管,这样孩子就会认为妈妈暂时离开,但很快就会回来。

二、经常带孩子外出和其他小朋友一起玩,在孩子们玩闹时坐在宝宝的视线范围内,这样,即使宝宝跑得比较远,一回头也能看得到妈妈。几次后,他就不会老惦记着回头看妈妈了,很投入地

和小朋友一起玩耍了。

三、重要的是,每次孩子离开和同伴开始玩耍的时候,妈妈记得要对宝宝说:“你离开妈妈,和小朋友一起玩吧,离开前给妈妈抱抱。”然后给宝宝一个紧紧的拥抱,时间稍微停留长一点,可能游戏已经开始,宝宝急着离开,迫不及待地要加入小朋友的队伍。这样,一两个星期下来,宝宝对于和妈妈的分离就能很快适应。

这些“感觉统合失调”现象,经过一段时间的课程训练就能改善。早在1972年,美国南加州大学爱莉丝博士就提出了感觉统合理论,这一理论与方法30多年来为全世界无数儿童快速有效地解决了以上“感觉统合失调”问题,被早期教育界尊奉为“21世纪的育儿圣经”。有类似问题的爸爸妈妈,欢迎拨打全优宝贝咨询热线:54259510

翁晖亮

(作者为儿童心理、行为专家)

在家玩玩亲子游戏

◆适合月龄:6—12个月

宝宝刚出生的时候,虽然对光会有反应,但视线模糊,眼睛发育并不完全,视觉结构、视神经尚未成熟。到了1岁,宝宝的视力进展为0.1-0.3左右,已经能灵活运用双眼。从1岁开始,宝宝进入建立立体空间感的黄金时期,他在看得更清晰的基础上,开始对远近、前后、左右等立体空间有了更多的认识,宝宝可以进一步认知周围世界。宝宝看得越清楚,对周围的事物越留意,就能更多更准确地接受外界的信息和刺激,这是帮助学习和大脑发育的重要基础。

游戏目的:

1.感受亲子游戏的快乐,增进父母与宝宝的感情。
2.发展宝宝初步的视觉追踪能力,增进宝宝与父母的感情。

初次游戏:

1.妈妈和宝宝在床上玩玩具,

当宝宝注意力集中在玩具上的时候,妈妈用小毯子遮住玩具,同时露出玩具特征明显的一小部分,让宝宝寻找。

2.当宝宝能够很快找到玩具时,妈妈就可以把玩具藏进被子里,虽然宝宝看不见玩具,但开始学习用眼睛追踪玩具,同时,凸出的被子也能够帮助他确认玩具躲藏的位置。当宝宝钻进被子找到玩具时,妈妈可以用语言鼓励他:“宝宝真棒啊!”

再次游戏:

1.妈妈可以选择球类等玩具和宝宝玩游戏。当宝宝在练习爬行时,妈妈可以把小球滚进桌子或凳子底下让宝宝钻爬去捡,不仅提升宝宝视觉的追视能力,还能锻炼灵活钻爬能力呢!

2.11个月以上的宝宝开始学习扶走了,妈妈可以把小玩具放在沙发上、床上,让宝宝自己扶着沙发和床沿站起来移动身体寻找玩具。

3.1岁之后,孩子的视觉器官发

育逐渐成熟,视敏度也随着孩子的年龄增长而发展。这时,妈妈可选择一些能提高孩子视敏度、帮助孩子辨认颜色的游戏。将2—3种形状、颜色各异的玩具放在桌上,请孩子观察一定时间,记住桌上物品种类后,闭上眼睛,家长拿走1—2种玩具,让孩子说说桌上少了什么玩具,培养孩子的有意注意及视敏度。

◆适合月龄:12—18个月

1岁至1岁半,是亲子关系得以巩固、深化的稳定时期。孩子相信:只要妈妈在,无论是什么情况都会得到满足。这种关系就是爱,一旦建立稳固的爱,孩子的心灵就会形成“人可以信赖的”意识,产生愿意与人交往的萌芽,亲子游戏就是很好的建立爱和信任感的途径。

游戏名称:红灯绿灯

游戏目的:

1.能听语言做动作,学说简单的话。
2.训练宝宝认识红色与绿色。



图 CFP

游戏材料:

圆形硬纸板,像汽车的方向盘(也可用其他圆形的物品代替),红色与绿色的圆形指示牌。

游戏玩法:

家长 and 宝宝各拿一个方向盘,家长说:“开车了!”和宝宝一起发出“嘀!嘀!”的声音。当成人出示红色指示牌,说“红灯”时,宝宝也说“红

灯”,并说“停!”当成人出示绿色指示牌,说“绿灯”时,宝宝也说绿灯,并说“走!”

注意点:

1.鼓励宝宝说话。

2.当宝宝熟悉游戏后,宝宝可以当小指挥,控制红灯、绿灯玩耍。

长宁区教育局幼教科

张佩佩