

让宝宝和我们分开睡

平平今年上幼儿园中班了,我们开始琢磨着让他睡自己的房间了。从出生开始,平平就跟我们睡。说实话,这是因为我太懒的原因。他睡在我们中间,晚上方便我照顾。要喂奶了,我闭上眼睛给他喂;踢被子,我摸索着给他盖上……反正也习惯了。可现在,他大了,挤在我们中间睡得不舒服,而且有时伸手伸脚地把我们从睡梦中踢醒。但是,平平坚持反对一个人睡,好话说尽,他也不点头。我想知道怎样才能让宝宝接受长大了要一个人睡的事实,再说,孩子到底该多大开始一个人睡了呢?

平平妈妈

飞扬妈妈:听说父母和婴儿同睡一张床,容易引发婴儿猝死。所以,我们一直坚持让飞扬睡自己的小床,不过除了月子里。因为他是冬天生的,坐月子时我就把他放在自己床上,正如平平妈妈说的,照顾起来比较方便。后来,飞扬晚上吃奶的次数减少,等到他一个晚上只吃一次奶时,我们就把他放在小床上了。当然,小床是放在大床旁边的。这样一来,我们晚上听到他有一动静,就能及时查看,帮他盖被子,帮他换尿布,摇摇小床哄他继续睡。现在,飞扬习惯了一个人睡,睡眠质量也不错,一觉能睡到大天亮,不吃奶也不用换尿布了。我们大人轻松了许多,起码不会被他的“无影脚”踢痛。飞扬爸爸还建议,把小床摆得离大床再远一些,慢慢拉开距离,为以后让飞扬和我们分房睡做准备。

妮妮妈妈:别人也许要说我是太溺爱孩子,但是我每到冬天就和妮妮睡一张床是有原因的。天气冷,我担心妮妮的热量不够,睡到后半夜会冷,就把她抱到自己床上。等气温回升,妮妮还是很自觉地一个人睡的。我认为,每个宝宝的能力不同,何时分开睡,包括分房睡,都要根据每个孩子的实际情况来决定的,不一定非要拘泥于一定要几岁。妮妮本来就是一个胆子很小的姑娘,她怕黑,怕孤独,我认为自己先哄她睡着了,再做自己的事

情也没什么错。再说,宝宝和爸爸妈妈一起睡也不是没一点好处,起码妮妮躺在床上时喜欢和我聊天,说些幼儿园的事情。我给她讲故事,妮妮就睡得特别踏实。为什么一定要让小小年纪的他们独自面对睡前的黑暗?这样真的就能早早培养孩子的独立能力吗?我跟妮妮说好了,等她读小学了,就回自己房间睡,相信那时她就是个孩子了。

小丫妈妈:我是鼓励宝宝一个人睡觉的,而且小丫从小就睡自己的房间,她已经习惯了。要和宝宝分开睡,我认为还是一个习惯养成问题,要从小培养。但是,如果宝宝已经和妈妈睡了二三年,现在一下子分开,还是要讲究技巧的。首先要循序渐进,不要急于求成。妈妈可以先陪陪孩子,坐在床边跟他讲故事,慢慢地,坐得离床远一点,然后可以坐在门口。宝宝一般都会说要喝水、上厕所等,用各种理由让大人留在自己身边。在满足他们合理要求的同时,也要坚持让他一个人睡。有的宝宝半夜爬到大人床上,父母心一软就会前功尽弃。所以建议爸爸妈妈千万不要心软,哪怕再辛苦再难缠,也要坚持把孩子送回去,陪伴他、鼓励他重新入睡。咬咬牙,坚持下来,习惯就养成了。

图 CFP

妈咪总动员

参与“雅培妈咪三人行”栏目,可以将自己的问题发到 wangl@wxjt.com.cn,或登录新浪网 www.xmnext.com;雅培妈妈网 www.abbottmama.com.cn 参与讨论。



雅培妈咪三人行

【下期题目】

宝宝学钢琴,要不要去考级?

记忆中,已经装不下孩子的哭声了。我所能记住的,是我儿子成长之初的三次啼哭。

一岁半,儿子步履蹒跚,牙牙学语。我与妻子带他到公园玩耍,看到路旁一株硕大的蒲公英迎风怒放。那毛茸茸的白色花朵,让儿子甚是欣喜,一边用手指向蒲公英,一边兴奋地呀呀叫嚷。我小心翼翼地为他摘下蒲公英,轻轻地送到他的手上。谁知儿子刚刚接过蒲公英,迎面吹来一阵风,把蒲公英洁白的绒毛给带走了。这一下,儿子手握蒲公英光秃秃的

茎,睁大了满是狐疑的双眼。少顷,他紧紧地闭起了眼睛,一阵嘹亮的哭声掷地有声……

孩子三岁时,我带他晚上在湖边散步。湖边草丛的萤火虫随着夜色纷纷腾起,飞舞在湖面上。儿子大声告诉我,那是星星落下来了。我笑了,逗他说,爸爸会逮住“星星”呢。于是,我捉了一些萤火虫,把它们装进一只空饮料瓶里。儿子乐坏了,说,我们把星星带回家

儿子让我很感动

吧……可是,当我们果真把“星星”带回家去时,明亮的灯光下,儿子看到饮料瓶里装着的是一些面目狰狞的虫子,他大哭起来。我搂过儿子,问:“怎么了呀?”儿子的回答出乎我的意料,那是我头一次领略到童言、童真和童趣。他拍了拍自己的心口说,这不是星星儿,星星儿才没有那么多脚,这东西,好可怕……

四岁,儿子上幼儿园。一天我去接他,儿

育儿,别生搬硬套书本知识

育儿百科、宝宝指南、早教大全……“金猪宝宝”扎堆生,早教书籍卖得火。不过,早教专家建议新爸爸新妈妈:育儿莫要照本宣科,要从亲子互动中摸索一套宝宝个性早教法。

书本妈妈要露馅

按时喂奶,定时进补,什么时候宝宝该笑出声了,什么时候能抓握,什么时候步行反射消失……宝宝还未出生,准妈妈小陶就翻破了三四本育儿书,自以为胸有成竹。不料,孩子一出生,她的“满腹经纶”就露了馅。宝宝是在春末夏初出生的,小陶生怕宝宝感冒,把小襁褓弄得厚厚的,还加上了一床大被子。结果,没几个小时,女儿竟发起烧来,吓得她连呼,“育儿宝典上没说,我不知道啊!”

还有一次,宝宝哭不停。小陶掐指一算,距上次喂奶还不足2小时。育儿宝典曾教诲:喂奶要定时,如果孩子一哭,就用吃奶的方式安抚她,很可能掩盖孩子的真实需要。小陶就坚持不给宝宝喂奶,看得一旁的丈夫实在按捺不住:“饿不饿不能掐着秒表算啊!”

专家建议

虽然,育儿理论最早起源于美国,亚洲育儿科学发达的是日本,但是各国育儿方法都根植于本民族的文化特征和心理习惯,不能照搬国外的早教经验。专家建议中国妈妈,育儿初期可以选择较为权威的国产育儿指南,学习早教ABC。接下来,则需要激发宝宝积极参与,与父母共同书写最适合自己的育儿宝典。目前,一些媒体开设了论坛等互动栏目,提供了一个开放式的交流空间,年轻的爸爸妈妈们可以边实践边交流,有利于随时观察宝宝的新变化。

“话痨”父母培养巧嘴孩子

“女孩开口早,能说会道;男孩一般都开口晚。”许多家长认为宝宝开口有早晚,不用提前教他开口。但市教科院普教所学前教育室主任黄娟娟告诉你,如果宝宝出生就开始跟他说说话,可以刺激宝宝语言系统的发育,让他“会说话”。

孩子太小,说了也是白说?如果您有这种想法,那可就错了!黄娟娟介绍,宝宝脑部语言理解领域的髓磷脂鞘化在宝宝七八个月左右,要比语言发育领域早6个月,也就是说,语言系统的发育也需要一个先“输入”后“输出”的过程。其实,身边的万事万物都可以成为宝宝的语言“教材”。

■ 2个月

宝宝喉咙里的声音渐渐多了起来,随之还会手舞足蹈。

方法

请一定要用各种方式回应,这可是他和外界沟通的开始呢!宝宝在表达他的需求,而您可以大声问他“宝宝是不是肚子饿啦”“宝宝要小便了吗”,或者可以抱抱他,抚摸或者亲一亲宝宝,用肢体语言和宝宝进行沟通。在愉快的情绪中,他便会感受到,声音和语言是样有用的东西,从而激发他说话的欲望。

■ 9至10个月

宝宝开始会说象声词,这标志着他开始学讲话啦!

方法

父母要抓住这个时机教宝宝说话,可以告诉宝宝“当当”敲的是大钟,“嘎嘎”叫的是小鸭。

■ 15至20个月

宝宝开始学会“坐”“吃”等单词句,18至24个月,会说“吃饭”“拍球”等双词句,



包蜡烛包也要一板一眼吗? 图 CFP

科学育儿有个性

初为人父为人母,需要跟着育儿书本了解一些婴幼儿身体发育、心理发展等基本规律。但每个孩子在通常的成长规律下,又会有不同的小细节。中国优生优育学会副秘书长高成华指出,千篇一律的育儿书,不能告诉父母自己的宝宝什么表情代表想大便,什么表情是想小便,为什么口吐泡泡,打呼噜为何时断时续……这只能靠家长多观察,多互动,甚至探索创新,摸清自己宝宝成长的“小脾气”。如果照本宣科,可能适得其反。

马亚宁

而到了宝宝2至3岁,他(她)开始会说一些较为完整的句子。

方法

在这一阶段,不管宝宝说了几个字,请您帮助他把这句话补充完整,大声告诉他“宝宝要吃饭了是吗”“哦,宝宝请妈妈坐下呀”,给宝宝作“示范”。爸爸妈妈还可以为宝宝买一些图片指给他看,或者为他读读故事书,在这个过程中,将颜色、数字等一些单词之外的信息一起传递给他,告诉宝宝“白色的飞机在蓝色的天空上”“一个小朋友穿了红色的衣服”,这对丰富他语言表达能力有好处。

特别提醒

虽然宝宝开口有早有晚,但是,若发现宝宝2周岁了还不开口说话,还是先带宝宝去医院做一下检查为好。若一切正常,这就是提醒您应该引起重视,多花精力跟宝宝说说话了!

丸子



耐心倾听宝宝说话,能让宝宝越说越自信

图 CFP

·新爸爸育儿日记·

子一见到我就委屈地哭了,却不肯说原因。还是阿姨走过来,笑着说:“你儿子可了不得,拽人家女孩的裤子,我说了他几句,这不,哭个没完……”我顿时严肃起来,回家后板起面孔一定要弄个明白。儿子终于“交待”了:“小惠和我一样,都四岁了,还总是蹲着尿尿,我想教她她不听,还报告老师,呜……”

儿子,成长路上你会经历一些烦恼,甚至磨难,很多事情,我替代不了你。我只能说,小伙子,一路走好。

许永礼