



孩子的欢乐千金难买图 CFP

父母做个好榜样 快乐传递给孩子

大发明家爱迪生的工厂曾经失火，近百万美元的设备化为乌有。67岁的爱迪生闻讯赶到火灾现场，员工们认为面对废墟一片，他一定会暴怒至极。但爱迪生的表现非常镇静，甚至还笑着说：“这场大火烧得好哇，把我们所有的错误都烧光了，现在可以重新开始了。”他的话说明了一个道理：一件事情的好坏，取决于当事人对它的态度。意志坚强的乐观者面对诸多问题，总是抱着仍有可为的态度，遭遇变故会变得更加坚强。正如爱迪生的一句名言：“我的成功乃是从一路失败中取得的。”

要培养孩子乐观的品质，父母首先必须有乐观的思维方式。父母在处理自身问题和家庭问题时的乐观态度，对孩子具有重要的示范作用，孩子通过观察和模仿逐渐养成乐观品质。如果这会儿下雨了，就要引导孩子说“下雨了”，而不要说“该死的天，又下雨了”。因为这样说并不能改变下雨的事实。当然，就算说“太好了，又下雨了”，也不能使雨发生任何改变。可是如果这样跟孩子说，情况就会大不一样：“瞧，太好了，又下雨了！小鸟在歌唱，小草也在歌唱，它们都得到了雨的滋润。”这样就会把快乐

传递给孩子，让他无论面对何种环境，都保持一种愉悦的心情。

父母批评孩子的方式正确与否，显著地影响着孩子日后性格是乐观还是悲观。父母对孩子的批评应该恰如其分，不要把几次错误夸大成永久性的过失，应让孩子体会到孩子自己所犯的错误是可以改变的，并知道从何处着手改变。

孩子对自己的评价很大程度上是建立在父母对他们的评价之上的，因此父母对孩子的言行应以欣赏鼓励为主，并善于发现孩子身上的优势和亮点。掌握以下几个方法，也许可以让孩子比现在乐观一些：

1. 尽可能地去赞赏孩子。
 2. 不要拿孩子的短处和别人的长处比较。
 3. 让孩子明白，失败与挫折并不可怕，重要的是要很快振作起来，调整心理状态，恢复快乐的心情。
 4. 培养孩子广泛的兴趣，并给予必要的引导。业余爱好广泛，孩子自然容易拥有快乐的性格。
 5. 告诉他要活在现在，不是过去也不是未来。
 6. 做事前多做思想准备。
 7. 营造快乐和谐的家庭氛围，也是培养孩子快乐性格的一个主要因素。
- 章剑和

问：从怀孕时的众人宠爱集于一身，到生下孩子后琐事不断，我开始与家人之间产生了无穷的矛盾，心情也越来越郁闷。看着宝宝甜美的笑脸，我当然开心不已，却害怕为该给宝宝穿多少衣服，按需喂养还是按时喂养争吵，是不是每个新妈妈都会与我一样，遇到原来不曾设想的问题？

佳佳妈妈：佳佳出生后，我就和老公经常因为育儿观念不同发生小摩擦。比如，我们推着佳佳到小区花园散散步、晒晒太阳，如果地面不平整，我会提醒老公放慢速度不要震到宝宝，但老公马上提出异议：男孩子不应该那么娇气。就为了这么点鸡毛蒜皮的小事，我们互不相让。但慢慢地，我们都开始反省自己，两人都是为宝宝好，妈妈总是细点心、宠爱点，爸爸总是大大咧咧一点。现在，我们意见不同，就会有商有量，谁对就听谁，不意气用事。最要提醒妈妈的是，千万不要当着宝宝的面争执，虽然宝宝很小，但是他也能感受到父母间的不和谐，他会难过、哇哇大哭的。

鼎鼎妈妈：儿子三个月大

有矛盾，别当着宝宝面争吵



读者参与“雅培妈咪三人行”栏目，可以将自己的问题发到 wan-gl@wxjt.com.cn，或登录新民网 www.xmnext.com；雅培妈妈网 www.ab-bottmama.com.cn 参与讨论。



“伤情检查”是指对儿童受伤情况的观察与检查，一般包括五个要素：

一、外观

主要是观察受伤或患病孩子的清醒度、运动及眼的注视情况。孩子是像平常一样可以活动肢体还是肢体不动了？在其他人的接近时是否有反应？能有眼神交流还是目光无神？对轻微的刺激和触碰是否有反应？对外界的反应方式是否与平时相同等等。

二、呼吸

听孩子是否有异常的呼吸声音？孩子是否一定要强迫身体保持一个固定的位置才能呼吸？呼吸时是否特别费力？一旦孩子出现下列

时，我就回去上班了。因为工作比较忙，有时候要晚上10时、11时才能到家，回去儿子就睡了。次数多了，家里人尤其是老人肯定有意见。我只能尽量向家人解释我的工作难处，取得他们的谅解，而不是因为觉得自己很委屈而大发脾气。有时候也只能自己辛苦点，尽量压缩工作时间。只要看到鼎鼎香甜的睡脸，我的疲惫就一扫而光，心情变得特别好。正如佳佳妈妈说的，大人如果在孩子面前敌对、争吵，会成为坏榜样。宝宝会把这些都看在眼里，记在心里，日后也会简单粗暴地对待别人。所以，有了矛盾，还是要协商解决。

妮妮妈妈：我们请婆婆来带孩子，虽然会有矛盾，但这些都是能应付的。我现在的的问题是和老公，我怪他给孩子的时间太少，他说我过度关注宝宝，冷落了他。开始我不承认，后来反省了一下，发现自己的确忽视了老公。儿子咳嗽了一声，我会急得不得了，老公会在旁边酸溜溜地说：“我已经咳了好几天了。”其实，有了孩子，还是应当偶尔过一下二人世界。夫妻感情和睦了，矛盾自然会减少，相互间也会更体贴，当然对宝宝的成长就会更有利。

【下期题目】

老人们常说“七八岁，狗都嫌”，意思是宝宝到那个岁数就会很调皮，很烦人。可是我家小星星才2岁，就很叛逆，你让她向东，她张口就是：“我不！”气得爸爸老是骂她：“你怎么这么不听话？”听说这个年龄段的宝宝也处于叛逆期，该怎么让宝宝“听话”？不过，我也听说调皮的孩子才聪明，是这样吗？

睡出黄金未来，挑战世界纪录 ——帮宝适金质睡眠之旅瞩目启航

日前，由世界婴儿护理专家帮宝适全力打造“宝宝金质睡眠之旅”活动正式亮相，活动邀请全国的宝宝共同打造世界上最大的马赛克拼图，挑战吉尼斯世界纪录。妈妈们只要在帮宝适网站上传一张宝宝的甜睡照片，宝宝就有机会成为吉尼斯纪录缔造者之一，并可获得纪念证书，成为人生道路上第一个世界级的成长印记！参加活动的宝宝还有机会成为9名这项吉尼斯世界纪录的形象代言人之一，他们的可爱形象将呈现在巨幅吉尼斯世界纪录拼图上，将在明年3月于上海盛大亮相。

本次“金质睡眠之旅”活动，除了与全国宝宝共同冲击吉尼斯世界纪录，还首次披露了中国婴幼儿睡眠专业临床调研报告，报告指出婴

儿睡眠质量与情商发展的重要联系，发现提高婴儿睡眠质量对其成长发展的影响主要体现在可以帮助婴儿改善跟妈妈的互动沟通，提高从环境中学习的能力。参与研究的北京儿童医院的刘玺诚教授指出，在研究中发现，如果婴儿在夜间睡眠时由于外界因素干扰而经常苏醒，那么白天就会表现为“嗜睡到异常活跃”，在和母亲互动交流时注意力或过度迟钝或不易集中，同时不易合作及难于控制，学习效率降低。同时，婴儿也可能会容易处于消极情绪而且持续时间较长。报告还特别揭示了中国父母一些不恰当的育儿习惯，如夜晚检查宝宝是否尿湿和更换尿布等，导致婴幼儿夜间睡眠苏醒频率更高，睡眠质量下降，影响了

婴幼儿的智商和情商发展。

本次活动还推出了婴儿睡眠质量评估体系，帮助家长科学地评估婴幼儿的睡眠质量，从而对婴幼儿的睡眠习惯做出相应的调整。据介绍，这套评估体系是由中国睡眠研究会研制开发，帮宝适与中国睡眠研究会共同推广的一套体系。家长可以通过帮宝适的网站去体验这套评估工具，从而检查自己的育儿习惯是否科学。

据悉，2008年在广州、北京、上海三地还将举办金质睡眠嘉年华活动，让父母们了解和体验更多婴幼儿睡眠护理知识，还可以向有关婴幼儿睡眠专家咨询，对婴幼儿睡眠价值建立正确的认识，提升婴幼儿睡眠质量和促进婴幼儿的成长和发展。

用鳄鱼球培养孩子的情商

我国越来越多的家长关注孩子情商的发展。实际上，欧美国家早就重视在运动游戏中培养孩子的团队协作和情绪控制方面的能力。

在美国，一种叫鳄鱼球的游戏深受家长喜爱，是培养孩子情商的有效手段。游戏中使用的鳄鱼球，最大的特性在于轻巧柔软（鳄鱼球是用泡沫材料制成，安全无毒，外表是高密度的薄膜材质，耐磨耐损，纹理表面适合孩子握住），使孩子不会恐惧球碰到身体带来的疼痛感，在运动中享受更多的乐趣。

鳄鱼球游戏达50种，比如说家庭游戏“暴风雨”，每个家庭成员要捡起“雨滴”（鳄鱼球）扔向任何其他人。当有人被击中时，他就必须坐在地上。如果孩子违规，家长就会干预，引导孩子遵守规则，学会公平竞争。坐着的人只能通

过用球击中某个“站着”的人才能返回游戏。如果孩子输了比赛，家长就会教导孩子如何控制情绪，如何正确应对挫折。

游戏设计者之一莱迪·维斯勒黛尔认为：“游戏是为了提供每一个人都能参与的、活跃的、安全的、有趣的体育活动。在体育活动中培养孩子的沟通能力、控制情绪等情商方面的能力。”

新民购物提供鳄鱼球，想了解更多信息，请登录新民购物 gouwu.xmnext.com。欢迎拨打24小时热线962288订购。

有效手段。游戏中使用的鳄鱼球，最大的特性在于轻巧柔软（鳄鱼球是用泡沫材料制成，安全无毒，外表是高密度的薄膜材质，耐磨耐损，纹理表面适合孩子握住），使孩子不会恐惧球碰到身体带来的疼痛感，在运动中享受更多的乐趣。

鳄鱼球游戏达50种，比如说家庭游戏“暴风雨”，每个家庭成员要捡起“雨滴”（鳄鱼球）扔向任何其他人。当有人被击中时，他就必须坐在地上。如果孩子违规，家长就会干预，引导孩子遵守规则，学会公平竞争。坐着的人只能通

“儿童急症救助”之伤情检查五要素

情况，可初步判定呼吸异常：呼吸时有鼾声，有喘息声或异常高调的呼吸声，哭闹、声音嘶哑、虚弱或无声，大年龄的孩子说话特别费力，每次只能说几个词，因呼吸困难而有烦躁不安的表现，出现窒息情况。

呼吸异常的孩子通常喜欢坐着。如果孩子直坐着，头微抬起，身体前倾（深吸气姿势），呼吸异常深，则很可能是呼吸困难。如果孩子鼻翼扇动（鼻尖两侧随呼吸起伏），也表示孩子呼吸困难。

三、血液循环

通过观察孩子的皮肤颜色是否正常，常常可以发现血液循环是否有问题。血液循环出现问题的孩子

往往会出现皮肤苍白或发蓝、发紫（皮肤青紫）现象。

四、身体活动

察看孩子是否可以坐起来、站起来或是否可以正常移动身体各部位？是否可以握紧你的手，是否在触动他的手指、脚趾，活动他的各肢体、头以及躯干时没有疼痛的感觉？需要注意的是，如果孩子不想动，千万不要强迫移动他的身体，但可以轻轻地触碰他以了解他的运动是否正常。

五、其他情况的检查

如果孩子可以说话，可以问他哪里痛，让他指出。你可能需要掀起孩子的衣服轻轻碰下孩子受伤的部位。

如果发生以下情况时，需要首先拨打急救电话：

- 孩子表现异常或意识不清
- 呼吸困难、不能说话
- 皮肤或嘴唇颜色发蓝、发紫或发灰
- 节律性肢体抽动或惊厥
- 没有反应或反应迟钝
- 头部受伤后出现意识不清、头痛、呕吐、情绪异常激动、不能走路
- 任何部位严重的疼痛
- 大范围皮肤切割伤或烫伤、血难以止住
- 呕吐物中有血
- 孩子出现头痛、发热以及头颈僵硬症状



■ 孩子出现明显脱水症状：眼眶凹陷、哭时无泪或没有尿、嗜睡

■ 突然出现大范围紫色或红色皮疹

■ 大便中有大量血

■ 冻伤或中暑

上海市教育发展基金会
强生家庭健康关爱计划
由强生(中国)有限公司衷心呈献