

# 入园哭潮来袭 爸妈如何应对



入园第一天, 幼儿园门前上演着各种不淡定: “妈妈, 你别走, 我不要离开你!” “妈妈, 你不能不要我。” “不去不去, 不去幼儿园!” 很远的距离之外就能听到幼儿园门口满天的哭闹声, 孩子第一次与父母分离, 不知你经历过哭闹大战吗? 看着宝宝撕心裂肺的哭声, 父母要怎样做?

1. 所有的孩子上幼儿园第一天时都会哭闹吗?

孩子上幼儿园哭闹主要是由于孩子感觉要离开最熟悉、最亲的人, 自己独自面对陌生的老师、小朋友, 接触陌生的生活环境。这让孩子心生恐惧, 面对恐惧他们只能用最熟悉的情绪——哭闹来表达。所以爸爸妈妈一定要知道, 孩子入园哭闹是正常的反应。

2. 孩子在入园时大哭, 但多数进入班里后就没事了, 孩子是专门哭给家长看的?

这个年龄段的孩子很容易受到情境的影响。比如有的孩子看到别人哭, 自己也会莫名其妙跟着哭, 但是当孩子离开了当下那个感觉悲伤的环境, 很快就会恢复。另外, 孩子的注意力很容易被转移, 当进了班里后, 如果小朋友们也没哭, 同时又看到了新的事物, 他们的注意力就很快会被转移。孩子哭并不是专门给家长看的, 而是他当下的发展到了这样的阶段。

3. 孩子多长时间进入幼儿园就

不再苦恼了?

从正常的时间角度来看, 7~15天左右, 断断续续哭闹都属于正常, 一般情况下一个月基本能适应。但是如果孩子连续哭闹一个月以上, 哭闹强度是加剧的, 需要引起父母重视, 要具体分析孩子情况来找到解决的方法。

支招: 父母试试这样做

1. 持之以恒送孩子

父母既然决定送孩子入园, 除特殊情况外, 就一定要坚持不懈, 不能因为孩子哭而半途放弃, 心软不送幼儿园, 其实孩子很聪明, 不要让他们利用家长的心软心理“无理取闹”。

2. 送完孩子立即离去

有不少父母把孩子交给老师

后, 还是迟迟不肯离去, 站在院子外面观望, 这样非常影响孩子的情绪, 增加孩子的不适感。每位家长送完孩子后即可离去, 相信老师会用适当的方法转移孩子的注意力, 使孩子投入到幼儿园的生活中去。

3. 离园后多表扬

孩子来到陌生环境, 需要父母多鼓励孩子, 每天接孩子回家时, 及时地表扬孩子, 夸他“能离开妈妈了”, 同时, 引导孩子诉说到幼儿园里快乐的事情。

4. 不要当着孩子的面叮嘱老师

有些父母送孩子入园, 当着孩子的面, 对老师千叮万嘱咐, 希望老师给予关注。这样会适得其反, 把自己的焦虑情绪传递给孩子, 让孩子觉得在幼儿园没有安全感。

## 今天, 你拥抱了你的宝贝吗? ——中国爸爸“弱抱”了话题引爆微博网友热议



《爸爸去哪儿》第三季正在热播, 本季《爸爸去哪儿》亲子真人秀节目由刘烨父子、胡军父子、夏克立父女、林永健父子、邹市明父子组成全新嘉宾阵容。该节目热映同时, 也带热了微博上的一个话题——中国爸爸“弱抱”了。

所谓“弱抱”了是指中国爸爸在日常生活中缺乏主动的给予儿女拥抱。在大多数中国爸爸眼里, 拥抱是一种张扬的情感表达, 对于儿女之间, 爸爸更多地扮演的是家长的角色。因此, 不少父亲并不擅长于用拥抱来作为情感的表达。在微博话题 # 中国爸爸“弱抱”了 # 中, 网友“做南丁格 oF 尔的梦想”评论称: “中国的爸爸表达对孩子的爱时, 常用两招, 一招叫“默默”, 一招叫“静静”, 但是孩子们对这两招可不感冒。所以爸爸们, 勇敢拥抱孩子, 表达你的爱, 别让人觉得你真的弱抱了。”

李嘉诚先生在回忆自己所受的家庭教育时, 曾经非常深情地说: “最难忘记的是父亲的拥抱。我至今还清楚地记得, 稳健而富有涵养的父亲, 与我亲密接触时, 常常会忍不住紧紧拥抱我, 并把我举得很高……”

有调查表明, 有 70% 的孩子喜欢父母的拥抱, 有三分之一的孩子认为人的一生都需要父母的拥抱。心理学研究发现, 人都有一定程度的“皮肤饥饿感”, 在父母与孩子的众多接触中, 以抱着孩子和搂着孩子的肩膀最能使孩子产生强烈的幸福感和安全感。

记者在微信发起的小调查“过去的三天小长假里, 你有跟孩子拥抱吗?” 共有二十位爸爸参与调查。结果显示, 在过去的三天小长假里, 外出短途旅游的家庭比例高达 70%。无论是本省游还是省外游, 在旅游过程中, 仅有三位爸

爸明确表示在旅途中与儿女有过拥抱。而发生的场景多是因为儿女旅游疲劳或者心情低落时。别的爸爸则表示, 没有印象或没有与儿女拥抱的过程。其中一位爸爸表示: “没有拥抱的习惯是因为我从小就教育他们要坚强, 旅途中一点点苦和累算不上什么”。

好爸爸不仅要给予物质的保证, 也要给予精神世界的呵护。在采访中, 著名亲子教育专家、《让孩子快乐的亲子关系》作者刘勇赫表示, 中国的爸爸在面对拥抱这件事情时, 是比较含蓄而内敛的。这种表达方式来源于父辈的生活方式, 也与中国传统文化息息相关。父子子, 将父亲与孩子分割开来。对于拥抱这一行为来说, 国内外确实在这方面不太一样。我们的好爸爸形象是挣钱养家的顶梁柱。很多人认为亲子陪伴或育儿是母亲的事情。西方爸爸弱化了顶梁柱角色, 和孩子一起玩耍教育是生活的一部分。刘勇赫认为, 主动和孩子亲昵, 越早越好。要学会大胆说爱, 大胆拥抱。要知道这比起买贵重玩具更能体现父亲的存在。此外, 可以从亲子互动入手, 渐渐走入孩子的世界。比如亲子阅读与亲子游戏, 和高质量陪伴中最能维护良好的亲子关系。

## 纽约半数华裔新妈妈回职场就断奶

据美国《世界日报》报道, 纽约市卫生局最新报告显示, 纽约市新生家庭使用母乳喂养人群比例不一致, 亚裔群体和太平洋岛民合占比例的 24%, 白人母亲会在孩子出生后用母乳喂养的比例较大, 约有 44% 的白人母亲使用母乳喂养。

华裔小区医生表示, 在华裔小区里, 约有五成新生华裔母亲使用完全母乳喂养, 而剩余的五成新生母亲则混合奶粉和母乳喂养或完全奶粉喂养。很多华人碍于经济压力会自动缩短产假, 产后急着上班, 工作忙碌和压力之下, 就提前断母乳喂养。

卫生局已准备了一系列以小区为基础的举措, 包括解决母乳喂养的比例差距。卫生局局长芭赛特表示, 婴儿出生后的六个月是吸收营养最佳时间段, 但种族文化、家庭收入等影响, 许多纽约新生妈妈在孩子出生后数周内就会停止母乳喂养。民选官员和小区组织、医院都应该共同合作, 尤其是高贫穷小区和有色人种小区, 帮助消除新生家庭的障碍。

## 嘲笑带给孩子怎样的体验?

有这样一个男孩, 喜欢用水彩笔画线条画, 画面会包含很多的场景信息, 但是无论怎样都不爱涂色, 画室人多的时候会退缩、畏惧, 不敢进入。随着在老师在画室的慢慢引导, 孩子逐渐感觉到周围人都比较友好后, 小男孩又会转变成为一个社交达人, 跟所有人都会很熟络, 让所有人都很喜欢。这样前后强烈的行为反差, 让家长怎样都捉摸不透是怎么回事, 后来孩子说, “大人们都喜欢嘲笑小孩”, 才意识到原来是怎么回事。

大人们喜欢嘲笑小孩? 不少人会反驳, “怎么可能呢, 我们都很爱孩子的”! 可现实生活中确实有很多大人以逗弄孩子为乐, 当孩子为了一件事急得团团转, 不知所措而不得不采取重复动作的时候, 我们会一下子被孩子的行为逗乐, 然后就故意不去帮忙, 让孩子多转一会儿。

在这个过程中, 孩子是很无助的。小小的孩子能力有限, 很多目标他是没有办法独立完成的, 此时, 除了自我摸索之外, 还需要大人们的示

范、引导, 若是这个时候, 我们只是觉得好玩, 不断地笑他, 他的内心是非常挣扎、不解与无助的: “为什么我着急成这个样子, 大家却在笑? 为什么我明明发出了求助信号, 却没有人理我? 为什么大人们会笑话我们小孩?”

在这个过程中, 孩子的自尊心、自信心会受到打击。当孩子想要通过自己的努力完成任务, 却总是差一点点时, 我们的笑会让孩子迷惑, 难道我做的不对? 原来, 大人们就是在取笑我们的! 我再也不要自己去做了,

## 宝宝刚洗澡别马上睡觉

很多父母喜欢等孩子玩够了、在临睡前给洗个澡。这样做会出现两种截然相反的结果: 一部分孩子会马上睡着, 另一部分孩子会在床上翻来覆去睡不着。从医学角度来讲, 孩子刚洗完澡最好不要让他马上睡觉, 否则会对他们的生长发育产生一定的负面影响。

洗完澡全身血液循环加快, 机体新陈代谢增强, 大脑耗氧量增加。洗完澡后因为能量消耗过度, 会导致身体处于一种非常疲劳的状态。这个时候若让孩

子马上睡觉, 有些孩子虽然立刻就睡着了, 但这是一种被迫的睡眠状态, 对孩子的健康不利。

孩子刚洗完澡, 全身毛细血管处于扩张状态, 容易受到外邪侵袭。因此, 应该在孩子睡前一个半小时左右洗澡, 洗完澡后给孩子讲讲故事、听听音乐, 让他彻底放松下来, 等到睡觉时, 孩子的体温刚好降到适宜睡眠的最佳温度。如果孩子因为某种原因必须在睡前洗澡, 那么我们可以适当调低水温, 缩短洗澡时间。这样有利于降低头部温度, 提高睡眠质量。



图 TP