6方法约束过度任性的宝宝

有些孩子在自己的要求得不到满足的时候,就会坐在地上大哭、扯着父母哭闹、发脾气乱扔东西等来表达他们的不满,这其实就是孩子任性的表现了。任性是孩子普遍存在的问题,但是如果父母放任孩子的任性,就将会影响孩子的心理健康和以后的人际交往。下面的六个方法对治理任性宝宝可有用呢!

1、采用"负强化"的方法

任性,哭闹,家庭教育当孩子任性时,有的家长大声训斥、恐吓,甚至打骂,这不仅无益于问题的解决,还有可能造成孩子的逆反心理,使孩子进一步用任性的行为来与家长抗争。家长可以用"负强化"的方法,即以不予理睬的方法来对待孩子的任性。

例如,孩子吵着要买玩具,甚至在地上打滚,父母可采取不劝说、不解释、不打骂的方法,让孩子感到父母并不在意他的这些行为。

当孩子闹够了,从地上爬起来时,父母可以说:"我们知道你不开心,但你现在不闹了,真是一个好孩子。"并表示出高兴、满意和关心,跟孩子讲道理,分析他刚才的行为对不对。

2、在情绪上表示理解

在情绪上表示理解,但在行为上要坚持对他的约束,如吃饭的时候,孩子忽然想起爱吃的菜今天没有,就生气地拒绝吃饭。即使冰箱里有原料,母亲也不应该迁就孩子给他做,应明确表示饭菜准备好了,就不应该随便更换。如果孩子继续闹,可以让他饿一顿,等他感到饥饿时,自然会找食物吃。

3、采用暂时回避的方法

有些孩子的不合理要求没有得到满足就纠缠不休,这时,家长可以暂时不去理他,让他感到哭闹的方法是无效的,他就会停止。事后可以与他坦诚地交流,让他说明原因。在这时再进行说服教育工作。这种方法对于理智水平较差的家长可能难于做到。

4、榜样暗示法

当孩子出现任性行为时,家长可以用电影、电视或图书故事中的典型人物的具体形象、具体情节和行为活动给孩子看或讲给孩子听,使他从中受到暗示,得到启发和教育。

5、有趣物体吸引法

家长可以从孩子任性的指向性和动机中发现一些蕴藏着的积极的可培养的心理因素,即所谓的"闪光点"加以诱发和引导。这样做,可保护孩子的自尊心,当然,解决孩子任性的方法还很多,关键在于培养孩子认识和判断事物的能力。

6、转移孩子的注意力

孩子注意力集中的时间比较短,父母可以利用这一特点想办法转移他的注意力,改变孩子的任性行为。如一个跟着母亲购物的儿童,在商场里玩得很上瘾。母亲急着赶回家,可他就是不愿意走。

如果母亲说,"我们回家吧。"他可能坚持要在商场玩;如果母亲说,"走,妈妈带你去坐汽车。"他可能愉快地答应了。然后妈妈领着他坐公共汽车回家。

酷暑时节 BB穿衣那些事儿

炎热的夏天,无论是大人还是宝宝,穿衣都应随着季节做相应调整。此时,妈妈要把握好季节和天气的变化,根据宝宝自身身体情况给其穿衣,以小朋友最舒服的状态为判断标准。

多穿短袖短裤 在炎热的夏季,小朋友穿衣宜少不宜多,宜穿宽松、轻便、浅色系的衣服。女宝宝可穿无袖或小短袖连衣裙,男宝宝推荐穿短袖或背心+短裤或背带裤,衣服可以遮盖住胸部、腹部一般就不用担心受凉。另外,最好给宝宝准备宽沿的布凉帽。

适度增减衣服 若是有小朋友在房间,空调温度应保持在26℃左右,不宜过低或老是变化。如需带孩子外出,请留意室内外温差,给孩子适当增减衣物。

不要过于暴露 不要让宝宝穿得太暴露,特别是在阳光下,这是因为宝宝皮肤里用来遮挡紫外线的黑色素细胞发育尚不成熟的缘故。若是孩子外出时衣服太暴露,那么裸露在外的皮肤容易被晒黑、晒伤,引起发红、疼痛等问题。所以即便天气再热,也不要让宝宝光溜溜不穿衣服。

质地宜全棉 现在,市场上推出一些新面料,宣称比穿棉更舒适、凉爽、透气。其实纯棉仍是最佳选择。它安全性高,而且很柔软、透气,吸汗性也很不错,适合宝宝穿着。考虑到宝宝皮肤很娇嫩,而夏天的衣服基本上是贴身穿着,衣服的面料选择更要小心。

杜绝过多饰品 对于孩子来说,尤其是未满周岁的小宝贝,所穿衣物最好不要有金属附件,夏天更要注意这一点。小朋友的衣物宜以按钮为主,拉链、明扣等都可能使宝宝娇嫩的肌肤受伤。

强行止哭不利儿童心理发育

妈妈常对摔倒的孩子说:"不哭,自己爬起来。"这里其实有两个意思:"不要哭"和"自己爬起来"。孩子摔倒了,可能摔得很疼,所以妈妈硬要孩子不哭,是很难做到的,不哭并不就是坚强的表现,自己爬起来才是最重要、最坚强的表现。妈妈要坚持的是让摔倒的孩子自己爬起来,只要他自己爬起来,妈妈也可以说是达到目的了,因为你的孩子已经足够坚强。那么孩子摔痛了哭出来,又有什么关系呢?

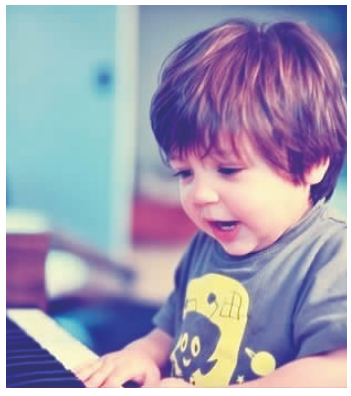
妈妈可以让孩子尽情地哭,但不要太在乎他的哭声和眼泪,这是孩子自己的事。你可以体贴地用语言来安慰他,但不要代替他去解决难题,要让孩子自己想出办法,发觉自身的力量,不然的话,他就会对别人产生依赖心理,而疏忽对自己能力的培养,也就无法成熟起来,到了那时侯,他就真的成了一个只会哭泣的孩子。

强行止哭不利儿童心理发育。偶尔在父母"高压政策"下,孩子会停止哭,父母还以为此法奏效。殊不知,这样做对孩子的心理发育将带来不良影响。由于孩子语言发育尚未成熟,不会使用合适的语言来表达,而将不满、忧郁积压在心中,并以异常的心理或行为表现出来。例如,脾气变得暴躁,甚至出现打人、骂人等攻击性行为;与小伙伴很难相处、不合群等。

从小听音乐 未来数学学得好

听着音乐、唱着歌、伴着节拍长大的孩子会更多应用自己的味觉、嗅觉、触觉、视觉和听觉。研究人员认为音乐为大脑内细胞构建了更多的联系,研究表明积极参与音乐的孩子在开始上学时更擅长阅读和数学;更能集中注意力、控制自己的身体;和他人相处地更好,有更高自信。

你可能已经注意到你家孩子可以保持稳定的节拍,而你可以通过鼓励孩子倾听日常生活中的节拍,来帮助孩子练习自己的节奏感。比如,向孩子指出钟表弄出的声响,询问孩子这个节奏是否稳定;然后问问孩子汽车喇叭或狗叫声是否稳定。你可以跟着孩子最喜欢的歌曲鼓掌或打节拍,鼓励孩子跟着你一起。



你还可以通过动作和小道具让音乐变得更可视化,比如围巾可以表示音乐的起伏,当你唱高音的时候就把围巾举过头顶,唱低音的时候就把围巾靠近地板。或者当你听到高的、安静的音乐时,让孩子用脚尖走路,听到响亮、缓慢的音乐时让孩子跺脚。

将音乐和动作结合起来,这样有助于孩子学会控制自己的身体,让他们学会在快的音乐里快速移动,慢的音乐里慢慢移动。他们还能学会手部动作和简单的舞蹈动作。学会身体控制是非常重要的一项发展,有助于以后孩子集中注意力和自我控制的发展。

【焦点关注】

为什么宝宝的注意力越来越分散(上)

如今,越来越多的家长意识到孩子专注力的重要性,注意力是记忆和思维的基础,和学习能力密切相关。在近日由中国福利会主办的2016上海国际少儿生活方式展上,面向学龄前儿童及家庭的专题工作坊——注意力测评+小型家庭指导讲座"日常生活中我们如何促进儿童的注意力发展"受到家长们的积极响应,百余个名额于2天内全部预约一空。

项目负责人、中国福利会信息与研究中心(宋庆龄儿童发展中心)教育研发部副主任宁夏向记者介绍:"我们研发的这款注意力测评工具需要专业测试人员通过一对一引导展开,简版测试依据儿童不同水平,测试时长约为30–50分钟左右,工具涵盖视觉、听觉、视听觉等不同通道多种维度的注意任务,引导孩子发现自己的注意力潜能,帮助家长了解孩子注意力特点和水平。同时家长还将聆听专家讲座,学习日常生活中易操作、实用有效的注意力训练游戏与方案。"

美国微软公司于2015年就现代科技对人们注意力时长和质量的影响做了一项调查,研究发现,人类平均注意力时长已从2000年时的12秒下降到如今的8秒,甚至比普通金鱼还要短1秒。同样我国的情况也不容乐观,中国关心下一代工作委员会事业发展中心联合中国社会心理学会展开覆盖全国五大区域八大城市的大规模青少年注意力状况调查,结果显示:仅有58.8%的被访学生自认为能在上课时集中注意力,仅有39.7%的被访学生表示能坚持集中精神听课30分钟以上。

究其原因,讲座中宁夏给出了第一个直观的对比与解释:同样播出的30秒动画片,上世纪80年代的国产动画只有3–4个镜头切换,而现在热播的《喜羊羊与灰太郎》30秒内的镜头切换多达近15次。"现代社会,各种科学技术和新媒体的崛起是人类现代文明的一种标志,为人们带来生活便利的同时也提供了更多且更优的体验机会,这一趋势不可逆且应给予肯定。然而,商家出于盈利目的不得不创造出为吸引受众眼球的高刺激产品,以及物质生活的日益丰富,都在'推'着孩子走,这无疑对降低孩子的专注力做出了'贡献'。"

"我家孩子做作业注意力不集中、磨蹭,怎么办?""老师,我孩子特别爱动、调皮,是不是多动症呀?""我家孩子很聪明的,就是经常有点小粗心。""我家宝贝注意力不错,看动画片时非常专注。"现实中,不少家长正在遭遇类似的"难题"。他们为此不惜花重金送孩子进早教中心、培训机构寻求"专业"的辅导,但在从事了家庭教育十年、儿童注意力研究七年,通过对300多个家庭的案例研究、40余户家庭的长期跟踪调研的宁夏看来,家庭对儿童注意力的影响及干预效果至关重要。

虽然如今"大环境"发展不可避免,但另外还有一个不可忽视的原因,就是家庭。随着孩子一天天长大,家长对孩子的要求也日渐增高,使得家长与孩子之间的积极互动终止或进入消极循环。"不少家庭中,'积极的互动关系'正日益缺失。而在孩童阶段,这种'互动关系',正是帮助儿童来定义自己的为人的根本,未来的潜能,以及自己生命对周围人和社会的最重要一环。"

(未完待续)记者 郭爽