

大 S 这样教孩子,婆婆都不敢挑刺

用力过猛反弹适得其反

可能你不理解大 S 为什么这么做,她的想法是这样的。她说自己在家从来不扮黑脸,是个“超级白脸”。女儿一天到晚拿口红到处涂鸦,她不但不发脾气,还会冷静地和女儿说:“宝贝画完没?画完妈妈要把它收起来咯!”大 S 坦言,其实自己看到也很昏倒,想要发脾气。可是她考虑到也许这会

影响小孩的创意发挥,她不想用大人的想法去限制女儿的行为,这对孩子的个性发展是一个很好的保护。这样另辟蹊径的教育思维,让人不禁想要为她点赞!

其实大 S 的这种教育方式早有来头,被称作“放任教育”,国外早已有人这么做了。但是,我们得明白,放任教育不是对孩子完全撒手不管,而是不去压抑孩子的个性发展,别用自己成熟的思想去禁锢孩子多面的未知发展潜力。

很多家长,在孩子教育这件事上用心良苦。可能孩子还在襁褓中时就读唐诗给他听,为了早早开启启蒙教育。大到说话怎么样可以发音标准,小到怎么拿筷子怎么玩,方方面面都会给予孩子指导。家长们总会时时刻刻纠正孩子的每一个小细节,比如“手上

六年前,大 S 和汪小菲闪电结婚的消息震惊了所有人。如今,大 S 生了一儿一女,教育孩子也有自己的一套理念,深得婆婆张兰的欢心。近日,大 S 接受时尚杂志专访,说道女儿很喜欢拿口红到处乱画。别的家长也许会崩溃喝令制止孩子这么做,但是她却放任女儿这么做,她说:“因为你不知道她当下正在创造什么。”这话一出,引来很多网友的点赞。

的水没擦干净,再去擦一下”,“别穿那双鞋,这双和你的衣服搭配好看”等等。这样一来,孩子性格变得内向也不听话,还很颓废。家长们还在那里叫屈喊冤,自己已经做到这样了,为什么老天这么对他。

孩子不是一块儿石头,你想怎么雕刻就会变成你要的样子。孩子是一个弹簧,你用力过猛最后只会反弹适得其反。有时候,放任孩子去发展自己的想法和创意,也许会有意想不到的效果啊。

“不管”就是最好的“管”

家长对孩子管制太多,孩子的许多正常生长秩序就被打乱了。虽然这



图 TP

样看起来好像是家长们对孩子特别用心,可实际上家长的行为里教育更少更多地是“指令”和“监视”。指令和监视当然不是教育,教育如果这么简单,每个家长都可以称心如意,那就再也不会有恨铁不成钢的悲哀了啊。

可能现在大部分家庭都是一个孩子,家长们有的是时间和精力去管理孩子。我们也越来越意识到儿童教育的差异主要体现在家庭教育上,所以每个爸妈从一开始都加满了油,要把自己的孩子教育得比别人好。不过儿童教育应该是件更重艺术而不是辛苦的事吧,方向不对做的都是无用功,只会把事情变得更糟。

在孩子面前,家长这样无孔不入

地管理和监督,更像是一只老虎对着兔子展示自己的权威。乖巧的兔子怎么可能会喜欢张牙舞爪的老虎呢?被逼急了也是会奋力反击吧。那更别说孩子了,人的天性也是一样,没有人喜欢自己眼前每天都有一个权威随时等着挑刺责骂。

时间长了,一个被管制太多的孩子,会逐渐从权威家长手下的“听差”,变成自身坏习惯的“奴隶”。不是他现在不想摆脱,只是没有能力摆脱,等到有一天有能力了,傻眼的就是家长了吧。

给孩子足够的放松空间

有的家长会训斥孩子说,“我小时

候家里孩子多,爷爷奶奶忙没人管我,我能走到今天都是靠自觉啊。现在我和你妈这么关心你,每天花那么多时间陪你,你却总是不自觉。”家长啊,正是因为你小时候没人管,才学会了自觉啊。孩子现在这么不自觉,就是因为你管得太多,他缺少培养自己自觉的机会。

你可以强迫一个孩子坐到书桌前,目光集中放到书本上,手里拿上笔——即使他的躯体都到位了,恐怕没有人能让他的心思也到位吧。在教育的过程中,有时候“不说”是比“说”更难做到的事情。可能孩子的行为每天都在挑战你的心理忍受极限,这时候家长需要足够的理智和耐心去消解这件事。

孩子的世界是一个完美独立存在的世界,他幼小的身体里藏着无限蓬勃的活力。他在生命的成长中有一种自我塑造、自我形成的表达潜力,过多地干涉只会扼杀他和别的孩子的差异个性和特质。

教育孩子就像放风筝,你紧紧拽住手里的线,风筝永远无法飞得更高。放出手里的线,孩子才能像风筝一样飞得更远。但是,完全放手不管,那孩子就像断了线的风筝,离你越来越远。

王杨

【育儿宝典】

宝宝乳糖不耐受是因为人种关系?

我的一个朋友是上海光明乳业当年学生课间奶项目的负责人。项目推广了一段时间后,每个学校都陆续报告说,不少学生喝了牛奶后,出现拉肚子、腹泻腹胀的情况。光明不敢怠慢,严把质量关、卫生关,控制每一个卫生环节,但喝完奶后拉肚子的情况一点也没见减少。学校见状纷纷打退堂鼓,任凭光明乳业进行各种公关,学生的课间奶项目最终还是夭折了。后来朋友在复盘的时候才弄明白,原来他们输给了“乳糖不耐受”。

乳糖不耐受,其实就是由于人体内乳糖酶分泌不足,不能完全消化分解母乳、配方奶或牛奶中的乳糖。宝宝如果长期缺乏乳糖的吸收利用,容易出现消瘦、乏力等营养不良表现,免疫系统功能也随之下降。

乳糖需要被分解,才能吸收利用。乳糖酶就是用于分解乳糖的一种酶。乳糖酶存在于小肠黏膜表面,所有人在婴儿期都可以产生足量的乳糖酶,它可以将乳糖分解成葡萄糖和半乳糖,使我们的身体顺利吸收利用。如果乳糖酶分泌减少,就不能完全消化和分解乳汁中的乳糖,使部分乳糖被结肠菌群酵解成乳酸、氢气、甲烷和二氧化碳。乳酸刺激肠壁,增加肠蠕动,宝宝会出现腹泻情况;二氧化碳使肠道胀气,增加肠蠕动,宝宝会感觉肚子不舒服,还可能会诱发肠痉挛,出现肠绞痛。

如何判断乳糖不耐受?

严谨的话,必须进行临床诊断、呼气测试、粪便乳糖测试、尿半乳糖测试等。比较通俗的办法是:“三看”看宝宝的便便:有没有奶瓣,有没有水样便或分离的蛋花样便,有没有很多泡沫。“两听”是不是经常听到咕噜咕噜肠鸣音,是不是很多屁。“一闻”宝宝的大便有没有酸臭的味道。

宝宝乳糖不耐受怎么办?

母乳喂养——即使出现了乳糖不耐受,也不要慌张,母乳喂养的宝宝,可以在每次母乳喂养前添加乳糖酶。乳糖酶在药店里可以买得到,一般服用 1—2 周,具体使用方法要根据产品说明结合宝宝的实际情况而定。

配方奶粉喂养——配方奶粉喂养的宝宝,可以在每次配方奶喂养前添加乳糖酶,或者换用不含乳糖的腹泻配方奶粉。腹泻配方奶粉不宜长期吃,停止腹泻之后,应换回普通奶粉,换回时要注意循序渐进,比如前三天可以先在腹泻奶粉中添加三分之一普通奶粉,过三天再过渡到 1:1;不断地调适直到转回普通奶粉。

已经添加辅食——要注意回避含有乳糖的食物。乳糖不耐受的宝宝,不管吃羊奶还是牛奶都会出现腹泻情况。因为乳糖酶缺乏才是问题的实质。

姜妍静

【绘本荐读】

《我的小小忧伤》 用图文抚慰孩子的心灵

《我的小小忧伤》文字作者艾瑞克·爱格雷贝特是法国著名的儿童心理专家、医学博士,他将自己的儿时体验与其他孩子的生活经验转化为真实且富同理心的故事,帮助孩子和家长更好地面对成长中的各种情绪挫折,快乐、健康地成长。《我的小小忧伤》第一辑共 8 册,包括《其实不是我的错!》、《爸爸总是不在》、《妈妈生病了》、《奇怪的尼

农》、《这不公平!》、《你不再是我的朋友了!》、《我的狗狗死了》、《我有两个家》8 个故事,讲的都是孩子成长过程中遇到的小烦恼。同伴关系、家庭关系、自我发展、生命议题等,从生活中常见的困扰开始,包括对外表的自卑、和朋友吵架等,每本书中的故事都是发生在孩子身边的事,或是说他们的生活,所以对孩子来说,很容易产生代入感。

王林



【新手妈咪】

母乳不足? 你是否跌进了这些误区? (三)

统计表明,在德国、美国,让妈妈们断奶最主要原因是“母乳不足”,其次是乳头皲裂、乳汁淤积、乳腺炎、乳头扁平或凹陷等。母乳不足是全球统一的喂养问题吗?也许你陷入了误区。

误区四:我家宝宝吃不了几分钟母乳就开始烦躁!

这种情况,一般多见于那些被“奶瓶”喂养过的宝宝。因为奶瓶的流速较乳房均衡而稍快,使得孩子对乳房的流速产生了混淆。乳房的流速是波动的,刚开始流速慢,奶阵(喷乳反射)来的时候流速加快,奶阵结束后流速减慢,然后是下一次奶阵。

对于新生儿而言,要尽可能避免奶瓶喂养。如果因为婴儿早产或者其它原因需要用到奶瓶、勺子的时候,

要尽量让流速变慢。

还有些时候,宝宝刚含上不久就开始烦躁,这可能是妈妈的喷乳反射过快过强。妈妈可以让这个奶阵过去之后再哺乳。注意频繁哺乳,不要间隔时间太长,避免在奶很涨的时候才哺乳。宝宝在烦躁时,不要强行哺乳,而是耐心进行肌肤接触,等宝宝情绪平稳,再让他自己来吃奶。

误区五:我好像没听到宝宝的吞咽声

初乳的阶段,吞咽声几乎是听不到的。而到了成熟乳阶段,吞咽也不是像成年人那样咕咚咕咚的声音,而是类似吐气,发出“呵、呵、呵”的声音。

“当宝宝吃到奶水时(只是含着乳房出现一些吸吮的动作,并不表示宝

宝吃到奶水),你会看到宝宝的下巴在嘴巴张大到闭起来之前,会停顿一下。所以完整的吸吮是:张大嘴巴——暂停——合起来。当你看到这样的暂停动作,就表示宝宝从你的乳房上吃到大口的奶水。”婴儿吃奶时是警醒的,眼睛睁大,深而长地吸吮。

误区六:乳房老是软软的,一点也不涨,是不是没奶?

乳房软软的,并不表示奶少,如果宝宝尿量、精神状态和体重身高指标都正常的话,那么恭喜你,你已经达到母乳平衡了。母乳供需平衡从乳房外形上来看,就是乳房会变小,变软。这其实是最棒的状态,千万不要以为只有一直涨奶才是奶水充足的证明。(完)