

宝宝有些“怕黑” 别逼他“勇敢”

家长应当多关注并及时安抚

幼儿的恐惧心理是在早期发展中的一个正常方面。心理学研究的结果进一步证实,足有百分之九十的幼儿在学前期存在着某种程度的恐惧心理。这些恐惧心理也许具有其真实性,例如害怕闪电;也许完全是幻想和虚构,例如惧怕鬼魂。更多的小朋友怕黑,常常幻想黑暗中会有怪物扑向自己。

宝宝难免心生恐惧

幼儿的恐惧心理通常在二岁左右就产生了,虽然他们的活动范围越来越大,但仍有许多不能理解的未知事物,有时难免心存惶恐。另外,家长在宝宝面前随便地谈这谈那,也会引起他的恐惧。当然,孩子有必要知道家庭生活中一些常见的事情,诸如电炉会着火、走路不慎会跌下楼梯、盗贼会钻进屋子、幼小的孩子会淹死在水深只有几英寸的浴缸里面等等。但如果大人喋喋不休地谈论着可能会发生的不测,将会使孩子遇事惊恐万状,而不是谨慎细心地对待一切。而最常见的是家长为了使宝宝就范,就对他加以恐吓,比如再不听话就把你送人等等。这样做只能增加孩子的焦虑和不安,让他变得胆怯和意志薄弱。

家长不要严加指责

家长应该自始至终认真地对待幼儿的恐惧心理,绝对不要恶声恶语地对孩子的恐惧心理加以指责,诸如“你年龄大了,做出点样子来”,或者“你的一举一动倒像个抱在手里的娃娃呢”,这样的说法只能加剧孩子思想上的波动、焦虑和担忧——



■ 首先,查明和确定孩子产生恐惧心理的真正原因,然后加以分析和判明,就可以有的放矢地予以关注和爱抚。

■ 其次,您应该向孩子表明,他自己完全可以正确地处理好这种恐惧心理,他也完全有能力对付这种恐惧心理。

■ 第三,当孩子在克服恐惧心理方面迈出了一大步以后,您必须给予更多的肯定和鼓励。家长应该持续不断地表扬孩子,并使孩子深信自己会取得更加卓著的进步。这一做法颇得成效。它有助于促进孩子树立起坚强的自信心。

必须指出的是,孩子对于存在着潜在

危险的事物和情景所滋生的畏惧感,是一种完全正常的反应。孩子为了不致伤害自己,会回避一些危险的事物,诸如道路上的洞坑、沸腾的开水和疾驰的汽车等等。对于孩子出现的这种正常反应,我们必须予以充分的肯定。

【相关链接】

病态性的恐惧心理及其判断

幼儿的病态性的恐惧同一般性的恐惧有着相似之处,但病态性的恐惧更有其弥漫性和渗透性。五岁幼儿詹尼弗怕猫,远远看到猫,就会匆匆逃走。六岁幼儿罗斯也怕

猫。当她在电视中或者在书本里的插画上看到猫,甚至听到别的孩子偶尔提到猫的时候,就会害怕得号啕大哭。综上所述,詹尼弗对猫存在着一般性的恐惧心理,而罗斯对猫则存在着病态性的恐惧心理了。

为了测定孩子属于一般性的还是病态性的恐惧心理,您可以对下述问题作出回答:

■ 孩子面临着恐怖的事情时,他的焦虑不安是否只是显露出对事物本身的恐惧?

■ 孩子一旦离开了受惊物以后,他的恐惧反应是否随之消失?

■ 孩子在非直接情况下(例如在看图画、电视或在一般性的交谈中)看到或听到他所畏惧的事物时,是否呈现出高兴的神情?

■ 孩子经历了恐惧以后,他的日常生活是否未受影响(这里不包括突然面临恐惧时的具体情景)?

如果您对这些问题的回答是肯定的,那么,幼儿只是存在着一般性的恐惧心理。它会随着孩子的日渐成长和自信心的不断增强而逐渐趋于消失。

如果您对这些问题的回答是否定的,那么,幼儿的恐惧感可能存在着极大的心理障碍,有必要进行周密的考虑。

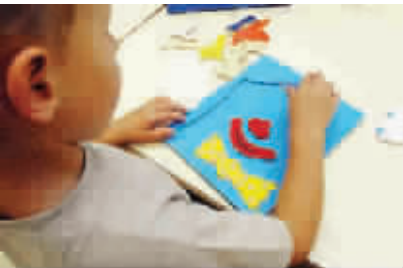
使人感到宽慰的是,真正的病态性恐惧心理在幼儿中并非常见。随着孩子本身的自信心和独立性的不断增强,他所产生的恐惧心理是容易得以控制的。家长应该通过抚爱、消除其疑虑和给予鼓励等方法,帮助孩子增强自控能力。 高崎

好记性可以这样“练”出来

宝宝的记忆力有其独特的发展规律,只要父母加以适当引导,就能让宝宝有个好记性。不妨做些培养宝宝记忆力的小游戏:

■ **过家家** 家长常为孩子记不住某个生活习惯而烦恼,比如饭前要洗手。这时,不妨一起玩“过家家”的游戏,全家轮流扮演爸爸、妈妈和孩子的角色。“妈妈”在家做好了饭,“孩子”从幼儿园回到家,“妈妈”说:“宝贝,把小手洗干净,我们吃饭了!”“爸爸”则在一旁说:“我也要 and 宝宝一起洗手。”多玩几遍,孩子不知不觉就记住“饭前要洗手”的规矩了。

■ **拼图讲故事** 孩子都喜欢大人给他讲故事,而且常常让父母把同一个故事反复讲给他听,可要他复述时,却又卡壳了。这时,可以考虑把故事的主要情节画在卡片上,边讲边给孩子看图片。讲完后再把图片打乱,让孩子按照故事发生的顺序重新排列图片,再根据图片的提示把故事完整复述一遍。这样反复几次,孩子对故事的印象就能得到加强,还能让他学习到良好的记忆方法。



■ **家庭模拟课堂** 由于孩子认知能力发展有限,他对知识的记忆,只停留在机械的记忆上面,无法真正理解。这样就会出现学得快、忘得也快的情况。这时,家长可以和孩子一起模拟幼儿园上课的情境:“老师”让“学生”回答问题,“学生”也向“老师”提出问题,比如“小鸟为什么能飞?”“冬天为什么会下雪?”……通过互相提问,帮助孩子加强记忆,并且在父母的指点下理解所记的东西,进一步加深记忆。 君早

幼儿睡好觉 妈妈有妙招

宝宝八个月大了,从他出生的第二个星期开始,我就坚持每天晚上自己带宝宝。晚上这一觉对每位孩子的成长至关重要,为了让他养成早睡早起的好习惯,我还是动了不少脑筋:

一、合理作息很重要

孩子的一天基本由吃、睡、玩构成。如果要让孩子晚上7时左右睡觉,那傍晚5时左右是决不能让他睡觉的。

二、适当运动不可少

宝宝睡觉前喜欢喝奶,往往喝着喝着就睡着了。为了让他有很好的胃口,除了让他适时的哭两声外,让他在小床、大床上玩也非常重要。爬累了,站累了,他就自己手一撑,坐在床上朝我们笑,样子十分可爱!

三、居室环境要注意

睡觉前,我们只在进门处开一盏小灯,房间里基本没有灯光,用环境来告诉宝宝:你可以睡觉了,天已经晚了。和他一起把窗帘拉起来,用行动告诉他:我们要睡觉了。

四、背景音乐助睡眠

儿子小时候一哭,我们就会放以前的胎教音乐,他很快就会停止哭泣。柔柔的音乐,慢慢的旋律,听得他很快就会入睡。

五、语言开导要积极

不要以为孩子们听不懂大人的话,其实他有时候能听懂。很小的时候,他半夜醒来,我会轻轻告诉他:“大人们白天上班很辛苦的,我们不能吵着大家。”再大一点,我就告诉他:“快睡快睡,否则脑子要笨了。”他听懂了,往往是小脑袋在我肩膀上一靠就睡着了。 果妈

学美留学 | IVY 常春藤培训

www.cdcca.cn 出国留学 语言培训 国际教育

暨美国本科高端申请讲座 本科 8/16 周五 19:00

文书研讨会

文书巨匠John Hannon2013首度开讲

活动详询 021-62487799

地址:上海市南京西路1515号嘉里中心1期办公楼18层

留学:美国 英国 加拿大(高中、本科、研究生申请)

培训:托福、雅思、SAT、SSAT、词汇、阅读、写作单项提高

留学咨询:021-62487799 培训咨询:021-60452088



学美留学地址:上海市南京西路1515号嘉里中心1期办公楼18层
常春藤培训地址:上海市静安区区万毓康路1号环球大厦8座8楼
电话:021-60509023/226177 4006361146