

【父母学堂】

6岁至12岁,顽皮是宝

文 / 李中莹

由出生到12岁左右的孩子,是一部不断学习、不断修正的“机器”。这部“机器”精力无限,不能安定,对很多新事物都感兴趣。孩子的表现往往是:不肯听话;不能好好地坐一会儿;越叫他不要动,他越要伸手去动;变化无常。家长简直直接不暇。其实,所有这些都表明孩子很正常,他正在努力地发挥和运用体内的“学习机器”,给自己最多的机会去吸收知识、学习和培养能力。

6岁之前,孩子用右脑学习,特别是幻想力特强,6岁之后孩子开始较多用左脑学习。教导6岁以下的孩子做一些事,应强调其中快乐、开心的感觉,这时孩子才能听进去,强调什么是对他最好的,帮助他培养纪律性。对6岁以上的孩子,才要教他明白事情的逻辑,这当然需要做适当的训练,让孩子一步一步地培养出好的抽象思考能力。

6岁之后,孩子能够感受和洞察事情的存在,例如家长之间的不和、忧虑等,但是如果家长不提,甚至蓄意隐瞒事情,孩子便会以为事情不能提出来讨论,事实上他也欠缺做好讨论的表达能力,于是在心里做出一些错误的判断,产生一些错误的信念、价值观和行为准则,这可能对他一生都有不良影响。家长如能明白这一点,就应该尽量不隐瞒事情,抱着“无事不能谈”的态度。同时,家长应该明白孩子的表达能力弱,与孩子谈话时不“代替”孩子说话,而是帮助孩子正确地表达出内心的意思。

6岁至12岁的孩子顽皮,不断

搞出新花样;喜欢玩耍而不爱读书;总是坐不稳;不断地左碰碰、右碰碰,不然就是嘴巴不停。很多家长都因此感到很累。要解释孩子身上出现的这类行为,我们需要从他们脑神经系统发育的过程如何与孩子的身体成长相配合这个角度来分析。孩子出生时大脑一片空白,什么也不懂,脑与身体各部分的能力虽已具备,但需要编入程序,使他们在生理及心理上能够发展出处理生活中出现的各种情况的综合能力。身体是由人脑驱动的,大脑由无数神经元组成,神经元的运作能力取决于它们所组成的连接网络,而这个连接网络的产生则要靠外界出现的刺激因素。接受的刺激越多越有所不同,产生出来的连接网络便越丰富,人也就越聪明。科学研究证明,幼儿期较玩耍要的孩子智商,比幼儿时经常与他人一同玩耍的孩子低,便是这个原因。

举个例子,孩子很小的时候,若有多种语言在生活环境中出现,神经元所受到的刺激便会制造出所需要的连接网络去配合,这个孩子长大后学外语时就会觉

得很容易。

接触每一种新的事物都是对神经元的一次新刺激,都会促进连接网络的一些新发展。但是如果这件事重复出现,而且内容完全一致,神经元便只会重复使用第一次刺激时发展出来的连接网络,而不会有新的发展。由此可见,同一件事用10种不同的做法,会让孩子发展更多新的神经元连接网络的机会,但是这样的孩子却往往会被认为是太顽皮了。

若想孩子发展出好的神经元连接网络,除了供应足够的营养外,最重要的便是有足够的刺激因素。若只是任由环境出现的事物带来刺激因素,孩子所能得到的发展智力机会就太少了。因此,小孩子总是不断寻找新的事物,尝试新的行为,对每一件事都有兴趣。如此,他才会得到最多的刺激因素,他的脑力才能有最好的发展。孩子搞新花样,其实是在努力学习,然而往往被家长说成顽皮。

今天的家庭生活比以前丰裕得多,但是出于安全的理由,家长往往希望孩子留在家中,宁愿孩

子把时间花在电视、电脑和电子游戏机上。孩子应该自小便懂得使用电脑,电视也有有益的节目,电子游戏亦能使家人欢乐一堂,有其价值。可是这些科技产品不应占孩子的大部分活动时间,因为孩子需要很多不同的刺激因素,光靠这些是不够的。

一群孩子在一起玩耍时,可以学到与人沟通,建立人际关系、自我价值评判,取得支持、化解冲突、建立和谐关系的方法;孩子参加野外活动,可以学到照顾自己、解决困难、利用环境条件、互相帮助、提高自信心、认识大自然的方法;孩子参观博物馆、动物园、工厂、电视台等,可以充实人生知识;孩子参观敬老院、孤儿院、农场、医院等,可以帮助他们在感性方面成长。这些,是在家中面对着电视、电脑无法学到的。家长应该鼓励孩子多与其他孩子玩耍和参加课外活动。这样做,还能减少孩子带给家长的烦恼。

(本文作者为国际级NLP大师、“简快身心积极疗法”创始人,著有《爱上双人舞》、《李中莹亲子关系全面技巧:升级版》等著作)

【育儿药箱】

宝宝出痱子怎么办

文 / 丹丹

夏天天气炎热,宝宝容易出汗,额头、颈、胸、后背的皮肤皱褶部位最容易长痱子。宝宝不舒服就哭闹不止,痒的时候还不停地用手抓,不小心就把皮肤给抓烂了。看着宝宝身上全是红点点,妈妈们别提多心疼啦。宝宝长痱子怎么办?

为什么会长痱子

痱子的形成是由于夏季气温高,湿度大,出汗过多,不易蒸发,汗液使表皮角质层浸渍,致汗腺导管口闭塞,汗腺导管内汗液潴留后,因内压增高而发生破裂,汗液渗入周围组织引起刺激,于汗孔处发生疱疹和丘疹,即痱子。也有专家认为:汗孔的闭塞是一种汗孔原发性葡萄球菌感染,此种感染与热和湿的环境有关。

宝宝长痱子的类型

(一)红痱(红色粟粒疹)

因汗液在表皮内稍深处溢出而成。好发于宝宝头面部、臀部,为圆而尖形的针头大小密集的丘疹或丘疱疹,有轻度红晕。皮疹常成批出现,自觉轻微烧灼及刺痒感。皮疹消退后有轻度脱屑。

(二)白痱(晶形粟粒疹)

汗液在角质层内或角质层下溢出而成。常见于高温,并有大量出汗、长期卧床、过度衰弱的患者。在颈、躯干发生多数针尖至针头大浅表性小水泡,壁极薄,微亮透明,无红晕。无自觉症状,轻擦之后易破,干后有极薄的细小鳞屑。

(三)脓痱(脓疱性粟粒疹)

痱子顶端有针头大浅表性小脓疱。临床上较为少见,常发生于皱褶部位,如四肢屈侧和阴部,小儿头颈部也常见。脓疱内常无菌,或为非致病性球菌,但溃破后可继发感染。

对白痱子患儿一般不需特殊处理。红痱子患儿应注意保持皮肤清洁,用痱子水等。脓痱子的患儿,除了注意保持皮肤清洁外,应给予有效的抗感染治疗。如果出现皮肤感染伴有发热,要及时送医院就诊。

祛痱妙招

(1)将10克花椒放入搪瓷缸内,冲入200毫升开水,在小火上煮五六分钟。煮后待稍凉不烫手时,用药棉蘸花椒水轻擦患处。12小时后,痱子的脓尖一般可收缩干瘪。为巩固疗效,可将剩余的花椒水在小火上温一下,再重新擦洗患处。

(2)用黄瓜切断面或捣烂的丝瓜叶涂擦痱子,每天2—3次,几天后可见疗效。

(3)闷热的天气,家里可以用空调保持在26℃,湿度别超过60%;多给宝宝喂些消暑解毒的饮料,如西瓜汁、绿豆汤等,增强宝宝自身体温调节能力。

(4)孩子衣着应宽松、肥大,并经常更换。衣料应选择吸水、透气性好的薄棉布。不要让宝宝长时间光着身子,以免皮肤受到不良刺激。

【育儿锦囊】

10个建议
让孩子的旅行
更有意义

文 / 艾米粒

暑假到了,许多家长打算带孩子去旅行,希望孩子能在旅行中增长一些见识。旅行对于孩子的意义不在于是否去过香港欧洲还是迪斯尼,不在于住多豪华的酒店、吃多丰盛的美食,也不在于拍了多少照片。旅行的真正目的,是让孩子认知世界、亲近自然、尊重不同文化、学会观察与发现……10个建议也许让孩子的旅程从此不同。

1.旅行前,和孩子聊聊目的地,找张地图,看看我们在哪里,目的地在哪里。

2.在力所能及的范围内,让孩子自己背包或携带行李箱。让孩子成为旅行的参与者,而不只是跟随者。

3.教孩子一些急救知识,告诉孩子,如果其他人有需要,请帮助他们。

4.少一点“到此一游”的照片,多一些旅行中难忘的瞬间。

5.让孩子融入当地的生活,引导孩子观察和体验不同的文化。

6.为孩子准备探索自然的工具,和孩子一起探索自然。

7.鼓励孩子在旅行过程中收集自己喜欢的东西。

8.引导孩子观察平日无法发现的细节。

9.给孩子准备一本空白涂鸦本。

10.准备适合的活动,让旅行途中也变得有趣。

【记者妈妈手记】

跟着妈妈走南闯北

文 / 许恺玲

我叫小小,现在13个多月大了,别看我年纪小,但鉴于我有一个记者妈妈,所以我走南闯北的经历可不少。嗯,这会儿我就跟大家说说我的故事吧。

神秘声音伴成长

“哒哒哒哒,哒哒哒哒”,早在妈妈肚子里的时候,我就总能听到这个奇怪的声音在耳边响起。起初我一点都不喜欢这个恼人的声音,因为它总是吵醒正在睡觉的我。不过时间久了,我对这个声音习以为常,甚至开始喜欢它了。每当这个声音响起的时候,我就开始雀跃,伸伸胳膊伸伸腿,还能换来妈妈温柔的抚摸。

出生后,我一直在寻找那个声音,可惜一直没听到,直到妈妈重新开始上班之后。还记得那天,我看到妈妈坐在书桌旁,打开一个方正正的东西,那个熟悉的声音顿时响起,我的眼睛瞪得圆圆的,迫不及待地扑上去,用我小小的手敲出了第一个音符。而妈妈很不给面子地把我抱开,擦了擦滴在键盘上的口水,继续忙碌,不理我了。后来才知道,这个声音正是妈妈在电脑上写稿子时敲打键盘的声音。

每次妈妈坐到书桌旁准备写稿时,我就成了小尾巴。最开始是爬,后来扶着走,总要到妈妈身边捣捣乱。姥姥说,我这么喜欢电脑,一定是受妈妈胎教的影响,看来以后也要写文章呢。姥姥哪里知道,其实我是不希望妈妈忽视我,让她陪我玩!

小小身影走四方

年龄小不代表阅历少,正是拜我的记者妈妈所赐,我已经走南闯北,去过很多地方。在我九个月的时候,我和妈妈一块去上海出差。我坐着高铁兴奋异常,看着这儿,摸摸那儿,觉得跟家里就是不一样。不过光我自己高兴了,妈妈可是愁得不得了。因为我吃大米过敏,到了上海,妈妈一直找不



到不含大米的粥,于是我每天早上都要喝米粥的习惯被迫终止。而我也出现了小小的水土不服——便秘。尽管妈妈大口大口地喂我吃水果,我的便秘还是没有好转。我一使劲儿,就把自己的小屁屁弄出血了,妈妈一边抹眼泪,一边跟我说对不起,说再也不让我受这份罪了。

哎,可惜没过一个月,我又踏上了新的旅程——杭州。不过这次妈妈做足了准备,不仅为我带上小米,还专门带了一口小锅,让我再无后顾之忧。而这次我也很争气,没有水土不服,但却因为杭州连日下雨有点着凉,不幸感染风寒。这之后妈妈说什么也不带我出差了,毅然决然地在我未满11个月的时候断奶了。妈妈嫌我是包袱,扼杀了我欣赏大好河山的机会。不过妈妈答应我,等我再长大一点,一定带我去更多的地方,所以我要快快长大。

妈妈是个爱哭鬼

我一直听别人说妈妈是个性格开朗的家伙,但耳听为虚,眼见为实。在我眼里,妈妈就是个爱哭鬼。还记得我出生后第一次生病,当时妈妈一个人照顾我,她先感冒了,我被传染了。妈妈看着发烧的我心疼得不得了,豆大的眼泪一颗颗地往下掉。爸爸在一旁安慰道:“哪个孩子没点头疼脑热

的,别这么伤心啦。”不过这些话对妈妈来说全是耳旁风,在我发烧、咳嗽最严重的那两天,戴着口罩的妈妈不眠不休地照顾我,还把自己哭成了核桃眼。

我第一次便秘的时候,妈妈一边帮我揉着小肚子,一边掉眼泪。我第一次从床上摔下来,妈妈一边帮我揉着小脑袋,一边掉眼泪。连爸爸都感慨,从没见过妈妈这么多眼泪,比我这个小家伙的眼泪还多呢。

我难受的时候妈妈哭,我高兴的时候妈妈也哭。还记得我八个月时,正逢过年,我寻思着是不是要给妈妈送点新年礼物呀。于是大年初一大早,我铿锵有力地叫出了人生第一声“妈妈”。清晰的声音让妈妈先是一愣,随即就热泪盈眶了。妈妈捂着嘴,脸上明明是高兴的表情,眼泪却断了线地往下流,真搞不明白妈妈喜不喜欢我这份礼物。

在我一周岁的时候,由于爸爸妈妈太忙了,妈妈做出了一个重大决定,同意奶奶把我带回老家。妈妈每天都给我打电话,只要我在电话里叫一声妈妈,就能听到那边的呜咽声,看来妈妈这个爱哭的习惯还没改掉呢。唉,我亲爱的妈妈呀,你可要坚强点,小小希望妈妈能成为最快乐的妈妈。

(本文作者为齐鲁晚报体育新闻中心记者)