

亲子话题



5招：向孩子传递爱的信息



当我像往常一样对我5岁的儿子大声呵斥：“快点收拾玩具，看你到处乱扔像什么样子！”儿子却一动也不动，嘴里还嘟囔着：“我就喜欢放在这里，不用你管，你根本就不爱我！”接着，他飞快地冲进了房间并且“砰”地一声用力甩上房门。

我吃了一惊，立刻就想把儿子从房间里揪出来狠狠地揍一顿，但理智阻止了我的冲动。过了十几分钟，我的情绪平复了，愤怒消失了，取而代之的是不安：儿子说我不爱他，他难道真的不知道我有多么爱他？他为什么感觉不到我的关爱？我回想自己刚才的言行——口气生硬粗暴，换个位置，我也会难以接受，难怪儿子会认为我不爱他。

在年幼孩子的意识中，他不能领会到父母埋藏在心里的无言的爱，是因为我们作为父母的没有用行动更明确地传递情感。其实，在日常生活中，我们应该采取更多简单明了的方法，让孩子感受到我们的爱。

尽量避免用命令的语气同孩子说话

“你给我听着！”“快点！”“别乱动！”这类带有警告、责备、拒绝或者讽刺的味道的话，或许在许多家长经常习惯使用的。这种居高临下的命令语气，最容易激起孩子的反感。而采用了情感诉求的语言，让孩子感知到我们的要求是出于对他的考虑。比如说：“宝贝，咱们得快点，不然会迟到的。”“这件事我觉得这样做比较好，你觉得呢？”这些多点建议性口气的话，既能让孩子愉快地接受我们的建议，也不会因为逆反情绪而故意跟我们对着干。

蹲下来，看着孩子的眼睛

我们习惯了站着跟孩子说话，对他发号施令，把自己的思维和主观愿望强加给孩子，而很少去考虑孩子内心真实的想法。孩子在一再被告知该怎样做的声音中长大，便会渐渐产生一种印象：我是爸爸妈妈的附属品，自己的想法无足轻重！这一点或许正是在我们不经意的言行中使他误解的。如果我们蹲下来，蹲到和孩子一样的

高度，用眼睛注视着他，和他说话：“嗨，小家伙，我听见玩具们哭了，它们说找不到回家的路，需要你的帮助呢。”孩子听了，肯定会很快地把玩具都送回玩具屋。眼睛是心灵的窗户，的确，通过眼神交流，孩子能从中找到我们对他的爱与关心。

做即使1秒钟的身体接触

许多为人父亲者都不喜欢过多地搂抱孩子，认为这会助长孩子的娇气。过多的搂抱的确不是正确的教养方式，但必要的身体接触能够让孩子觉得父母亲切可靠，这将给予他们被接受、被支持、被关爱的感觉。因此，每天下班回到家，不妨拍拍孩子的小脑袋，或者握一下他的小手，微笑着说：“嗨，宝贝，今天过得怎么样？”孩子可能会像一只“叽叽喳喳”的小麻雀，快乐地诉说着这一天的学习生活，这时你要做的，就是坐下来认真地倾听他的诉说。

正确对待孩子的错误

在孩子的成长过程中，错误是不可避免的。孩子犯了错，家长不能不管，关键是怎样去引导。其实，并不是每个错误都

需要粗暴干涉或严加惩罚，民主地对待更容易解决问题，用这样的口气或许更加合适：“宝贝，我觉得你今天好像变了个人，怎么回事？”也可以这样评价：“这不像是你做的事情！”如果是一些严重的错误，一定的严厉性是必要的，可以加重语气：“你的这种行为真令我失望，希望你不要再犯这种错误！”让孩子深刻反省他的错误，然后再指出他的错误原因和解决方法，给他一个自己思考并改正的机会。

耐心等待孩子的问题或要求

好奇是儿童的天性，诸如“我是从哪里来的？”这种问题，经常会把父母搞得不胜其烦。“没看见我正忙着吗？”“去，去，别来捣乱！”孩子遭到拒绝的情形多了，不仅扼杀了他的好奇心，而且也让他觉得爸爸妈妈只是在打发他。认真倾听，不要因为太忙太累而简单应付，如果有些问题父母一时难以回答，应该坦然地告诉孩子：“爸爸不知道，等你长大了，我相信你一定会自己找到答案。”充分表明父母的诚意，孩子会感到被尊重。

(赵青新)

父母必读

儿童配镜不宜仅凭电脑验光

专家提醒：孩子近视切勿盲目治疗

医学专家表示：目前治疗和矫正近视最有效、最科学的方法
配戴度数合适的矫正眼镜
针对儿童近视特别提醒：

带孩子到正规医院检查，在医生建议下选择合理的治疗方案

少年儿童不能滥用分子激光治疗近视

不要过分依赖药物、按摩、治疗仪等辅助治疗手段，以免延误孩子纠正近视的最佳时机

加确诊断为真性近视，应尽快为孩子配戴度数合适的矫正眼镜

金国辉 摄影 新华社发

正确地配戴。戴镜不仅是为了增进视力，还能使眼睛的调节机能恢复正常状态，避免眼睛疲劳度数增加。

●电脑验光不宜直接作配镜处方 电脑验光结果会有一定误差，不宜直接作配镜处方。专业眼科医院采用正规的医学验光方法，先由眼科医生检查，排除眼部疾病，然后经过散瞳、

电脑验光、检影、平衡双眼视力等步骤才能配镜。

●正确戴镜，度数不会越戴越深 近视眼度数发展与否和戴眼镜并无直接关系。近视眼患者配戴合适的眼镜，注意用眼卫生，近视度数会稳定在一定水平。但如果不适合的眼镜，会增加眼睛的负担，反而使视力下降。

(悦儿)

真童趣

当闹钟

“十一”长假，晚上，女儿磨磨蹭蹭不到10点不睡觉，早晨磨磨蹭蹭不到8点不起床。这怎么行？我决定当闹钟，催女儿睡觉，催女儿起床。

晚上催她早睡，第二天早晨我得催她早起。每催一次，女儿都答应得好好的：“好，我起床。”可是只闻声音，不见动静。我唠叨她：“女儿，快起床，你看太阳都晒你小屁股了。”女儿赶紧坐了起来，用被子把自己盖好，埋怨道：“妈妈，太阳晒我屁股都怪你。窗帘我昨晚拉好了，你怎么把窗帘又拉开了？”

(小余)

卡云彩上了



孩子快3岁了，为了培养儿子的爱好，我决定趁天气好带儿子去郊外飞航模。

到了郊外草地，我准备好后就飞起了飞机。天气很好，蓝蓝的天上飘着大朵白云，同时围观的人也越来越多，大家都好奇地看着我飞飞机。儿子看来对航模很感兴趣，在我身边一直盯着飞机看，不时地还拍手大叫。我心情大好，手下猛推油门，飞机也越飞越高。眼看飞机已飞得快看不清楚姿态了，我也准备收油门了，突然儿子着急地大叫起来：“爸爸，别再飞高了，再高飞机就卡云彩上了，回不来了。”

(张勇)

亲子空间

孩子过了3岁还咬人别大意

处于生长发育期的孩子总会有些奇奇怪怪的举动，爱咬人就是其中之一。对此，有关专家表示，1岁~3岁时，宝宝咬人属于正常情况，但如果到了三四岁，还改不了这种习惯，就要引起注意了。

孩子小时由于不会说话，通常会用咬人来表达自己的情绪或想法。不仅如此，用嘴去感受事物还是他们了解外部世界的一种途径，是自我放松的一种方式。一般长到3岁，孩子有了初步的自控能力，咬人的情况就会逐渐减少。但如果这时仍“恶习”不改，而且经常处于这种状态，家长就应注意了。因为这可能意味着他们的情绪出现了问题，如不及时纠正，容易使孩子形成一种习惯，以为自己的行为没错，或可能将这种方式转化成一种攻击行为。

首先，家长要分析孩子是不是因为要求得不到满足而生气，如果是，再考量他们的要求是否过分，通过开导，舒缓其紧张情绪。改变孩子咬人的习惯还有一个办法，就是鼓励他用语言去表达，而不是肢体。此外，家长发现孩子咬人，不要动手打或大声斥责，这可能会使孩子因受到惊吓而变得心理压抑。

如果上述办法都不管用，应及时带他到医院诊治。

(尤文颖)

育儿锦囊

问：女儿下个星期就要过生日了，她想在西餐厅庆祝自己的生日，因为那样感觉很风光。怎么阻止她这种爱排场的行为呢？

答：告诉孩子，和最喜爱的人一起度过生日，本身就很有意义。独特的生日聚会更能给小伙伴留下深刻的印象。可以建议她，自己做一回主人，在家里好好款待她的小客人。

孩子们总是想让自己的生日聚会像小伙伴的一样风光，但家长却应该让一切都简单化。不过拒绝孩子的虚荣心需要一些小技巧：你可以给孩子提供更多可选择的意见，例如孩子如果喜欢小动物，在动物园度过他的生日也是不错的选择；如果孩子喜欢运动，和小伙伴一起来一场体育比赛是不是更有意思？对稍大一点的孩子，你还可以给孩子一个开支限度，让他自己做预算：从邀请的人数到生日聚会的过程，从选择菜单到付账，全由他做主，这可是教孩子理财很好的一课哦。

问：我儿子不知道从哪里学会了说脏话，不让他说他就哭，该怎么办呢？

答：当孩子的词汇量在不断增强的同时，他会听到一些包括不好的词语。如果孩子在好奇地重复这些词语，得到父母大为光火的反应时，他就会非常想知道如果他再说一次会发生什么。所以当父母听见孩子偶尔说出的不好词汇，不要过度反应，只需简单地发声“请原谅”即可，然后平静地对孩子说：“以后我们不说这样的话。”并告诉他可以替代的词汇，如“真令人失望”、“太讨厌了”等等。

(王齐)

