

为何孩子会说谎

据调查,我国大约有50%的孩子从3岁开始说谎,9岁的孩子70%说过谎。为什么孩子会说谎?有人认为,孩子天生就是个“谎言家”;也有人推测,孩子说谎,往往也是被“逼”的。面对孩子在说谎,很多家长往往都会表现出愤怒,但更多的是无奈。儿童心理医生指出,家庭教育本身就是孩子的一面镜子,对于心智尚未成熟的孩子而言,父母的言行举止就是他们借鉴的“榜样”。

1 教育不当孩子爱说谎

贝贝只有4岁,才刚刚上幼儿园。头几天,性格开朗的小贝贝十分受小朋友欢迎,大家都争着和她玩,然而一个星期过去了,贝贝却遭到孩子们的排挤。老师了解后发现,原来贝贝有个爱说谎的毛病,明明吃了两个小包子,却说只吃了一个;明明把玩具弄坏了,却推说是别人摔破的。老师找贝贝的父母谈过,但贝贝妈妈却觉得“孩子说的话本来就不应该较真”。

“有些家长忙于工作,忽视了孩子需要关心的要求,当孩子一次偶然的说谎或者眨眼后,家长注意了,关心了,就可能在孩子心里产生影响。”广州一家医院的心理科副教授谢海燕表示,在家长的眼中,似乎孩子的行为无论对错都是不可强求的,这种观念其实是错误的。所谓“3岁定80”,孩子一生的人生观、是非观都基本在3岁以前定型。

造成孩子爱说谎的原因主要还是父母的言行习惯。谢海燕分析,有些父母对孩子十分溺爱,凡事都娇纵,有错不予指正,甚至对孩子“盲从”,对孩子的“不择言”表现出喜爱。渐渐孩子的胆子越来越大,谎越扯越远,直到令父母不可掌控。还有一些家长习惯以打代教,一发现孩子说谎就是一顿痛打,这也不利于孩子的身心发展,甚至会令孩子不断“改进”说

谎技术来对付家长的打骂。

2 孩子是父母的“影子”

“成人存在的心理行为问题多是在童年引起的。”谢海燕强调,“孩子心理、言语、行为的不当,父母责无旁贷。”为何有些孩子给人的感觉活泼可爱大方,有些孩子使人生厌?其实,孩子的表现往往就是家庭教育的镜子,折射的也是其父母的影子。

家长越来越过分专注于孩子的学习以及将来的成就,忽视其心理,也是家庭教育的一大弊端,谢海燕表示,家长对孩子将来成就的期望过高或过低都可能对孩子的心理、行为造成影响。一种情况存在于放纵型家庭,家人对孩子过度溺爱,孩子习惯索取,不懂得奉献。一旦进入学习氛围,在学校严格的教育方式下,容易形成焦虑、偏执、脾气暴躁等心理问题。还有一种情况是专制型家庭,家长对孩子要求过于严格,孩子容易形成自卑、胆怯、回避的性格,成长过程中,在学习的压力下,容易形成心理疾病,如睡眠障碍、饮食障碍、情绪障碍(如恐惧、焦急、易怒等)、遗尿、多动等。

专家建议 我们应该如何做父母?

我们应该如何做父母?谢海燕表示,对于年纪尚小的幼儿来说,必须给孩子一个宽松的成长环境,了解并满足孩子的心理需求,“有些父母对



孩子的期望值很高,给孩子制定了很多规章制度让他们必须遵守。这样做的后果是:孩子约束得越多,反叛也会越厉害。”

此外,面对说谎的孩子,父母应该学做一个“中立者”——“好的坏的”都要冷静并接受。

“是非对于一个幼儿来说,他们既不明白,也无法理解。当孩子观察到只要是‘好消息’父母就笑逐颜开,‘坏消息’就火冒三丈,为了讨好父母,孩子只好说谎了。”

她最后提醒,作为父母,当着孩子的面谈论某件事时,尽量不要为了生动、有趣而添油加醋。因为孩子(尤其是年龄较小的孩子)分不清什么是谎言,什么是玩笑,他会向父母学习,模仿大人言行。(陈学敏)

暑假,

带孩子去矫正视力

暑假到,家长还不赶紧带孩子去检查一下视力?发现孩子近视了可别急着到眼镜店配眼镜,因为孩子学业压力大,用眼多,戴上眼镜也无法避免度数的加深。医生建议您可以带孩子尝试穴位按摩、佩戴OK镜、佩戴RGP镜等方式来提升视力。



方法 2 佩戴OK镜

OK镜又叫角膜塑形镜,其使用方法同戴隐形眼镜一样。学生只需要晚上睡觉前戴,次日起床后取出,一天就能拥有明亮的视力了。如果从暑假开始戴,到上学期间,甚至一周只需要2~3个晚上佩戴即可。角膜具有弹性,OK镜就是利用这一点,通过晚上戴镜让角膜表面的形状改变,从而使得白天拥有较好的视力,如果长时间不戴,角膜弹性复原,又会恢复到戴镜前的状态。

适宜人群:8~45岁,如近视度数正在增加的青少年、想要摘除框架眼镜又不想手术的人。

OK镜的选配一定要到正规医院找有专业资格的医生指导和监测,尤其是佩戴的前两个周,医生会对佩戴方式、佩戴时间长短有调整,也可能会增加辅助性药物。佩戴的时候要注意卫生和方法,个别患者因为不注意有可能会发生轻微的结膜炎。

方法 3

佩戴RGP镜(硬性透氧性角膜接触镜)

与OK镜的原理一样,也是通过对角膜形状的改变来实现对视力的矫正。不过,与OK镜不同的是,这是一种白天佩戴的“隐形眼镜”,摘下后又成了近视;与普通隐形眼镜的区别在于,硬性透氧性角膜接触镜能有效地防止近视的加深。普通隐形眼镜和框架眼镜并不能实现这一点。对于学业繁重,用眼频繁的学生来说,能有效控制近视度数的加深。

适宜人群:不适宜佩戴OK镜的人,如超过200度散光的人、近视度数超过600度的人、远视的人,选择硬性透氧性角膜接触镜可防止近视度数的加深。(陈辉)

方法 1 穴位按摩、药物、针灸、离子导入

眼睛近视都是因为用眼频繁或用眼不当造成的。一家医院眼科主任舒敏介绍,在真性近视之前还有一个假性近视时期,此时治疗视力还有望恢复正常。暑假家长带孩子检查视力,如果是首次发现视力减

退,可采用穴位按摩、针灸、眼部肌肉松弛舒缓药物、离子导入等方法,舒缓眼部紧张肌肉恢复视力。

适宜人群:近视度数在100度左右。

暑假少用眼是有好处的,一旦用眼多后感觉眼睛发胀、头晕、头痛,注意及时让眼睛休息,多看远处,这样视力可以较快恢复。

妈妈有问



孩子睡觉

为何会张口呼吸

Q:我家孩子在睡觉时,常有张口呼吸、打鼻鼾的问题,这究竟是因为什么呢?需要做什么检查?是否能治愈呢? 读者:王小姐

A:要知道,有这种现象的孩子,绝大多数为过敏体质,如婴幼儿常有湿疹病史,大孩子常有疮疖病史(或一被蚊虫叮咬就容易留下难愈的疤痕),多数都有慢性扁桃体炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、腺样体肥大等病症,甚至还会有更难诊治的过敏性疾病,如过敏性的眼结合膜炎、咽炎、哮喘等。对这些疾病的诊治,目前中西医虽均有较完整的诊疗方案,但或多或少均存在着不尽如人意的治疗盲区:如怎样才能控制或减少这类疾病的反复发作,甚至是根治这些疾病,都是困扰着医护人员的难题。

其中令孩子睡觉张口呼吸、打

鼻鼾绝大多数就是由于鼻窦炎、腺样体肥大所造成的鼻腔的堵塞。如何解决这个问题,西医学有不少的专科医生均认为需要做肥大腺样体的切除术,手术还需全麻。从中医角度来讲,对幼小的孩子正气将是一个较大的损伤。目前可采用中西医结合方法,中医从整体对孩子进行衣食住行的调护,这类疾病的孩子体质多数偏虚寒,所以日常采取针对虚寒的防治措施,辨证施治。再配合西医学规范的“四位一体”防治,重视对因治疗,如针对过敏源,实施特异性免疫治疗,或许能减轻患儿睡觉张口呼吸和打鼻鼾的现象。

(许尤佳)