

性格缘天性，本来无优劣

孩子内向未必是坏事

3岁的晴晴在家

是个爱唱、爱跳的小姑娘，可一旦家中来了客人，或爸爸、妈妈带着她外出做客时，让她给大家唱歌跳舞，她就怎么也不肯了，而且也不像在家那么爱讲话。晴晴妈常为女儿的怕生、腼腆而苦恼，甚至担心孩子内向的性格长大后在职场中“吃不开”。其实，很多家长也有类似的苦恼。心理专业人士认为，1~3岁的孩子出现怕生是正常的表现。孩子性格内向也并非坏事，强迫孩子表现得“外向”，反而会强化孩子社交恐惧的感觉。如果孩子自我封闭，养育者要检讨是否自己的情绪波动大，对孩子忽冷忽热。



A

1~3岁孩子怕生很正常——持续过久提示亲子关系有问题

专家介绍说，细心的父母会注意到，几个月大的小BB是不怕生的，谁抱都可以。到一岁左右，大多数宝宝开始“怕生”，不熟悉的人一抱就会哭闹。专家解释，所有的人都有寻求安全感的倾向，见到自己熟悉的人或在自己熟悉的环境会感到更放松。孩子也是如此，当他发现自己被不熟悉的人抱着，或身处不熟悉的

环境，就会本能地回避。这种“怕生”其实是孩子感知觉、辨别能力有良好发展的标志。

一般来说，这种“怕生”的状态一般会持续到2~3岁，即可顺利度过。有的孩子会持续更久，有的甚至会持续终生。当这种“怕生”持续过久则说明这个孩子的内心缺乏安全感。他或者表现得非常焦

虑，在陌生环境或遇到陌生人过于紧张；或是自我封闭，对人冷漠，不轻易流露自己的情感。无论孩子属于哪种情况，专家建议养育者都应该检讨自己与孩子的亲子关系是否出了问题。养育者的情绪起伏大，对孩子忽冷忽热，或对孩子过于冷落、忽略，都会严重影响孩子安全感的建立。

B

内向孩子与人交往“慢热”——游戏或活动更易让感情升温

即使顺利度过了“怕生期”，也并不是每个孩子都乐意在陌生人面前展示自己的才艺或表现得活蹦乱跳。可能有多种原因，如孩子的性格可能偏内向。专家说，很多家长一旦意识到孩子性格内向就很担心，他们总认为性格内向是不好的，都希望自己的孩子活泼、开朗、招人喜欢。专家解释，性格大部分是由天性决定，没有好坏之分。内向性格的孩子并不是不能与人建立良好的人际关系，只是与人相处的方式与外向型性格的孩子有

所不同。和外向的孩子相比，内向的孩子在人际交往中属于“慢热”，他们与人交往的“广度”上可能不如外向型孩子，但他们更注重交往的“深度”，可以说是各有千秋。

对于性格内向的孩子，专家建议，家中来客人时，父母可以多给他一些时间，让他慢慢熟悉客人。有的孩子可能不擅长与客人聊天，但是通过游戏或活动，他更容易加入进来，更快地与陌生人熟悉、亲近起来。父母可以鼓励孩子与客人接

触，但要顺其自然，若鼓励一两次孩子确实不愿意就算了。不能强迫孩子，强迫孩子会强化他对与人交往的恐惧感。

现在绝大多数家庭都是三口之家，在这种封闭的小环境中，孩子与人交往的体验和经验都比较少。所以，平时父母除了给孩子创造更加开放、宽松的家庭环境外，还应多带孩子到亲戚、朋友家玩，甚至可以与两三个家庭一起“拼娃”来养，让孩子获得更多与人交往的经验和体验。

C

才艺展示最好先问问孩子——大人别只顾满足自己的虚荣心

即使是性格非常外向的孩子有时也会表现得“怕生”。原因可能是客人来时他正好心情不好，或者他不喜欢来访的客人，又或者是他对自己的才艺没有信心。孩子是一个独立的个体，应该得到尊重，家长希望孩子表演，应该先征求一下孩子的意见。他如果不情愿，则不要勉强，甚至可以帮他打个圆场。

孩子的“怕生”有时会让家长感到不高兴，甚至觉得没面子。专家提醒这些家长观察自己的内心，鼓励孩子展示自己究竟是为了满足孩子的需要，还是为了满足自己的虚荣心。专家还提醒家长，如果希望自己的孩子活泼开朗、待人热情，家长首先要身体力行，创造一个这样的氛围。比如一个见了别人很少打招呼的家长要求孩子主动叫“叔叔、阿姨”，效果不会好。

另外，如果孩子自己很想在别人面前展示自己，却没有信心时，家长可以让孩子参加相关的兴趣班，掌握一技之长。在客人到来前，家长也可以和孩子一起就他的小才艺多练习几次。

(陈辉)

久咳不愈，可能是哮喘作怪

早春，天气忽冷忽热，稍不注意就会着凉感冒。感冒后，不少小朋友会咳嗽。专家提醒家长，在换季的时候，小儿如果出现顽固性咳嗽，不要以为只是一般的感冒咳嗽，这种咳嗽很有可能是变异性哮喘，用抗生素及止咳药无法缓解症状。

咳嗽不愈，查查是否哮喘

熙熙已经咳了快半个多月了，妈妈带他去附近的社区医院就诊，医生检查后说是支气管炎，使用了抗生素治疗后仍不见效果。妈妈又给熙熙买了止咳药水，喝了一瓶，咳嗽也没见好转，反而咳得更厉害了。于是，熙熙妈妈又把孩子带到医院治疗。在儿科门诊，医生发现熙熙既没发热，也没有细菌感染，经相关检查，发现熙熙患的是“变异性哮喘”。熙熙妈

妈大惑不解：“平时也没见熙熙有喘，他只是咳嗽而已，怎么就跟哮喘扯上关系了呢？”

专家说，变异性哮喘好发于换季时节，尤其是像现在这种忽冷忽热的天气，很容易就因为冷空气刺激或者感冒诱发变异性哮喘，在临幊上表现为迁延不愈的咳嗽，或者有轻微的胸闷喘息，且反复发作，用抗生素和止咳药也无法缓解症状。这种咳嗽常被误诊为“上呼吸道感染”或“支气管炎”。患者总要费一番周折之后，才知道原来咳嗽是假，哮喘才是真。

抗生素和止咳药不能治喘

哮喘一般可分为两种：一种是典型哮喘，患儿发病时可以听到“丝丝”的喘鸣音，家长很容易就可以觉察到。还有一种是变异性哮

喘，症状以咳嗽为主，容易被家长所忽视。这种变异性哮喘可以说是哮喘的早期阶段。

专家指出，如果将变异性哮喘误当成咳嗽来治疗，就会耽误治疗的最佳时机，诊治不及时会引发气道不可逆性损害，并进一步发展为典型哮喘。患儿气道出现狭窄后，成年后发展为慢阻肺的几率也会增高。因此，家长千万不要小看孩子反复发作的“咳嗽”。当宝宝出现咳嗽的时候，家长千万不要自作主张给宝宝喝止咳药水，而应该带去医院请专科医生诊治，明确病因，排除变异性哮喘的可能。

过敏是变异性哮喘的重要诱因

咳嗽是常见的一种症状，那么，应该怎样去鉴别是普通的感冒咳嗽还是哮喘的前期症状呢？专家指出，如果宝宝有过敏体质

(比如有过敏性鼻炎)，或者家里人有哮喘史的就要警惕，这都是变异性哮喘的高发因素。另外，变异性哮喘一般不引起发烧，咳嗽往往持续几周甚至数月，而且发作前往往有一定的诱因，如接触了过敏原(冷空气、花粉、宠物毛发等)。医生只要结合患儿的临床症状、实验室检查及支气管激发试验结果便可做出诊断。

专家强调，只要坚持用药，哮喘宝宝的病情是可以得到控制的，一般不会影响正常的生活。不过，哮喘的治疗不是立竿见影的，需要较长时间的用药治疗，同时，最好能尽快寻找到过敏原，以便减少与过敏原的接触，并避免感冒等诱发因素，以减少发病的机会。

(张华)