



我们都不完美

许会敏

一个周末的早晨，八岁的儿子方便之后从卫生间出来，路过梳妆台时，驻足定定地看着我刚刚洗过的脸，大惊着问我：“妈妈，你脸上的皮肤颜色怎么不一样啊？是不是得了什么病啊？”“哪有什么不一样？”对自己这张脸早已熟悉得不能再熟悉的我，也神经紧张地瞪圆了眼睛看着镜子中的自己。生怕一个疏忽，真的错过诊病的最佳时机，可我观察了半天也并未发现有何异常。

“你看，这里，还有这里，皮肤明显比别的地方颜色要深。就像多了一层没洗干净的黑皮。”顺着他的手指看去，我刚被他问得提溜起来的心，顷刻间便安稳落地。因为那是我生他的时候落下的妊娠斑，只不过被这个粗心的家伙当成“新大陆”一般重新发现了一次罢了。于是，我便随口跟他解释了一下，怎奈他却不依不饶。

“既然是生我的时候留下的，那我平时怎么从来没看出来过？”他继续刨根问底。“那是因

为妈妈平时不管是在家还是外出，都会特意用遮瑕霜把它们盖住，外出时还会化妆。你可能比较粗心，所以之前也没注意过吧。就像你去别人家做客时，总是表现得比在自己家听话懂事一样。缺点嘛，总要伪装一下，你也会尽力想给别人留下一个好印象啊，可事实就摆在那里，它没有我们想象的那么光鲜亮丽。”我进一步解释道。

“是啊，妈妈。我记得有一次我放学做完值日时，无意中撞见我们温柔的李老师，在电话里跟人吵架，那副歇斯底里的样子吓了我一跳，最后把手机都摔了，一个人蹲在地上哭了好久。”“那你有没有因此不喜欢李老师？”“没有啊！虽然前一天李老师情绪那么糟糕，可第二天来给我们上课的时候，她和平时一样，还是那么温柔和幽默，我当然不会因为这个不喜欢她。”他回答得理直气壮。

“你看，其实无论是李老师还是你或者我，我们每个人身上都有不愿意被别人看到的缺点和不如意，为了避免难堪和伤害，大家往往选择把它掩饰起来。可以说，这个世界上没有什么是一无瑕疵的，我们都在努力地让自己看起来更完美一点而已。所以，我们也要尊重那些不完美，不要轻易去揭穿。因为这不仅是在维护别人的尊严，也是在保护我们自己。”我因势利导。“知道了，亲爱的老妈，上课到此结束。现在请您批准我回去睡个回笼觉，不要再打扰我哦。”说完，这个调皮的小子一溜烟地逃回了被窝。

作为妈妈，我希望自己的孩子有一颗善良包容的心，对万事万物给予体谅和忍耐。所以我愿意一直站在他身边，以耐心平和的姿态，帮他解开心中那些或大或小的困惑，陪伴他走在健康成长的路上。

家长课堂

莫做“变脸式”家长

马静

这天，我刚进小区，就看见小刘在花坛旁教训6岁的儿子阳阳。小刘大声训斥着，还打了阳阳一巴掌，阳阳坐在地上大哭起来。小刘随即把阳阳搂在怀里，又是哄又是亲：“宝贝儿乖啊，不哭了！”可是好言劝慰了半天，阳阳还是哭闹不止。小刘没了耐心，又甩给阳阳一巴掌：“好话说了半天，你怎么还没完没了啦？”阳阳顿时又撕心裂肺地大哭起来。小刘只好又无奈地俯身去哄。如此几番折腾之后，最终以小刘给阳阳10块钱去买零食收场。

小刘这样的家长，是典型的“变脸式”家长：一会儿暴风骤雨，气势汹汹，转眼间又和颜悦色，绵

掌化柔。我认为，这种教育方式对孩子的危害很大，而且收不到预期的教育效果。

首先，教育达不到深度。家长批评孩子的初衷，是让孩子认识到所犯的错误并加以改正。比如，小刘是因为阳阳没写完作业就出去玩而教训他。小刘一会儿打、一会儿哄，就会混淆孩子头脑中的对错观念，孩子不能真正认识到自己的错误在哪儿，当然也就谈不上以后如何正确地去做。

其次，孩子容易养成取巧心理：“我一哭一闹，你们就得马上哄我。”当变脸式的套路逐渐被孩子所熟悉，那么孩子在以后再受到惩罚时，就有可能通过哭闹甚至撒

泼的方式逼家长就范，令家长无计可施。更为严重的是，家长在孩子心目中的威信也会逐渐降低。久而久之，不但家长无法再教育孩子，孩子也会更加有恃无恐。

另外，这种教育方式还会使家庭教育出现“夹生”现象。家长教育孩子时的态度阴晴不定、反复无常，就会令缺乏判断力的孩子感到迷茫无措，无所适从。看似家长尽到了教育孩子的责任，实际效果却微乎其微。

所以，我认为，教育孩子要讲究方式方法，遵循科学性和前瞻性，切不可做“变脸式”家长。否则，不但会弱化教育效果，还会事与愿违，甚至功亏一篑。

儿子给我立家规

陶晶莹

面写了几条家规。

家规是这样的：整洁从整理自己的床铺开始；要养成早睡早起的好习惯；养成锻炼身体的好习惯。

当我看完孩子的家规，我对他说：“既然你要监督我，那你一定也要做好表率哦！”儿子高兴地点头说：“耶，现在换我来监督妈妈了！”虽然从表面看，我是被儿子管着，但其实我是想通过儿子来监督我而慢慢地改变他，让他也养成良好习惯。

以前，儿子的房间总是一团乱。但自从他给我立了家规，渐渐地有了改善。每天一大早起来，他先是把自己的被子折叠好，然后再整理房间。整理好后，就来到我的房间，开始监督我。儿子检查得很仔细，稍有做得不好的，他就会指出来让我改正，直到他认为满意了，我才能过关。就这样，久而久之，儿子的房间与以前相比变得整洁干净了许多，我也为此感到开心。

以前，儿子老是晚睡，我怎么

说他都不听。现在由于他要监督我，于是他自己也要养成早睡早起的习惯。这下，每天晚上十点的时候，儿子就会像闹钟一样提醒我，让我在十点半以前把事情完成好睡觉。当儿子监督我睡觉后，他也会乖乖地去睡觉。第二天，儿子还会早早起来，把我也叫醒，不让我睡懒觉。时间一长，我和儿子都养成了健康良好的作息习惯。儿子身体不好，我总想让他多锻炼身体，保持健康。可儿子就喜欢宅在家里、不爱锻炼。现在他自己立了家规，不想锻炼也没办法。于是，每天晚饭后，他都会叫我去小区院子里跑步，他陪同监督。经过一段时间的锻炼，儿子的气色比以前好了，身体也强壮了，而我也在儿子的监督下，感受到了锻炼的乐趣。

我觉得，让孩子监督父母这样的教育方式让我受益良多。因为这既调动了孩子的积极性，让他们化被动为主动，又能让孩子与父母的关系更融洽。

冬季天冷干燥 孩子如何预防 传染性疾病

马立显

冬季气温降低，空气干燥，病毒和细菌会乘虚而入，侵袭孩子尚未发育成熟的呼吸道，加上孩子们的身体抵抗力比成年人弱，稍不注意就容易生病。而且，冬季各种传染病也容易流行，像手足口病、流行性感冒、流行性腮腺炎、水痘、麻疹、诺如病毒等常发生。那么，冬季如何预防传染性疾病呢？

儿童生病多为病毒感染

延安大学咸阳医院儿内科副主任医师、副主任医师马立显表示，每年入冬后，随着气温降低以及大风天气，病毒性的呼吸道感染类疾病患儿开始增多。而造成呼吸道感染的病毒包括呼吸道合胞病毒、腺病毒、流感病毒、甲流、乙流等。同时，支原体、衣原体这种比病毒大、比细菌小的微生物感染的疾病，在一年四季中呈交替流行，虽然也有流行高峰，但规律性没有病毒感染强。也就是说，病毒性疾病和季节明显有关，但每年也有特殊情况。就近年来看，即使入冬后，轮状病毒感染，也就是秋季腹泻的患儿仍然较多。

天气原因导致疾病高发

冬季高发的儿童呼吸道疾病和气候特征有关。冬季病原毒力比较强，再加上因为寒冷，家中不经常开窗通风，室内空气流通度不够，所以病原容易聚集，引发呼吸道感染病。同时，冬天气候干燥、湿度低是对呼吸道黏膜健康不利的因素。

那么，在冬季如何尽量避免传染性疾病的发生呢？马立显表示，首先要防止感冒受凉，尤其是在已经开始供暖的城市，室内外的温差比较大，家长要注意避免孩子因添减衣物不及时、忽冷忽热而受凉。同时，冬季要限制孩子在室外活动的时间，不要半天甚至一整天、长时间地待在户外，因为冷空气会进入呼吸道形成刺激。

此外，要注意少到人多拥挤的地方。尤其是在流行病多发季节，避免过度就诊，在医院造成交叉感染，使病情更复杂。家长可以使用一些互联网的医疗措施，包括网上咨询、电话咨询等，减少不必要的就诊次数。

据整体状态确定是否就医

家长可以根据孩子病情，来判断是否需要就医。马立显说，首先，要注意流行病学情况，比如说近期是否去过流行病发生的地方。同时，也要看孩子精神、脸色等整体情况，状况不好要及时就诊。此外，如果是犬吠样的咳嗽，或者嗓子嘶哑，有吸气性的喉鸣或气道梗阻的症状，都需要及时就诊。

冬季高发呼吸道疾病的治疗，主要是保证充分的休息，给予足够的液体摄入，常用一些口服药和雾化吸入，酌情应用静脉输液。其中，感染合并有气道高反应的，也就是气道敏感的，当前较多地采用雾化治疗，但要注意不要让孩子过分频繁或长时间地待在拥挤的雾化治疗室。

（据《西安晚报》）

你的微笑，就是我要的幸福

张明云

儿子，如今你已经正式进入高中了，虽然你青春年少，但是正值花季年龄的你，眉眼间却不时掠过些许忧郁和沉重，让我十分担忧。儿子，都说：“少年不识愁滋味”，你本应该青春洋溢的神采与活力，都到哪里去了呢？作为深爱、疼惜，并愿意一生陪伴你的父亲，我想对你说——

儿子，现在正是你的大好年华，你的人生才刚刚开始，你应该拥有属于你这个年龄的青春活力。虽然尘世喧嚣、世事纷扰，生活中会有太多深不可测的欲望、诱惑与危险虎视眈眈、如影随形，但我希望在你受到无法避免的伤害的时候，不要耿耿于怀，不要消沉退缩，不要咬牙切齿、针锋相对。你要尽可能地学会释怀与宽容，尽可能地善待身边的每一个人。要知道，仇恨也是伤害自己的一把刀，所以你一定要保持一颗

善良的心。我相信，每一个善念都会是开在你心灵上的一朵花，日积月累，你的眼睛就不会蒙尘、灰暗，而是五彩缤纷、姹紫嫣红。

儿子，人生路上，失意与挫折在所难免。我不奢望你功成名就、飞黄腾达。平凡也好，简单也罢，但我希望你拥有自己的信念与人生目标，你要让梦想的阳光照亮每一个平淡如水的日子，让生命因温暖而亮丽。寒来暑往、春去秋来，你要朝着支撑、给你力量以力量的“梦想”一步一步靠近，去触摸它带给你的快乐与感动。你一定要有一份坚守的憧憬与渴望，招展、高扬在每一刻细碎碎、清浅浅的岁月中，面朝大海、春暖花开。要知道，你的微笑，就是我要的幸福。

儿子，你有超越同龄人的篮球天赋，我期望你自始至终钟爱它，虽然进不了NBA、打不了CBA，但你

至少可以用篮球去结识很多志趣相投的朋友。球场上明媚真挚的朋友，可以给你很多温暖，甚至帮助；球场上的汗水，能闪耀你青春快乐的光泽；球场上的奔跑，能点燃你青春的激情！你记住，“运动、健康、快乐”，是一句永恒、简单、质朴但不容置疑的真理，而健康也是对幸福最具体的诠释与注解。所以，我希望你用一生，去坚持、去追逐、去热爱它，用融入血脉的情感去倾听篮球击地那怦然心动的声音，那是你生命中最悠扬、优美的旋律与音符。

儿子，爸爸想告诉你，在你未知的人生路上，知足常乐、随意而安是人生永恒的哲理，宁静以致远、淡泊以明志是生命生生不息的睿语。只要我们不厌世、不颓废、不消沉、不抱怨……用自己执着的一种价值取向和生存方式看待眼前这个纷纷纭纭的世界，蛰伏于心的淡



泊与安宁，便会让我们充实、欢乐与丰盈，自然、阳光的味道，就会温暖人心，映照每一段闪亮的日子，与你一生相伴。

儿子，你还要多看书，多听音

乐，多出门旅游，爱山、爱水、爱花……爱一切善与美的事物。儿子，但愿你从此笑口常开，积极、快乐、充实地过好每一天，让每一天都阳光灿烂、温暖如春！

愿你一直向阳成长

张亚凌

笃行，今天是你十五岁的生日。此刻，你跨进了十五岁的门槛，而我也想到了十五岁时的自己：满心憧憬，满腔热情，满眼热望，很多东西似乎只要伸手，就可以立马抓到自己面前。但是，不要以为只要有想法就可以实现，也不要以为只要谈理想，理想就会成真，因为产生丰富而华美的思想总比付诸行动快得多。因此，若一路只是匆匆前行，虽热热闹闹，却会留下许多遗憾。

笃行，这就是十五岁张扬的青春，美如花开，甜似香飘，甜美得可以纵情欢歌，肆意行走，以为随手就可以给梦想插上翅膀一起翱翔。事实却是——

想来像张张嘴水般简单的事，因为自己敷衍而搞砸；想来不会有太大困难的事，因为自己的懈怠而

失之毫厘谬以千里……任由挫败堆积如山，却从不细思自己是否付出努力过而怨天尤人。

笃行，我的孩子，十五岁，容易一刹那豪气冲天，也容易一瞬间自暴自弃。你得学着自控，学着引导自己去寻找那个更为美好的自己。我一直坚信，每个人，冥冥之中都有个最美好的自己在前面望眼欲穿地等着与我们合二为一，就看我们是不是竭尽全力地奔向他（她）。

笃行，你的十五岁与我的十五岁相差了三十年。时过而境迁，很多变化，不论好坏，都不是你我所能左右的。可是妈妈想，一切美好的品质，比如执着、坚韧、奋斗、乐观、正直……永远不会过时。我一直没有丢弃，愿你也一直拥有。

你是我的孩子，但我无法永远荫庇于你。如今的你已经高出我很

多很多，高得让我欣慰、高得足以让我依靠，哪里需要我的保护？而你，恰恰也是个很有思想的孩子，我能做的，就是远远地看着你，偶尔提示你注意一下脚下，适时纠正一下可能偏离的方向，这还需要你一直保护好善听的耳朵。

笃行啊，我的孩子，最美的芳华最容易着色，流下的汗水也会溢彩流光；最美的芳华最容易美梦成真，付出努力定然不会被辜负；最美的芳华最容易烙在记忆深处，你走过的路将见证你的优秀。成长路上自然少不了风雨，愿你学会自我疗伤继续风雨兼程；成长路上兴许也会侥幸获益，愿你能在意外成功后静思而更为慎重。

孩子，今天是你十五岁的生日，我将所有祝福化作一句话：愿你一直向阳成长，快乐生活！



征稿启事

当孩子第一次学会爬的时候、第一次学会走路的时候、第一次学会叫爸爸妈妈的时候、第一次学会用筷子吃饭的时候……在孩子逐渐成长的过程中，相信许多父母都会有不少感慨，也会有不少想对孩子说的话。对此，您有什么关于孩子的成长故事想与我们分享吗？欢迎大家来稿交流。

要求：字数不限，观点明确。请在文末标明您的姓名、地址、邮编，并在邮件标题中注明参与讨论的话题。

邮箱：jswmrtl@163.com 3369157249@qq.com