



爱也是教出来的

吴雪飞

你刚满六个月的时候,我就不得不结束产假去上班,心里对你自然牵挂得不行,所以每天迈进家门的第一件事,就是奔过去抱你。并且一边跟你说话,一边疼爱地亲吻你肉嘟嘟的小脸蛋。那时的你,虽然还不会用语言表达,但你同样会用自己的小手,紧紧抓住我的衣服,冲我开心地笑。

说心里话,自从你来到这个世界上以后,凡是能和你待在一起的时光,我真的是一秒钟也不愿意错过。但是,作为一个从教多年的小学老师,我同样深深懂得教育是条漫长的路,我不能因为爱你而失去底线。因此在你与相处的过程中,我不仅自己以身作则,而且要求家人绝对不可事事以你为中心,而应该把你当作一个独立的个体,彼此平等相待。

之所以在你还这么小的时候,就对你这么“严苛”,是因为这些年来,妈妈曾教过的孩子里,有不止一个孩子因家人的宠溺和疏于教育,而变得任性、自私的例子。所以,我希望对你从小抓起,用润物细无声的方式,给予你全方位的教育,把你培养成一个善良温暖的人。

基于这样的想法,我首先在家庭内部实施起自己的教育方案,第一个选项就是让你学会“爱”。所以,无论是你爱吃的食物、喜欢的玩具、抑或是收到的新奇礼物,我都会要求你学会分享给身边的亲人。待到你稍长大些,我又尝试着让你

对周围的邻居,以及幼儿园的小朋友这样做。并且不时地对你讲:只有愿意与人分享和乐于去爱对方的人,才能获得别人更多的爱与关怀。

尽管在这个过程中,你也曾遭遇过被怀疑、被拒绝的尴尬,由此也委屈、失落过。但我想告诉你,这个世界上之所以有阴影,是因为有光的缘故,就像你不会在一间黑屋子里看到自己的影子一样,因此即便没被接纳也不要沮丧,更不要吝惜去释放自己的温暖和光亮。后来,当你渐渐在分享的过程中,获得了对方更多回馈的时候,终于坚信了妈妈的话是对的。

另外,我还会在你帮我做事后,郑重地说一声“谢谢”,顺便也不忘提醒你,在得到别人照顾和帮助的时候,应该及时表达谢意。我相信最好的爱是流动的,任何单方面的付出与接纳,都不如相互给予和拥有,更平衡、更快乐。此时的你已满六周岁了,看着你一天天如我期待的那样,成长为一个善良、阳光、乐于助人的小小男子汉,我心里真的特别欣慰和幸福。而在陪伴你成长的路上,你也在向我传递了自己的正能量,让我感动的同时,也激励着我不断完善自己,做一个值得你信任 and 欣赏的妈妈。

所以,我想对天底下所有深爱自己孩子的家长说:想让孩子会什么就去教他什么,包括爱的能力。

让故事丰富你的童年

张军霞

你刚满一周岁时,我就在图书馆办理了专门的借书卡。每周为你借五册绘本,每天都选择一些故事读给你听。刚开始的时候你不愿意听,只想看图画。但我还是坚持为你朗读,随着时间的推移,你听故事的时候越来越痴迷,被故事“喂”大的你,也一直把我当成专属的“故事妈妈”。

不久前的一天,我因为生病,嗓子嘶哑,喉咙疼痛,没有办法讲故事,你很不习惯没有故事陪伴的夜晚,一直闹着不睡觉。为了安抚你,爸爸主动请缨,开始为你讲故事。

最开始的几天,你还不肯买账,总说爸爸讲的故事不好听。终于,我的嗓子不痛了,有一天晚上,当我像往常那样准备给你讲故事时,你却指着一本《哪吒闹海》说:“这个故事让爸爸讲!”接连几天,你都提出同样的要求,拒绝我讲这个故事,而爸爸每次讲时,你都笑得前仰后合。我仔细观察才明白:爸爸在讲到哪吒闹海的细节时,加了许多有趣的动作,夸张的语言,充分展现了一个小男孩淘气的一面,我这个当妈妈的讲不出这样的效果,难怪你会拒绝。

你平时比较乖,但每天晚上都不喜欢刷牙,我反复的催促,你却总是磨磨蹭蹭。有一天,我

气极了,差点把刷牙杯都丢到垃圾筒里去,被你吓到了。这时,你爸爸从书房走出来,把你抱在膝头,找出一本《牙婆婆》绘本故事,开始耐心地讲起来:从前,一个叫小真的孩子,最喜欢吃点心,甜甜圈呀,蛋糕什么的,眨眼间就下肚了。可他不爱刷牙。于是,牙婆婆来了,穿上雪白的罩衣,找出雪白的抹布,把沾满食物碎屑的牙齿打扫干净……可是,如果小真从小到大,一直不刷牙会怎么样?那么,假牙婆婆就会来啦,牙医会把小真的虫牙一个一个都拔掉,再装上一口的假牙,再也不能咬坚硬的食物了……

随着爸爸绘声绘色的讲述,你脸上的表情也不断变化,从惊讶到恐慌,没过多久会儿,你就跑来跟我说:“妈妈,我不喜欢虫牙,也不喜欢假牙婆婆,我要坚持刷牙!”真没想到,爸爸的一个故事竟然治愈了你不爱刷牙的坏习惯!

从这两件事中,我也明白:让孩子爱上爸爸讲故事,不仅能加深父女之间的感情,也能弥补妈妈在教育孩子过程中的某些不足,因为妈妈不是全能的,有些角色注定不如爸爸扮演得好,爸爸妈妈学会和谐互补,才能共同为孩子谱写一首美好的童年之歌。

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: jswmtl@163.com 3369157249@qq.com

家长课堂

你真的够努力吗?

徐海



前些天,放学一回家,一脸沮丧的她,就撒气似地把书包扔在沙发上。不用说也知道,准是在下午举行的“祖国在我心中”主题演讲比赛中败北了。“输就输了,闹情绪有啥用,下次继续努力呗!”我边做饭边捎带着劝她。“难道我努力得还不够吗?这十多天演讲稿我都背了快一百遍了!”她一听就开始为自己抱怨,声音里明显透着哭腔。

“东宁,冷静一下、好好说话,不许耍脾气,仔细想想,你真的

够努力吗?如果尽了全力之后失败了,那就更不必有什么遗憾了。这十几天,你是怎么做的我也都看见了,我想问的是:你觉得自己真的够努力吗?”说心里话,这个结果在我的意料之中,因为她在准备的过程中,并没有认真对待。这一次,她沉默了很久时间。再开口时,语气里少了一些理直气壮的不甘。

“妈妈,其实我还可以做得更好一点。演讲稿虽然我背了很多遍,但每一次都不怎么流畅,总是

因为忘词而停下来看稿。还有我的感情也不够饱满,今天参加演讲的几个同学,都比我声情并茂,而且穿了很正式的服装,有两个同学还给自己的稿子配了合适的音乐。跟他们比起来,我的确逊色很多。”其实,她对自己失败的原因心知肚明。我赞同地点了点头,说:“或许之前,你一直认为自己很努力了,但今天你也一定发现了其他同学比你做得更多,那还有什么不服气的呢?就像我刚才跟你说的,下次再有这样的机会,一定更认真一点才行。”她用力地说:“好”!

随着下一次周考的临近,我发现她的学习劲头越来越足,对考试也前所未有的重视起来。不仅制定了具体的复习计划,而且每天不打折扣地执行,这可不太像一贯粗枝大叶的她。不过我倒是挺高兴的,感觉这孩子终于开窍了。不消说,周考的成绩自然也突飞猛进。为了奖励她,我和先生还专门带她去吃了顿最喜欢的西餐,一家人边吃边聊,气氛十分融洽。

“东宁,怎么这段时间这么认真啊?”我问道。“您不是总说我努力程度不够吗?这次我就想使劲儿努力一把,看看自己到底能做到什么样。而且这段时间,我也一直在悄悄关注班级里学习好的同学,现在我终于知道了,那些成为学霸的同学,并不是比我聪明许多,而是比我更加努力。所以呢,我也想挑战一下自己,而且会一直坚持下去。”我相信,此刻任何一个妈妈听到这番话,保准都会如我一样心花怒放,所以一激动,我又承诺给她买一套她心仪已久的科幻小说。

无数的事实告诉我们:一个人的努力程度,将决定他的未来方向。那么,就让我们不断鼓励孩子做一个足够努力的人,并引领她走向更好的人生。

和孩子一起种“希望”

刘亚华

周末,我带着孩子回乡下母亲家,正赶上集市里在卖果树苗,有桃、梨、樱桃、香柚等,品种繁多,应有尽有。早就听母亲说,院子里空落落的,想要种点东西。种啥呢?当时我建议种桂花,满院的桂花多香啊,但现在看到这些果树,我突然改变了主意,就种果树吧!秋天的院子,要是树上都结满了果子,那该是一番多么喜人的丰收景象啊!即使看着,也能让人赏心悦目。

毫不犹豫地,我将中意的果树各买了两株,总共12株,价格也不贵,才花50元钱。抱着树苗回家,母亲高兴得合不拢嘴,说这么多果树,即使有些树成活不了,也足够孩子们吃的了。母亲说:“放着,等我有空来栽吧。”我回答她:“还是我来吧,正好我想带着孩子

去种树。”

女儿听说要去种树,兴奋得不得了,跟在我后面,叽叽喳喳个不停。我扛着锄头,提着水桶,在母亲的指点下,开始了种树。为了让女儿了解种树的过程,我和她分了工,我负责挖坑、培土,她负责扶苗、淋水。女儿一边做事,一边问我:“妈妈,什么时候会结果子啊?”我说:“两三年吧,到时候你还可以自己爬上树去摘。”女儿舔舔嘴唇:“我最喜欢吃樱桃了,妈妈,樱桃红红的,好看又好吃。”那美味的果子,仿佛就在眼前似的,女儿干得更卖力了。

一个多小时以后,我们终于将全部的果树都栽好了,虽然女儿满身是泥,也累得满头大汗,但她笑得很开心。等回到家中,她天天和外婆通电话,不仅在电话里询问小

树的长势如何、浇水没有,而且还学着我们的样子,对老人嘘寒问暖,逗得老妈很是开心。

昨天,她在作文里写道:“春天正是种树天,星期天,妈妈带着我去乡下种了果树,有桃、梨、香柚,还有我最喜欢吃樱桃。我希望那些小树能快快长大,结出香香的果实。妈妈还告诉我,她之所以要坚持带我种树,是因为她想让我知道,只有播种才能收获,种下的虽是果树,但更是希望。它让我明白,劳动是光荣的,也是快乐的,我也是爸爸妈妈心上的小树,我会更加努力地茁壮成长,成为他们的骄傲。”

女儿的作文,看得我眼里泛泪花。我的眼前,也仿佛看见,我期盼的小树,长成了参天大树,枝叶繁茂,秋果飘香。

赢得孩子胜过赢过孩子

谢敬敬

我是一个比较强势的妈妈,容不得孩子对我有一丝的违拗。女儿小的时候还好,但随着年龄增长,身上渐渐长出了“刺”。

在最近一次选择校内兴趣班时,我们俩发生了激烈的矛盾。我希望她参加素描绘画班提升艺术气息,她却执意选择了刺绣班。于是,我私自找到她的班主任为她改了兴趣班。那天放学回家,她进门就把书包“啪”地摔到地上,我见状,吼道:“还反了天了?”她小脸憋得通红,眼里噙满泪水,声嘶力竭地喊道:“你是个坏妈妈,我再也不想理你了。”说完,径直跑回屋,“咚”地一声把门摔个震天响,随后,屋里传来“呜呜”地哭声。

从小到大,女儿从没有在我面前如此“放肆”。我突然有些不知所措。随后几天,除了我问话时她“嗯、啊”地回应之外,一句话都不肯跟我说。没过多久,她的班主任

就在微信里向我询问:“孩子是不是受委屈了?最近,我有几次看到她偷偷坐在座位上抹眼泪,问她话,她也不说。这种情况,对孩子的成长不利啊。”我意识到了问题的严重性,于是,我把私自修改她兴趣班的事跟班主任说了。

听完后,她的班主任叹道:“我还以为是孩子托你帮她改的兴趣班呢。”我忙问:“我该怎么改变现在这种状况?”班主任说:“孩子到了这个年龄段,有了自己的思想,你不能再像对待幼儿时期的她那样,任意地帮她做选择。孩子渴望得到的是家长的尊重与理解……”通过跟老师的一番交谈,我知道了症结所在:我事事打着“为她好”的旗帜,用各种方法去“战胜”她,在这“较量”的过程中,我的强势只会让她觉得挫败,没有得到应有的尊重与理解。

明白了这一点,我试着改变自己的言行举止。于是,我尊重

她的意愿帮她改回了她想要上的刺绣班。上完刺绣班回来的那天晚上,自上次发生冲突以后,她主动地跟我说了第一句话:“谢谢妈妈帮我改回兴趣班。”还给我投来了一个感激的眼神。这让我觉得,自己的改变是值得的。接下来的日子里,她表现好的地方,我都及时给予肯定和表扬。她有问题征求我的意见时,我也会先询问她的想法,在彼此的交流沟通中寻得最佳的解决途径。遇到两人意见相左时,我也收起以往“就听我的”这种霸道作风,而是选择先暂停对话,冷静的思考一番后再重新跟她进行交流。我的改变,也让亲子关系变得融洽了许多。

通过这件事我明白,其实作为父母,我们所做的也不一定都是对的。和孩子相处最重要的是要学会尊重和理解孩子,我们要做的是赢得孩子而不是赢过孩子!



小儿感冒

两个方子管用

春暖花开,孩子们脱下厚厚的冬装,尽情徜徉奔跑,亲近大自然。可不曾想,季节交替,气温忽冷忽热,尤其是幼儿园的孩子,一不小心便容易着凉感冒。面对春季感冒高发,家长该如何应对呢?

孩子感冒后,家长一定要注意观测体温,一般体温超过38.5℃,应及时给予退热药。目前临床推荐的退热药是布洛芬和对乙酰氨基酚,家长按说明书给孩子服用即可。也有些家长会首选物理降温、推拿按摩等方法,这种做法也可行,但若体温持续不降且超过38.5℃,应尽早服药并就医治疗。

除了正确用药,小儿感冒时,饮食应清淡易消化,适当有营养。这里给大家推荐两款食疗方,不妨配合食用。

1. 冰糖梨水。鸭梨一个(不去皮),洗净,切1厘米大小的块,放入砂锅,加水500毫升,加入川贝粉3克、1.5厘米生姜2片,大火烧开,小火慢炖30分钟,加入冰糖10克,融化即成,小几分3~5次饮完。

梨和川贝均属寒凉之品,梨具有清热、生津、润燥的功效,川贝润肺止咳、冰糖甘寒,清热润肺,三者共用效果倍增。由于小儿肺脾功能不足,三者略显寒凉滋腻,而生姜味辛、性微温,具有生发宣散之力,加入少许化痰降燥,温润可口不生痰。适用于小儿热性咳嗽、咽干咽痛、少痰或痰黏稠不易咳出者。

2. 萝卜汤。白萝卜(不去皮)500克,洗净切小块,高汤500毫升、葱白段2厘米,一起下锅,煮开后调至小火,熬至萝卜软烂即可,调味后关火。一日分3次服用。

白萝卜色白入肺经,性辛甘,可下气化痰、消食通便。葱白辛温,具有发汗解表、通达阳气的功效,与萝卜共煮可宣肺化痰、降逆止咳,小儿咳嗽痰多适用,若阴虚少痰则不宜。

(据人民网)

儿童要吃

营养补充剂吗

武汉市肖女士问:我家孩子两岁了,平时体检各项指标都正常,医生没让额外吃营养补充剂。但周围很多朋友的孩子都在补,想问问是不是所有的孩子都需要吃?

湖北省疾病预防控制中心卫监所营养与食品安全部博士欧阳英英解答:儿童生长发育迅速,易发生多种微量营养素的摄入不足。如果儿童时期膳食结构不合理,又未能通过其他途径(如膳食营养补充剂)获得补充,容易发生营养缺乏病。《中国0~6岁儿童营养与健康状况》结果显示,我国儿童钙与维生素D缺乏仍很常见。调查发现,钙补充剂使用率最高,其次是维生素D。但值得注意的是,儿童年龄越大,缺钙比例越高,以学龄组最高。此外,40%以上的儿童存在不同程度的铁缺乏,但含铁补充剂使用率并不高。

从各补充剂中营养素日均摄入量来看,补充剂摄入量范围跨度较大,且有部分极值超过可耐受最高量,3~6岁儿童维生素A补充剂摄入量的均值超过推荐值。原因可能是部分使用者在产品选择上存在问题,使用方法不正确等。因此,孩子是否该吃营养补充剂,建议在专业人员指导下,结合儿童生长发育情况,并按要求使用。

(据人民网)