我想对你说

最好的爱是流动的

徐平

小鹿,你好:

自上幼儿园起,我就不再把你当小孩了。不仅交代你要开始学习自己叠被子、洗袜子、收拾书包,而且要求你管理好自己的情绪,不能随便跟老师和小朋友耍脾气(我担心在家爱卖萌、好撒娇,不达目的誓不罢休的你,把这一套“忽悠”爷爷奶奶、姥姥姥爷的本事,依葫芦画瓢地照搬到新环境里去)。

事情果然不出我的所料。在家这方小天地里,被爱你的亲人们宠溺得享受惯了VIP待遇的你,明显不适应身边那些好吃好玩的东西不再归你一个人独有的现实。不是趁别人不注意偷吃人家的零食,被小朋友告了状;就是因为好胜心作祟,跟小伙伴抢玩具而扭作一团。反正刚入园的那阵子,你几乎没有一天不出状况的。

虽然有些气恼,但我并未上纲上线地训诫于你。因为我认为对于一个仅三岁的孩子来说,学习的脚步才刚刚迈出,这个过程不仅需要严厉的管束,更需要时间的浸润。而且,我希望你在学习各种技能之前,首先能学会爱与分享。所以,每每遇到因你表现不佳,伤害了别的小朋友时,我都会耐心地帮你做换位思考,让你明白“己所不欲、勿施于人”的道理,希望你以后再做什么事情之前,先好好想一想。

在我眼里,你除了有点顽皮和爱动之外,是个挺可爱的小男生。不仅继承了父亲身上北方人的豪爽与担当,而且遗传了我的敏感与细腻。所以你通常会在我讲清道理之后,主动地去跟人家道歉,并送上一点小礼物作为补偿。一个月后,诸如此类的“恶劣”事件就很少再发生了,但这些问题,还是让我意识到了家庭教育这块儿有所欠缺。

为了尽快地帮你进步,我先对家里拿你当“宝贝”的爷爷奶奶、姥姥姥爷“约法三章”。叮嘱他们无论如何,不能凡事都随着你的性子。不然,你势必会变成一个任性、自私,不懂得为别人着想的人。就这样,我们开始有意地跟你“分”水果、“抢”玩具、“争”遥控器,总之不管你有什么,大家都要凑过去分一杯羹。这让此前一直以自我为中心的你,慢慢地学会了去主动关心和照顾别人的感受。最让大家意外和感动的是儿童节的时候,你像所有小朋友一样在老师的帮助下,给家人录制了一段视频。那也是我们第一次听到,你用真挚的表情和稚嫩的声音表达对我们的爱。

现在你已经是个七岁的小“男子汉”了,不仅乐观开朗,而且热情勇敢。最喜欢做的事,就是跟我们一起去社区进行志愿服务。这几年,借着每天晚上的亲子阅读时间,我陆续地给你讲了一些关于善良、诚信、孝顺和珍惜的故事,就是想耳濡目染地告诉你:最好的爱是流动的,你要想在别人身上获得什么,就要先去付出什么。

爱你的妈妈

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

让孩子学会珍惜劳动成果

刘亚华

女儿挑食,每次吃饭都是这个碗里扒一扒,那个碗里翻一翻,然后一副无精打采的样子,咽一点点白米饭。我问她为何不吃菜,她说没有她爱吃的。看着自己精心做的菜,她却并不把它当一回事,我很是失落。开始时,我还认为可能有些菜是真的不合她的口味,便极有耐心地换着花样做。可后来即使天天换花样,她还是一副毫无食欲的样子,我的气便不打一处来。有一次,实在气不过,我怒气冲冲地教训她:“我辛辛苦苦地给你做饭,你却根本没吃几口,完全不尊重我的劳动成果!”

老公笑了笑,说:“这不是她的劳动果实,当然一点儿也不会心疼。以后,你不妨试试让她自己做。”我灵机一动,可不是?不是她的劳动成果她怎么会珍惜呢。想想上次,她做了一个手工,整天小心呵护的样子,我突然就想,要是让她自己学着做菜,那她会不会爱吃呢?

不管怎样,我还是决定试试。一听说我要教她学做菜,女儿高兴极了,说如果能够吃到自己做的菜,肯定会特别幸福。

我想先从最简单的西红柿鸡蛋汤做起。女儿第一次下厨,我让女儿先切西红柿,她小心翼翼地拿着刀,却无从下手。我教她把西红柿切成两半,然后再切成片,再将切好的西红柿装盘,锅里放了油后,再把西红柿放进锅里,虽然嘱咐她要小心,但她还是被一滴热油溅到了。我以为她会哭,哪知道她只是“哎哟”了两声,在水龙头上冲洗了几下,又继续翻动锅里的菜。待西红柿炒熟后,我教她往锅里倒上一碗水,烧开后磕上两个鸡蛋,搅拌搅拌,放点盐,撒上葱花,一碗香喷喷的西红柿鸡蛋汤就做好了。

饭桌上,我和老公都夸鸡蛋汤好喝,女儿也喝了一大碗,说自己做的真美味。那一天,她破天荒地吃了整整一碗饭。

第二天,我开始教她做西红柿炒鸡蛋,有了第一次的经验,再做西红柿炒鸡蛋就容易多了。和汤相比,女儿更爱炒的,说更入味些。那一天,她多吃了一碗饭。有了这两次实验的成功,每天吃饭时,我都会先把菜切好,让她来炒,没几天功夫,女儿便学会了炒土豆丝等等,虽然有时候菜有些烧糊了,但我们还是夸她做的好吃,女儿对自己的手艺也很是满意。

不知不觉,女儿已经学会了好几样拿手菜,也没有原来挑食了,看着她在饭桌上吃得很香的样子,我知道这个方法可行,并准备让她继续坚持下去,让她的拿手菜越来越多。

尊重孩子的选择

孟祥菊

傍晚散步归来,我被出现在家门口的一幕吓到了:表妹家的小女儿玲玲正蓬头垢面地蹲在台阶上,一双眼睛又红又肿,显然是刚刚哭过。见到我后,玲玲迅速起身,用手背揉了揉眼睛,嘟着嘴和我打声招呼。我把她拉进屋里,耐心地哄她吃了晚饭,又为她端来几样水果和甜点,玲玲的心情逐渐平静下来,随后不待我发问,便气呼呼地说出了事情的全部经过——

今天午后,玲玲随妈妈去少年宫参加钢琴升级考试,由于过度紧张,这次的级考又没通过。妈妈见状,感觉面子上下不来台,当场便对玲玲大吼起来,怒责她不争气,白白浪费了家里的钱……玲玲是个自尊心极强的孩子,妈妈的话令她既难堪又反感,一气之下,就哭着逃出人群,偷偷地跑到我家来了。

“大姨,我先在你家躲两天,省着她老逼我学钢琴!但这事儿你别告诉她,好吗?”玲玲抬头望向我,郑重地向我恳求着。

“可是,你就真的那么讨厌学钢琴吗?”我搂过她的肩问道。

“不爱学!我的手指不灵活,脑子也记不住曲谱。再说,我连唱歌都跑调,弹钢琴更是好比登天!”说到这里,玲玲忽然话锋一转,颇为理性地继续说道:“大姨,我喜欢看书和写作,我的作文成绩在班里一直很好。可妈妈从来不理会这些,她只一味地让我学钢琴,说这样将来能够出人头地。可弹钢琴这件事只是妈妈的理想,和我毫无关系!”

真没想到,玲玲刚满十一岁,却能一口气说出这么多的大道理,且样样在理。为此,我笑着答应了晚上留她在此居住的请求。

刚安抚完玲玲,家里的座机响了,是表妹打来的,她焦急地向我说起玲玲“失踪”的事,并求我帮她去找找。表妹心脏不好,为防止发生意外,我在电话里如实向她讲述了玲玲的状况,同时指责了她的行为。表妹听后,竟委屈得抽噎起来。待她哭过后,我开始苦口婆心地开导她:“姐知你在市文工团上班,自幼酷爱弹钢琴,只因从小家境困难,没能在艺术特长方面有所突破。玲玲的出生,成了你寄托希望的载体,所以你不惜花重金请人教她学钢琴,希望在孩子身上实现自己的愿望。但这种做法实在不妥!因为每个孩子都是生命个体,不是玩具,她喜欢的事情自然愿意去做,不喜欢的事情自然排斥!再有,学钢琴这件事不是每个孩子都能学得进去的,它需要一定的天赋啊!”面对我的一阵劝说,电话里安静极了。过了好长时间,里面才断断续续传来表妹的声音:“姐,你说的对,我其实也发现了玲玲确实不是弹钢琴的料。我也想好了,以后不逼她学了,只要她能把文化课这块儿学好,身体健健康康的,我也就知足了……对了,玲玲自幼和你关系要好,她如果想就让她在你家住两天吧,等心情好了再回来……”

其实,细想我们每个大人的身上都存在诸多的不如意,或学业无成,或考试不第,或愿望落空,构成了各自人生的短板。但无论怎样,大人身上的这些短板不能借助孩子的未来去加长,否则只能变相加重孩子的身心负担,甚至会影响到孩子一生的成长,所以,家长们都应该学会尊重孩子的选择,让孩子自由成长。

夸奖孩子“细枝末节”的进步

刘希

看到书上说:“好孩子,夸出来,想要孩子变得越来越好,就要不停地夸奖他。别人的夸奖,不仅能让孩子自信心十足,还能让他们对生活充满热情,让孩子向更好的方向发展。”

于是,我也经常夸奖女儿:“宝贝,你真棒!”“宝贝,你太厉害了。”“宝贝,你都快成我的偶像了。”刚开始,女儿听到这些夸奖很是兴奋,再后来,她对于这些夸奖便无动于衷了。再怎么夸,也还是老样子。

我把这件事跟做教育的表姐说,她笑了起来:“你呀,没夸到点子上,会有啥效果?”我一脸疑惑:“难道,夸奖还有学问呀?”

“可不是,你得夸得实际些,夸奖孩子要用到描述性语言,让她意识到,在这方面她的确很棒。譬如,孩子每天坚持读了英语,你就这样夸:‘宝贝,你每天都坚持读二十分钟英语,这种自主学习和持之以恒的精神特别的好。’譬如,孩子每天都把书包收拾得很整齐,你就这样夸:‘宝贝,你的书包每天都是自己整理得井井有条,妈妈根本不用操心,你真棒!’譬如,孩子主动帮你干家务,你就这样夸:‘宝贝,你今天主动帮助我洗碗了,而且每一只碗都洗得发亮,你干活特别认真,真的很不错。’我相信,孩子听到这些话后,不仅能更清楚地意识到自己的长处,而且你夸到了点子上,没有胡夸,她们当然更乐于接受了。如果只是一味地给他们戴‘高帽子’:‘真棒,你太棒了,你很厉害!’他们就会不知道到底是哪方面做得好,哪方面需要坚持,哪方面还需要努力,当然效果就会差很多。”

表姐的一席话,让我醍醐灌顶。想想以前,自己虽然夸了孩子,但夸奖的效果并不怎么好,于是决定按照她教我的方法,对女儿进行描述性语言的夸奖。

那天,我买了一袋桃子,女儿削了一个给我吃。我适时地夸奖:“宝贝,知道孝顺父母了,这点值得表扬,并且希望你继续发扬。”女儿的成绩有了进步,我找出上次考试的卷子对照着说:“宝贝,这次你进步了五分,真的很棒。你还有进步的空间,更要努力哦。”女儿一连五天坚持读了英语,我夸奖她:“连续坚持五天了,你真的很厉害。再坚持坚持,就能养成一个好习惯。”女儿跑完了三公里,我适时地夸奖她:“这次比以前强多了,你的身体一定会越来越好的。”

我发现,夸奖孩子“细枝末节”上的进步后,女儿看到了自己的优点,知道了自己还需要努力的地方,她变得越来越自信了,并且对学习和生活有了规划,对自己的要求也更严了。

“拼”在一起过暑假

梁惠娣

现在什么都流行拼,拼吃、拼住、拼车、拼游……我突然得到灵感,何不“拼暑假”?

为什么我会有这种想法呢?因为我发现自从放暑假以来,我九岁的女儿就整天呆在家里,不是看电视,就是打游戏,成了名副其实的“宅童”,让我好不担心。于是,我在小区的QQ群里进行了一番呼吁,让大家把孩子都凑到一起“拼暑假”,没想到,很快便得到了众家长的响应。随后,大家就一致选举了我的邻居陈阿姨为“拼暑假”的主要负责人。陈阿姨是某小学的资深老教师,有着丰富的“育孩”经验。第二天,众家长都把小孩送到陈阿姨家,然后陈阿姨带着这些孩子读唐诗、唱歌、做游戏、画画、做手工、写日记、做暑假作业……“节目”丰富多样。我们这些家长们去上班的时候也更加没有后顾之忧了。

在“拼暑假”的过程中,孩子的家人们在有空闲时也轮流地参与了进来,辅助陈阿姨一起管理和陪护这些小孩。例如,丽丽的爸爸踢毽子很棒,他教孩子们踢毽子;芳芳的妈妈是拉丁舞教练,她教孩子们跳舞;亮亮的妈妈是面包师,她教孩子们简单的烹饪;我则发挥我写作的特长,教孩子们写作文。

周末的时候,家长们也参与进来与孩子们一起参加各种各样的活动。例如:有的周末,我们驱车带小孩去看海,在沙滩上玩耍;有的周末,带小孩去公园,看树赏花、踏青写生;有的周末,我们也带小孩驱车到乡下,让他们体验别样的乡村生活,从而培养他们艰苦朴素的意识;也有的周末,我们带小孩在城市一日游,回家以后让孩子写日记,记录这一天的所见所闻……这样既开阔了孩子们的视野,陶冶了性情,又锻炼了他们的观察能力和写作能力。

转眼间快一个月了,我问女儿:“这样‘拼暑假’的感觉如何?”女儿高兴地说:“这样过暑假很有趣,这也是我过得最开心的一个暑假了,每天的时间都过得飞快,而且,我还学习了不少东西、认识了一帮好伙伴。”女儿高兴,我心里也跟着高兴。

我觉得,“拼”在一起过暑假,既让孩子每一天都在轻松中度过,又锻炼了孩子各方面的能力,如此过暑假,既愉悦身心,又有意义。

小贴士

孩子过敏体质?试试三伏天灸!

陈辉

三伏天开始了,正逢孩子们放暑假,有过敏性鼻炎、哮喘、经常腹泻的孩子不妨试试三伏天灸。广州中医药大学肖达民教授介绍,儿童的皮肤薄嫩,对药物的吸收效果更好。且儿童脏气轻灵,药效更佳,三伏天灸“冬病夏治”效果更好。

过敏体质孩子适合贴天灸

肖达民教授介绍,由于遗传以及现代的生活环境,有过敏体质的孩子越来越多,他们往往会受到过敏性鼻炎、哮喘、皮肤湿疹等问题的困扰,这类体质的孩子,是比较适合三伏天灸。天灸是以辛温药物敷贴特定穴位,可提升人体阳气、温通经络,调理脏腑,使人体阳气更加充沛,从而对肺脾肾等脏腑功能进行调节,增强机体的免疫功能,抑制过敏状态,提高抗病能力,是防治哮喘、过敏性鼻炎等疾病的一种有效手段。最好能够三伏、三九都贴天灸,坚持两到三年,体质有望打个翻身仗。

如何保护孩子娇嫩皮肤

贴过三伏天灸的人都知道,贴了天灸后皮肤可能会出现红、痛,甚至起疱,孩子的皮肤这么娇嫩,如何受得了?肖达民教授介绍,大多数天灸药物都是用辛温药物加姜汁调制而成,刺激性比较强,有些医院也有专门针对儿童的天灸,选用的药物更加温和,并用蜂蜜代替姜汁来调制,对皮肤的刺激性大大降低。

另外,也可以通过控制贴药的时间,降低对皮肤的刺激。由于气候及个体差异,膏药贴上皮肤可能会出现瘙痒、发热、刺痛等感觉。建议贴的时间不用太长,发现孩子皮肤发红明显,没有起疱时,效果最佳,此时应该及时中断敷贴。如果出现了水疱,小水疱处保持干燥可自行吸收,若水疱较大,并出现渗液,可外敷消炎药膏,以防感染。

此外,“三伏天灸”贴敷当天要避免直吹电扇和空调;贴敷期间忌食生冷、油腻、辛辣之物。

三伏天儿童饮食要点

肖达民教授认为,三伏节气是暑湿最旺之时,可以适当给孩子煲些健脾祛暑、益气养阴的汤水,可选用莲蓬、莲叶、芡实、冬瓜、薏米等食材。如果孩子脾胃偏弱,可用莲子、淮山、茯苓、白术煲些益气健脾的汤水。平时还可给孩子泡些陈皮水来喝,或在汤水中加些陈皮,有健脾醒胃的功效。

夏季幼儿疱疹性咽峡炎多发应做好防护

李松

夏季是幼儿疱疹性咽峡炎多发的季节。专家提醒,疱疹性咽峡炎具有传染性,除应及时到医院对症处理外,家长还要做好健康监护、居家消毒等工作。

最近家住重庆渝中区的3岁小孩淼淼持续感冒发烧了几天,咽喉部还长了一些红泡泡。经重庆医科大学附属儿童医院医生检查发现,孩子患上了疱疹性咽峡炎。

重医儿童医院口腔科医生李立介绍,疱疹性咽峡炎是由肠病毒引起的一种常见病毒性咽炎,以呼吸道飞沫为主要传播途径,多见于1岁—7岁的孩子。李立说,在临床表现上,疱疹性咽峡炎发疹时,患儿可出现高热、咽痛、烦躁不安、流涎、厌食等症状。

医生提醒,为了预防疱疹性咽峡炎,家长应让孩子勤锻炼,平时注意多喝水,合理搭配膳食,多吃新鲜水果,提高身体免疫力。同时,勤给孩子的玩具、奶具消毒,注意保持口腔、皮肤清洁。