



有一种幸福，叫陪孩子一起成长

随着保姆费用的居高不下、隔代育儿的力不从心等现象的出现，一些女性生完孩子后选择做了全职妈妈。几年前，随着孩子的降生，在全家人的支持下，张小敏也选择做了一位全职妈妈。在她看来，这份特殊的工作虽然很累但更多的是幸福和快乐。7月5日，记者见到了张小敏，听她讲述和儿子张涵森之间的亲密故事。



→张小敏陪儿子一起画画。

□文/图 本报记者 王培 见习记者 杨旭



全职妈妈的艰辛

记者见到张涵森时，他正在屋子前的平地上和小朋友一起跑着玩，妈妈叫了几遍，他才满头大汗跑过来跟记者打招呼。张涵森今年五岁，在市区一所幼儿园上学。

“我身边很多朋友都当妈妈了，因为休完产假要上班，很多人就把孩子交给家里的老人来带，但是我想自己带孩子，看他第一次微笑、第一次翻身、第一次站立……我希望孩子每一次新的尝试，我都不会错过。所以，经过深思熟虑，

在家人的支持下，我选择做了全职妈妈。”今年26岁的张小敏对记者说，全职妈妈可以把整天的时间都留给自己的孩子，安抚他、拥抱他，会让你觉得自己是世界上最幸福的人。

相信在很多人的观念里，“当妈”这件事儿是一个简单的工作，女人到了年龄结婚、生子，于是自动上岗。而事实上，做母亲，特别是做全职妈妈，却不是一件轻松的事情。

“我每天的时间都安排得很

满。早上起来送孩子上学，回来后要洗衣服、打扫卫生、做家务。买菜做饭，一日三餐，花心思合理搭配饮食营养，保证家人的健康。下午去接孩子放学，晚上陪孩子看书或者陪他去上兴趣班。儿子在家的时间，每天晚上和周末全部用来陪伴他。”张小敏说，孩子的爸爸工作比较忙，孩子从小就是自己带的，有时候真的感觉很累，仅是全天陪孩子玩，然后在孩子睡着后整理玩具收拾残局这一项，就相当消耗精力。



收获快乐和幸福

在带孩子的过程中，虽然有点累，但张小敏收获的更多是快乐和幸福。

“平时看我比较累，儿子都会过来给我捶捶背，亲亲我，这时候真是感觉很幸福。我以前是个急性子，脾气也不好，但是随着一天天陪伴儿子成长，我发现自己越来越

有耐心，喜欢看着他每天带给我不一样的惊喜和变化，他让我体验到作为妈妈的幸福。”张小敏说，平时，她也看了不少家庭教育方面的书和文章，了解到“高质量的陪伴，就是最好的教育”“想要孩子成长为什么样的人，自己先成为那样的人”“和孩子要像朋友一样平



善于发现孩子的兴趣点

对于孩子的教育问题，张小敏也表达了自己的看法。

“孩子小时候一定要养成好习惯，要懂礼貌，我在这些方面很注意培养孩子。你想想孩子变成什么样，首先自己要做到给孩子树立榜样。比如，你想要孩子看书，但是自己却在玩手机，孩子就会说凭什么你能玩他就不能玩，这样是教育不好孩子的，所以我平时做事时很注意。带孩子责任很大，有时我也会觉得压力很大，怕教育不好孩子，怕孩子养成不好的习惯。”张

小敏说，另外，这个年龄段的孩子开始对某些方面表现出特殊的敏感和强烈的好奇心，也正是培养他们兴趣爱好的最佳时机。她给儿子报了轮滑班和画画班，这些都是他自己比较感兴趣提出想要学习的。只有在自愿的基础上，孩子对某件事物感兴趣，他才会愿意去学，学习效果才好。

除了在家全身心陪伴孩子，孩子上学张小敏也没闲着。“我每天都会跟老师沟通，看孩子在学校怎样，如何教育孩子，我都会跟老师

等相处，了解孩子内心”等，自己也用心去实践，越来越享受和儿子的亲子关系。“有时候感觉不是我在陪伴他成长，而是他在陪伴我又成长了一次，像一面镜子一样折射出了我身上的很多不足，从而反省纠正，慢慢变成他更喜欢的妈妈。”

讨论。有些家长认为孩子送到学校就没事了，其实，作为父母一定要多关心孩子在学校的学习生活，要积极配合学校教育，才能事半功倍。”张小敏说，她还是学校家委会的成员，平时积极参加和配合学校的各项活动。

张小敏说，自己当妈妈时年龄很小，育儿经验很缺乏，一路走来，自己和儿子一起在成长，是儿子给了她一个学习的机会，她只有更加努力，才能与孩子互动互补、一起成长，一起进步。

亲子讲堂

八招教会孩子如何防范意外伤害

窒息、溺亡、坠楼……近期，接连发生的儿童安全事故让人痛心不已，也引发了人们对于儿童安全话题的再度聚焦和思考。进入暑期，又到了儿童安全事故高发期，孩子身边还有多少“伤不起”的疏忽亟待填补？家长又该如何为孩子的安全保驾护航？下面介绍八招教会孩子防范意外伤害。

一、注意获取感觉

在紧要关头，应该相信直觉。家长不仅要告诫孩子留神从接触的人或事中获取不安的感觉，还要注意倾听，鼓励孩子讲出他感觉不安的人和事。

二、学会识别诱惑

平时，家长应告诉孩子，对于陌生人问路或请求协助寻找丢失的宠物之类的事应保持警惕——这是犯罪分子诱拐儿童的两种普遍策略。有的罪犯自称是消防人员，编造你家房子着火的紧急情况等。家长应告诉孩子，任何人甚至是警察和消防员，在未得到孩子监护人允许的情况下，都不能将他带走。

三、不要只关注陌生人

家长常会这样叮嘱孩子：“不要跟陌生人说话。”什么是陌生人？孩子并不一定真正懂得，若让孩子画出陌生人的面孔，一般他都会画出一个可怕的面孔。其实，那些想侵犯孩子的人一般都会装出一副和蔼可亲的面孔。据有关方面调查，对儿童进行性犯罪的嫌疑人中90%是儿童认识的的人，家长应特别提醒女孩儿不要单独外宿或跟异性到任何地方去。

四、要学会大声呼叫

小孩子身单力薄是打不败侵犯者的，因此不用教一个小孩子如何用拳头打败侵犯者，但是孩子却能

做许多吸引周围人注意力的事情。比如，大声呼喊：“救命！他不是我的爸爸！”骑自行车的孩子可以利用自行车为掩护物，让罪犯难以将你劫持走，同时大声呼救。这样会引起围观者的注意和警惕，争取得到救助的可能。

五、要勇敢地说：“不！”

做父母的都想培养有教养的孩子，但也让孩子知道，什么时候可以打破常规。比如，假如有人威逼孩子做无礼或危险的事时，要勇于说“不”！

六、能帮你的人很多

遇到麻烦找警察，是最基本的常识，但仅此还不够。假如警察不在附近，孩子就不会求助于任何人。还应让孩子知道，公园、商场、电影院等地方的工作人员都可以求助，多一个机遇就多了一个生存的希望。

七、警惕电子领域

无论家里有没有计算机，家长告诉孩子注意电子领域的安全事项也非常重要。孩子可能在学校、图书馆和同学的家里使用网络，因此，应告诉孩子要注意保守家庭及个人的一些秘密，不要轻易约见在网上结识的任何人。

八、在游戏中提高应急能力

仅跟孩子讲述一些自我保护的方法是远远不够的，说了当时可能记住了过后一会儿就忘记。唯一能使孩子掌握的途径是通过角色游戏和演练，并且经过多次演练逐渐掌握要领。在家庭游戏中，父母可设计多种可能发生的情景，向孩子提出问题，测试他们的反应能力。同时，还要演练父母和孩子之间如何保持通讯联络等内容。

晚综

育儿有方

巧妙应对孩子的“讨价还价”

“妈妈，我再吃一块巧克力行不行嘛？”“爸爸，我再看十分钟电视呗！”“奶奶，我今天只上半天幼儿园好不好？”……随着孩子慢慢长大，渐渐开始跟父母谈条件。“讨价还价”可以增强孩子的自主意识，促进成长，但是如果父母处理不当，也会带来负面影响：一味妥协会让孩子变得自私、骄纵；一味拒绝会让孩子变得怯懦、无主见。宝宝“讨价还价”时，家长该怎么办呢？

商定规则 与孩子一起协商规则更能激发他遵守规则的主动性。家长要以通俗的语言告诉他为什么制定这样的规则，为什么有些事不可以不能“讨价还价”。比如，家长与孩子商定规则“先洗手，再吃饭”，这不可“讨价还价”，否则手上的细菌就会吃进嘴里会生病。

抓大放小 孩子“讨价还价”，家长不可一味妥协，也不可全部拒绝。重大原则性问题一定要拒绝，

不给孩子“讨价还价”的余地，比如，“晚上刷牙后不能吃东西”，这是个原则性问题，家长不要做任何让步。对于非原则性问题，可以适当让步，给孩子一些自主的空间。比如，“先收玩具，再看动画片”，孩子央求先看动画片，再收拾玩具，父母可以做适当让步，只要孩子能把玩具收拾好就行了。

态度一致 家长立场要坚定，前后态度要一致，不可情绪化，不能心情好时孩子“讨价还价”就让步了。孩子尝到甜头，就会察言观色，想方设法让家长妥协。

做好“售后服务” 家长无论是拒绝还是妥协，都要向孩子讲清理由，让他明白其中的道理。对于非原则性问题，家长做出让步后，还要督促到位，不可放任自流。比如，孩子央求先玩游戏，再整理房间，家长在让步后还要督促孩子整理房间，落实到位。

晚综