

陪伴,才是给孩子最好的礼物

拥有一对龙凤胎,令很多家长羡慕,家住市区长江路碧桂新苑小区的刘莉欢和老公牛菲就是这样一对幸运的夫妻。2014年,他们拥有一对可爱的龙凤胎。作为新手父母,享受着孩子带来的幸福和快乐的同时,在育儿路上也收获了很多。12月19日,记者在刘莉欢家中见到了这对可爱的小兄妹——4岁的牛宸瀚和牛宸妍。

□文/图本报记者 刘亚杰



牛宸瀚和牛宸妍在看书。

1 配合幼儿园老师做好教育

“同时带两个孩子确实不是一件容易的事情,两岁前,每天家中不能少于三个人照看孩子,等两个孩子可以交流玩耍后,情况稍微有了好转。我和丈夫非常注重孩子习惯的养成,比如生活习惯、阅读习惯,就像叶圣陶说的,什么是教育?简单一句话就是要养成良好的习惯。现在孩子已经上幼

园,虽然省心很多,但是配合老师做好家园共育也非常重要。”刘莉欢说,幼儿园阶段是孩子养成良好习惯的关键时期,也是培养孩子独立吃饭、穿衣的关键时期。总有家长说,孩子在幼儿园可以自己做的事情,一到家就不行了。所以,好习惯的养成离不开家长和学校的密切配合。

针对这样的问题,刘莉欢说:“懒妈养出勤快孩子。照顾两个孩子的精力有限,能让他俩试着去做的事情就大胆放手。我家两个孩子在班级里年龄最小,却是最早学会穿套头毛衣的孩子。当老师在班级群里专门表扬两个宝贝独立性特别强时,我也感到无比的自豪。”

2 面对孩子哭闹坚持“原则”

“我家宝宝跟其他双胞胎的家庭不一样的地方是,比如一个哭闹的时候另外一个一般不闹,但是可能会在旁边得意地笑。这个时候我会注意引导,比如哥哥在哭闹,我就会抓住这个机会,对妹妹进行引导,可能妹妹的感受会深一些。同时,对于正在哭闹的哥哥我不会说

教,我会让他发泄一下,让全家人都去做自己的事情,不关注他哭闹的行为,5分钟后根据情况再跟他沟通。会对他说‘你哭完了吗?哭完了我们来聊聊天。’之类的话语。”刘莉欢告诉记者。

爸爸和妈妈的教育方式是不一样的,面对孩子的无理哭闹,爸爸牛菲会更

加坚持原则,他告诉记者:“孩子哭闹的时候,什么都听不进去,首先家长要控制好自己情绪,不要动不动就发脾气,但也不要一直说教,这个时候说教对于孩子来说没有用。家长这个时候一定要坚持原则,告诉孩子靠哭闹不能解决问题,有什么需求可以表达出来。”

3 让孩子从小爱上阅读

好的读书习惯要从小培养,这是刘莉欢和牛菲一直坚持的事情。放学回到家是孩子们独自阅读的时间,还有每天晚上睡前故事也是阅读的时间,这样可以让四岁的孩子慢慢爱上阅读。

“俩孩子现在知道钻进被窝里就必须讲故事才能睡觉,上幼儿园后,我和老婆会把每天放学后的时间安排做成计划表,为孩子留出

来至少半个小时看书,晚上睡前要留出半个小时时间讲孩子喜欢的故事,还有生日、节日的时候送给孩子的礼物必定有书本,让孩子们从小爱上阅读,也让书籍成为他们最好的朋友和老师,让他们通过图书去认知世界。”牛菲说。

为了教育好孩子,刘莉欢和牛菲会经常翻阅育儿书籍,也会经常浏览网上的一些育儿经验,不断学习,让

夫妻俩在育儿路上越来越从容。

最后,刘莉欢告诉记者:“做父母的这四年,我和丈夫也成长不少,结婚前,丈夫爱贪玩;现在,他大多数时间都在家陪孩子,我也慢慢学会放手让丈夫多引导孩子。家长是孩子最好的老师,作为父母我们做的就是陪伴孩子成长,因为陪伴才是送给孩子最好的礼物。”

育儿知识

孩子适合做艾灸吗

艾灸,越来越多地用于各类养生及身体调理中,那么孩子病了也适合艾灸吗?专家表示,艾灸并非人人都适合,还要看孩子的体质,一些虚寒性疾病,脾胃虚弱的孩子更适合。

风寒感冒可以艾灸

又到了儿童感冒多发的季节,这也是最让家长揪心的。孩子感冒后通常伴随高烧、咳嗽、鼻塞、头痛,很多时候吃药打针不见效果,有时输液六七天才有好转,面对孩子的痛苦,家长们常常束手无策。

有些孩子三天两头感冒发烧,家长怕经常用药治疗对孩子生长发育不利,便想尝试给孩子艾灸。对此,专家称,艾灸只适用于小儿风寒感冒,能够起到温经散寒的功效,有利于感冒的恢复,并不适用于风热感冒引起的发烧,否则会引起体温的升高。在日常生活中,为了提高孩子的免疫力,也可以使用艾灸疗法。

据了解,艾灸燃烧时产生的热量,是一种有效并适应于机体治疗的物理因子红外线。艾灸时的红外辐射可为机体细胞的代谢活动、免疫功能提供所必需的能量,也能给缺乏能量的病态细胞提供活化能。

虚寒体质适合艾灸

中医把人体的体质分为多种,并非人人都适合艾灸。专家称,首先要搞清楚孩子是属于什么样的体质,然后再根据实际情况进行艾灸治疗,才能达到预期目的。

一些虚寒体质,脾胃虚弱的孩子更适合艾灸。比如孩子消瘦或过胖、脸色发青或黄、易流口水或口水过多、舌苔白厚或黄厚、口唇干或裂、易出现湿疹、厌食或饮食过多等情况,都可以配合艾灸。

但热性体质的孩子就不适合艾灸了,这类体质的孩子往往喜冷不喜热,几乎一年四季手脚都是温热的。热性体质的人如果进行艾灸,体内热性会更加强烈,紧接着就会出现上火的现象。

根据年龄,把握好时间

儿童艾灸的时间多久合适?这要看孩子的年龄和配合程度,把握好时间。2岁以内的孩子,每次艾灸5分钟左右,热度温温的即可,就是用温灸或者艾灸贴敷贴;3至5岁的孩子,可以每次艾灸5至10分钟,随着孩子年龄的增长,艾灸时间可以适当延长。晚综

亲子笔记

孩子,我等你慢慢长大

□彭银露

老师告诉我,你和别的孩子不一样,我一点都不惊讶,因为一直以来你都是那么与众不同:没有出生的时候,一般准妈妈孕吐也就三个月,最长也不过六个月,而你一直在我身上找存在感,我孕吐整整到八个半月才有所缓解;出生后,你喜欢用那双明亮的眼睛探索这个神奇而又美妙的世界;不到一岁,别的小朋友都开始玩各种玩具,而你只玩积木;别的孩子喜欢听音乐,而你却喜欢奶奶的读书声……

去幼儿园,是你人生中第一次与家人分开。第一次送你去幼儿园,你不像别的小朋友那样乖乖地由父母牵着,你环顾四周,要去探索这个园子里的一切设施。我和奶奶陪着你,直到离园铃响起,你依然不愿意离开,我知道你对这里充满了向往和期待。

幼儿园正式开学的第一天,你就送给我一个超级“惊喜”。中午接到老师电话,说是你和别的小朋友发生争执,你索性咬了别人一口。人生中第一次被老师“邀请”,第一次带着你去给小朋友道歉。你在幼儿园之后的日子里,我每天都生活在紧张和忐忑

中,我幻想着你会和幼儿园的小朋友和谐相处;有问题会主动向别的小朋友或者老师求助;期待着你能真正地融入集体,成为集体的一分子。你在老师的引导下,有很大的进步,但是偶尔还是不知道如何准确地用语言表达出自己的思想,甚至不会控制自己的情绪。

有时候,我在想:为什么我的孩子如此独特?我唯一能给出的理由就是你缺少我的陪伴。在你很小的时候,我把所有的精力和重心放到了工作上,觉得你还小,我坚定地认为三岁前的你是没有记忆的,但是后来才发现我错了,是我当初的无知造就了现在的你。

你的与众不同,我选择接受,是命运让我在忙碌的工作中尽可能地腾出更多的时间关注你、陪伴你;你的独特,是上天赋予我独一无二的礼物,我定会加倍珍惜。

孩子,我会静静等你慢慢长大。

在孩子成长的过程中,您有哪些真实的感悟或体会,都可以用文字的形式记录下来,联系我们。来稿请发至邮箱 276339389@qq.com