



厨房大战老鼠

“哇哇哇……我给老鼠咬了,咬了我一大口。疼啊,疼死我了。”土豆这一哭,厨房里的洋葱头、胡萝卜,还有碗呀,碟子呀,勺子呀,水壶呀……一起叫了起来:“老鼠真坏,老鼠真坏!咱们来想个办法打死它。”

胡萝卜和洋葱头说:“老鼠来了,我们就围住它,不让它跑掉。”勺子说:“好!你们围住它,我就跳到地上来打它。”水壶说:“我跳到地上来,用热水浇它。”

过了一会儿,老鼠又来了,它说:“我还没吃饱呢,我把土豆全吃了吧!”它话还没说完,胡萝卜和洋葱头就冲上去,想把它围住。老鼠呢,一点也不害怕:“你们敢来碰我?来了,我就咬你们。”可不是,别说胡萝卜、洋葱头打不过它,连勺子也拿它没办法。勺子瞄准了老鼠,猛地扑了过去,可是老鼠往边上一溜,溜走了。勺子没打着老鼠,自己倒跌了一大跤。

水壶看了挺生气,哈的一下,跳到地上来,碗呀,碟子呀,也叮叮当地喊起来。“你这坏老鼠!你别跑,看我不用开水烫死你。”水壶一边喊,一边去追老鼠。

这回,老鼠倒有点害怕了。可是水壶是个大胖子,跑起路来一摇一摆的;老鼠可灵活了,东一窜,西一窜,水壶怎么也追不上它。碗和碟子看了真急坏了,喊着:“洋葱头,快堵住老鼠!”胡萝卜,快挡住老鼠!勺子,快追上老鼠!”

洋葱头和胡萝卜看到老鼠往东边跑,就在东边拦住,看见老鼠往西边逃,就在西边拦住,勺子追上去,当的一下,差一点儿没打断老鼠的尾巴。这时候,水壶赶到来了,正想往老鼠身上浇开水,老鼠一转身,溜到碗柜下面去了。

闹了这么一通,洋葱头、胡萝卜、勺子都累坏了,水壶更是累得路也跑不动了,坐在一边呼呼喘气。

这一回,老鼠神气起来了,它从碗柜下面伸出尖脑袋,胡子一翘一翘,说:“哈哈,你们真不中用,那么一大帮子,对付不了我一个。现在,哼,我要吃东西了,先把那个土豆吃下去,再吃胡萝卜……”

胡萝卜也有点害怕了:“我往哪儿躲呀?”洋葱头可不害怕,它走到碗柜跟前,冲着老鼠说:“你这坏老鼠,你出来,你出来!”老鼠瞪了它一眼,说:“你算干什么呀?我就先吃你。我还从没尝过洋葱头的味道呢!”尽管老鼠说大话,他还是怕水壶用开水来浇它,不敢从碗柜下面钻出来。

洋葱头说:“你快出来呀!”老鼠说:“你跑到碗柜下面来,我就吃你。”洋葱头说:“好哇,我就到碗柜下面来,看你敢吃我!”洋葱头这么一说,土豆、胡萝卜、勺子、水壶、碗和碟子着急了。一齐喊起来:“洋葱头,老鼠哄你呢!你跑到碗柜下面去,它会咬你的。”

“不怕,我不怕!”洋葱头骨碌一滚,滚到碗柜下面去了。可不是,老鼠来咬它了。咬了一口又一口。

“哎哟,痛死我了!”这是谁在叫呀?是洋葱头给咬痛了在叫吗?不是,是老鼠在叫。洋葱头身上的水很辣很辣,弄到老鼠的眼睛里去了。

老鼠睁不开眼睛,瞎碰瞎撞。一下从碗柜下面钻出来了,正好跑到水壶跟前,水壶把身子一歪,哗啦啦,开水冲了老鼠一身,老鼠还叫吗?不叫了。它总算死了。

洋葱头虽然给咬伤了,可是他心里还是挺高兴。

孩子遇到陌生人表现出畏怯和害羞,是一种本能的反应,如果不了解他们的内心真实世界,直接指责是对他们自尊的一种伤害。

别逼孩子打招呼



很多人小时候都有过这样的经历,在与父母一起碰到父母熟悉但自己并不认识的朋友时,父母通常会说“XX,赶紧叫叔叔(阿姨)好呀!”如果孩子此时未开口,可能会被父母指责“没礼貌”。久而久之,孩子会逐渐习惯父母在这种公众场合下的批评。其实,孩子遇到陌生人表现出畏怯和害羞,是一种本能的反应,如果了解他们的内心真实世界,直接指责是对他们自尊的一种伤害。让孩子学会礼貌,关键在于对孩子的尊重。

“小孩子不可以这么没有礼貌,赶快说阿姨好呀!”许多家长不管是否到别人家做客,或在公共场所与人打招呼,常常半引导、半强迫地要他们手中或怀中的幼儿跟别人打招呼。

比较不怕生的孩子,总还顺着大人,蹦蹦跳跳地说:“阿姨好。”个性较为内向、敏感的,就抿着嘴,一边往后缩,一边钩着眼睛看着,不说就是不说。站在一旁的大人也觉得尴尬,觉得自己没把孩子教好,忍不住开始以责备的口吻说:“小孩子不可以这么没有礼貌……”之类的话。

个人小不表示自尊也很低

每一回听见大人这样说孩子,总觉得好不忍心。幼儿被大人说“没礼貌”的感觉,是一种羞愧,也是一种挫败。羞愧的是自己不好,嘴巴不甜;挫败的是自己做得不好,让成人失望。而这种种的感觉,都得同

时在大庭广众、众目睽睽之下,被揪出来。

没有任何一个大人受得了自己在大庭广众下被羞辱,那为什么我们的孩子(幼儿)应该承受呢?为什么我们会毫不犹豫的、高高在上的,在众目睽睽下,责备那身高只及腿或腰的幼儿呢?

或许这其中重要的关键就是,我们不觉得幼儿有自尊心。我们觉得他们那矮矮的身驱里,没有太多感觉,没有太多自尊。所以,我们的话不会让孩子受伤,就算受伤,也是一点点。此外,成人的话是一种教导,“孩子就是要教!”

是的,在众人面前数落孩子,“教孩子”的责任是尽到了,绝对不会落人口舌。在所有的“目光”下直贴孩子标签(没礼貌、太吵、不听话……),“警惕孩子”的目的地达成了,好像离“好孩子”的目标也愈来愈近。但是羞辱有用吗?以羞辱为手段的幼儿教养,会有什么问题的呢?

一、语言的暴力

在以羞辱为手段,所遇见的第一个吊诡,是语言的暴力。假如我们的社会体系认为让一个人羞愧,会很快收到教养功效,那直接面对面地运用“没有礼貌,你将来完蛋了、你这样没人会喜欢你、你真麻烦、真倒楣生到你……”等的语言,也就理所当然!这类的语言,直接攻击个人的自尊,让人觉得渺小、一无是处,所达成的效果就是羞愧。孩子生活在这类的语言下,所成就的是大人的愿望,所牺牲的是孩子自身的尊严。

伤害孩子的尊严,最大的影响就是孩子觉得不应该正视自己的想法、情绪和感觉。伤害孩子的尊严,所带来的长远影响是,他们日后也不会正视他人的想法、情绪和感觉。这样的轮回,所带来的默视情

绪,甚至情绪伤害,永无止境。

二、忽略孩子的成长需求

小孩对陌生人的畏怯和害羞,是与生俱来保护自己的本能。你一定记得,你的婴儿在五个月大前,任谁抱都可以。但在六个月大前,突然间,除了妈妈(主要照顾者)外,好像看谁都不顺眼,谁抱他,他就扭头大哭。我们通常都以“陌生人焦虑”,来形容这个现象。

虽然很遗憾的,许多成人,在一岁半后,逐渐淡化,但随着年纪渐长,在面对陌生人的那一刹那,他们会有一些直觉的警觉。他们会静静地看着陌生人,好像是在以自己的感觉,去感受、去观察“这个人安不安全?”、“他对我好不好?”

“陌生人焦虑”让孩子只接近对他成长有利的人,让自己与那个人产生情感上的连结和依附,并从那个依附里发展安全感。而在幼儿阶段养成的警戒,又何尝不是与生俱来保护自己的本能,透过那样的能力,逐渐学会分辨他人、信任他人。

只是很遗憾的,许多成人在引领幼儿接触他第一次遇见的人时,会忽略掉幼儿的这个观察,这道“安检”过程。更让孩子担心的是,他还来不及反应,这个陌生人,就会靠他很近,摸他的头、拍他的脸。雪上加霜的是,在错愕下,自己心爱的爸妈(主要照顾者)还责备他“小孩子不能没礼貌、害什么羞嘛、不听话、让人丢脸……”。在这几重因素下,孩子会认为自己的感觉和想法重要吗?大人怎么想,小孩也该立即这么想;大人认为要有礼貌、见人就得嘴巴甜甜的叫、打招呼,那小孩也该立刻这么做。孩子会认为不这样听话,就不是好孩子,不是吗?

三、罪恶感的建立

在幼儿的成长旅程里,他们会碰到一个成长上的难题:罪恶感。它与幼儿“好奇、主动探索”的热情,紧密相连。

当自己依照自己的想法,去探究这锅里有什?去试探我这样做,他是不是就会这样反应?这种种试探的结果,却也可能打破某样东西,或惹毛了哪个人,与成人的意愿和秩序相左。于是孩子会愧疚自己让人生气,把“自己不好”这样的罪恶感加诸在自己身上。

同样的道理,当幼儿因为需要时间去观察陌生人,却得不到认可,又听见成人一再说自己无礼时,他会产生罪恶感。一

如何克服孩子的“开学焦虑”

随着9月的到来,孩子们相继上学,然而进入幼儿园的铭铭却出现了各种“不舒服”,早上要出门前总是喊头晕、肚子疼,到园门外时干脆拉着妈妈的手哭闹着不肯放。

“开学焦虑”似乎是每学期伊始都离不开的话题。同济大学附属同济医院精神医学科副主任医师崔海松分析说,低龄儿童从家庭进入幼儿园、小学时,由于环境的改变会产生心理上的不适应;大一些的孩子由于暑假生活过于散漫、自我控制能力较弱、关键学期心理压力较重等因素,也会产生开学焦虑情绪。对于这种情况家长应该在平时就做好引导、教育与沟通,找到孩子不愿上学的真正原因,帮助孩子克服焦虑情绪和行为。

暑假“太放松”开学慌了神

彬彬今年升初三了,父母心想着孩子将要迎来较为关键的学年,所以这个暑假就让他好好休息一下,再加上家长是双职工,暑假里也顾不上孩子的学习,总以为

彬彬在家会自己完成作业,没想到开学前却发现作业几乎没动。本来玩得开心的彬彬也仿佛才意识到作业没完成,开学前拼命“赶工”,还经常发脾气。

专家分析说,彬彬这种情况并不少见,并非所有孩子都是自我控制能力强,能自我节制的。暑假生活长达2个月的休息可能在玩闹中度过,整个生活节奏都很懒散。一旦意识到要进入紧张的学习状态,一些孩子就会慌了神,心理或生理都无法立刻适应这种变化。另外,在初三、高三这样较为关键的学年,家长和社会都可能给孩子施加无形的压力,过于强调“关键”、“重要”反而会让孩子产生逆反心理,甚至拒绝学习。

家长不要一味责怪

如果孩子产生了开学焦虑情绪,甚至流露出拒绝上学的行为,家长该如何引导呢?

专家建议,首先,家长不能一味责怪、训斥孩子。应该耐心与孩子沟通,了解清

楚孩子怕上学的原因,帮助他们克服心里的恐惧感。孩子不愿上学,可能是单纯的不适应生活变化,也可能是担心学习成绩不好,或者不喜欢某位老师,甚至可能被同学欺负了……只有找到原因,才能解开症结。家长也要少给孩子施加学习压力,不要用其他孩子作为例子教训孩子,这样容易让孩子感到不被尊重而产生逆反心理。

其次,家长平时就要重视对孩子的教育,尤其要注重培养他们的生活自理能力、自控能力,帮助孩子学会制定学习和生活计划。寒暑假也不提倡过于放松,睡眠、熬夜这样的作息改变,等到开学时势必会经历调整期。如果能在每天都保持正常的起居作息,就能更快适应开学,对孩子的身体发育也是有利的。

最后,如果发现开学后数周,孩子仍未能适应,焦虑情绪和行为较严重而影响学习和生活的,请及时去寻求专科医师的帮助。

小胖墩≠养得好

“健康肥胖”也该减!



“小孩子要多吃点。”“白白胖胖有福气。”“考试成绩好就带你去吃炸鸡。”类似这样的话语在生活中经常能够听到。有数据表明,与

为什么要重视儿童与青少年的体重呢?专家指出,体重超标可分为超重和肥胖,肥胖又可分为单纯肥胖和病理性肥胖,后者可因

十年前相比,目前上海地区儿童与青少年的肥胖与超重比率增加了50%。小胖墩越来越多,可并不就意味着“养得好”。专家指出,对于肥胖儿童,不能听之任之。

肥胖、超重 健康危害大

小胖墩越来越多,原因有很多,比如遗传因素、环境因素等。专家特别提醒:准妈妈在孕产期不宜盲目进补,否则孩子出生时就是巨大儿,可影响一生。

“健康肥胖”也该减重!

专家指出,近年来在门诊中可以看到,儿童糖尿病发病率逐年提升,而且增加的多是2型糖尿病。那么,“糖尿病”的帽子一旦戴上还能摘掉吗?他回答说,目前对儿童与青少年2型糖尿病临床上采取胰岛素短期治疗或

使用进口二甲双胍等,可部分得到“临床治愈”,即通过阶段性治疗后血糖得到控制,可暂时停药。但对这些孩子来说,未来血糖再次“超标”的几率比健康人要高得多,因此定期去医院体检监测血糖是必须的。

专家强调,一些家长认为孩子体检指标大多正常,只是有些超重,不需要干预,这是错误的认知。即使是这种所谓的“健康肥胖”也会埋下隐患,应尽早减重到标准范围,以免等到患上慢性病后再补救。同时专家提醒,一旦孩子表现出“能吃能喝、消瘦多饮”等糖尿病症状,应及时主动前往医院检查。

肥胖、超重儿童如何减肥呢?专家建议:饮食要恰当,不过量,青少年儿童处于生长发育期,蛋白质要保证,主食要控制,少吃高脂、高糖,快餐食品等;增加运动时间,不要养成长时间坐着习惯,少玩手机、电脑等;定期体检,监测身体状况。

成长宝典

婴儿睡觉时
打呼噜怎么办?

婴儿睡觉时打呼噜,而且声音还很大,这是怎么回事呢?

原来,正常吸气时,空气经鼻腔进入喉、气管、支气管、肺泡;呼气时肺内气体排出,从其道而行之,最后由鼻呼出。因此如果鼻腔有阻塞,肺内气体改道而行,由喉经口排出。咽喉部若有狭窄的情况,则会发出呼噜声。

引起咽喉部狭窄的原因,常见的是咽及咽后壁的淋巴组织(又称为增殖体)的增生,或者两侧扁桃体肥大,使气流的通道狭窄。

有的小儿,偶尔出现睡时打呼噜,可能是由于睡眠时与呼吸有关的肌肉松弛,尤其舌的肌肉放松后造成舌根向后面轻度下垂,使呼气时排气受到影响;当改变体位后,同时也改变了舌的位置,此时呼噜声消失。

睡觉时打呼噜对身体有以下影响:呼吸道后,吸入的空气不能经过鼻毛的过滤及鼻腔的加湿、湿化,对呼吸道是一种刺激,细菌容易直接进入,使呼吸道感染机会增多;鼻部不参加呼吸运动,使鼻的组织“失用”,出现鼻梁下陷、鼻翼小等畸形。

为此,针对睡觉打呼噜,建议先去五官科检查一下鼻部,是否有引起鼻阻塞的原因,如炎症、息肉、异物等,然后去查看一下咽喉部及咽后壁是否有扁桃体、增殖体的肥大。

儿童白内障
有哪些并发症?

儿童白内障不经治疗影响视力发育,导致弱视。儿童白内障手术后最常见的并发症是后发性白内障的发生,一般认为术中后囊膜撕除及前部玻璃体的切除可有效预防这一并发症;术后人工晶体夹持的发生也是儿童白内障术后常见的并发症;还有晶体的排斥反应、虹膜炎、眼内炎等并发症。