

开学季,宝贝不爱上幼儿园怎么办?

□ 尹建莉

寻求同伴关系是很多生物的一种本能,特别是人类,天然就是群居动物。正常情况下,儿童对儿童是非常感兴趣的,特别是幼儿之间,他们有专属的交流系统,别人听不懂,这种交流能给幼儿带来极大的愉悦感,非常有利于身心发育。所以我们首先应该相信,孩子原本是愿意上幼儿园的——这个心理前提非常重要,可以影响家长的很多言行,并给孩子很多正面暗示。

但事实是,现在有很多孩子不愿意上幼儿园,持续不断地反抗上幼儿园。出现这种情况,要么幼儿园的管理本身有问题,要么家长无意间给孩子灌输了恐惧情绪,造成孩子对幼儿园的排斥。从家庭的角度来说,如何让孩子喜欢去幼儿园呢?

以轻松愉快的态度回应孩子的脆弱

孩子初上幼儿园都难免哭闹,此时特别需要家长拿捏好自己的态度。既要关怀孩子,又不能纵容孩子的脆弱。下面是我的经验。

我女儿圆圆初上幼儿园时,我带她参观了我工作的学校,让她知道什么是“上班”,明白为什么妈妈上班的时候她应该去幼儿园,这让孩子从理性上接受了这件事。接下来的一天,我送她到幼儿园,把她交给老师,然后跟她说再见。圆圆嘴里说:“妈妈你去上班吧。”两只小手却紧紧抓着我,不肯松开,可怜巴巴地看着我,强忍着眼泪。我口气轻松地说:“你跟老师进去吧,再见宝贝!”她仰头看着我又说:“妈妈你去上班吧。”但小手抓得更紧,眼泪流了下来。我笑着对她说:“跟老师进去吧,妈妈下班了来接你,再见宝贝!”圆圆在我背后“哇”地大哭起来,我的眼泪随之流下来,但我克制着没再回头。

接下来的几天,我假装不在意她去幼儿园时的低落情绪,一路上轻松地和她聊些有意思的事。随着她和小朋友越



9月2日,在浙江省温州市第三十幼儿园,小朋友们在参加亲子游戏。当日,全国多地迎来2024年秋季学期开学。

新华社发(刘吉利 摄)

来越熟悉,去幼儿园成了一件非常正常自然的事情。

小孩子最会察言观色,在某些关键时刻,只要家长流露出一点儿软弱,他们就会立即觉察并加以利用。所以,要想培养孩子乐观面对困难的态度,家长先要乐观,不能无意识地去渲染困难,避免放大孩子的负面情绪。解决孩子的焦虑问题不在于你说什么,在于你的态度是怎样的。

关于幼儿园的一切言行都要正面

在幼儿园生活的细节方面,家长应该和孩子进行正面交流,避免负面言行和不良暗示。早上孩子不愿出门,家长要想办法吸引孩子去幼儿园或进行正面暗示:“我家宝贝不喜欢迟到,总愿意按时去幼儿园,是不是?”或“昨天圆圆比你走得早,今天我们争取比圆圆走得早,好不好?”

有家长采用哄骗的方式让孩子出门,甚至在送孩子去幼儿园的路上也在骗孩子说是去公园。这种做法很负面,很残酷,既欺骗了孩子,也阻碍了孩子对幼儿园的接纳,同时会破坏孩子对家长的信任,甚至会导致孩子多疑和说谎,有碍道德成长。还有家长通过打骂,强行把孩子送进幼儿园,这更不可取,极端负面的行为只能造成极端负面的后果。

在接孩子回家的路上,建议家长问一些具体的、容易回答的问题,比如今天做了什么游戏?中午吃了什么饭?今天和哪个小朋友玩的时间最长?不要问空泛的、负面的或和评价有关的问题,例如“今天乖不乖,表现好不好?”“有人欺负你吗?”或“今天老师表扬你了吗?”家长问什么也是一种引导,前一类问题只需简单地回忆,孩子进行客观陈述即可,不会给孩子压力。后一类问题孩子很难回答,并且指向评价,是一种庸俗引导,会让孩子患得患失,增加上幼儿园的压力。

当然,如果孩子主动跟家长说老师今天表扬我了或批评我了,家长要真诚以对,正常表示高兴,分享孩子的自豪,或语气平和地问问为什么,想办法化解孩子的心结。

孩子在幼儿园遇到的最大的负面问题就是挨老师批评或和小朋友闹意见。家长应以建设性的态度解决这两类问题,努力协调孩子和老师及其他小朋友的关系,而不是遇事就要和对方理论个是非曲直,或有点儿冲突就要一争高低。

不要把上幼儿园这件事搞成“任务”

有的家长一旦开始送孩子去幼儿园,就风雨无阻地坚持天天送,唯恐一天不送,就会把孩子惯坏了。这种担心大可不必。一个朋友跟我说,她儿子上幼儿园前一直是爷爷带着,和爷爷感情很深。一天,小家伙突然说他要到爷爷家待一天。开始父母都不同意,孩子就保证说,如果允许他到爷爷家玩一天,以后就好好上幼儿园,不再哭闹。妈妈觉得应该信任孩子,于是跟孩子讲好条件,第二天把孩子送到爷爷那里,孩子很愉快。果然,在接下来的日子里,孩子信守诺言,没再因为去幼儿园哭闹过。

孩子偶尔找借口不想去幼儿园很正常。记得圆圆小时候有个晚上睡觉前问我:“今天是星期几?”我告诉她星期三。她说:“我觉得今天像星期五。”孩子用这种方式告诉家长,她明天不想去幼儿园,但她不说明天不去幼儿园的话,她有自己的理性和自尊。平时,如果我哪天没课,可以不去上班,而她又想去幼儿园,我就会放下一切,在家里陪她玩一天。

家长和孩子相处从来不“拧”,孩子就能形成良好的理解力与自制力,变得“懂事”。如果家长从不信任孩子,需要被强行控制,那孩子往往会以“不懂事”的行为,来证明家长的防范是有必要的。

(作者系“尹建莉父母学堂”首席导师、作家,著作有《好妈妈胜过好老师》等)

据《中国妇女报》

医者说

儿童慢性咳嗽知多少

□ 耿晓萌

咳嗽是机体对呼吸道刺激的保护性生理反射,通过咳嗽可将咽部及气管内的病原菌或痰液排出体外,使呼吸道保持清洁和通畅。咳嗽是呼吸系统疾病的常见症状,最常见于呼吸道感染性疾病,也可见于非呼吸道感染性疾病和全身性疾病,是儿童多种疾病共有的外在表现。

在儿童群体中,超过4周的咳嗽被称为慢性咳嗽。儿童慢性咳嗽的常见原因有哪些?让我们了解一下吧!

1. 咳嗽变异性哮喘

学龄前和学龄期儿童的慢性咳嗽表现为干咳,常在夜间或清晨发作,运动、遇冷空气后咳嗽加重;临床上无感染征

象,或经过较长时间抗生素治疗无效;经支气管舒张剂诊断性治疗后症状明显缓解;支气管激发试验提示气道高反应性;多有过敏性疾病史以及过敏性疾病阳性家族史。

2. 上气道咳嗽综合征

各种鼻炎、鼻窦炎、慢性咽炎、腭扁桃体或增殖体肥大等上气道疾病均可引起慢性咳嗽,它是引起儿童尤其是学龄前与学龄期儿童慢性咳嗽的主要病因之一。

3. 感染后咳嗽

幼儿和学龄前儿童慢性咳嗽的原因可能是病毒感染后咳嗽反射敏感性增高。咳嗽常呈自限性,如咳嗽时间超过8周,应考虑是否为其他疾病。

4. 食管反流性咳嗽

食管反流性咳嗽好发于夜间,也可在进食后加剧,或伴有胃肠道症状,易误诊。值得注意的是,长期咳嗽也可导致儿童食管反流。

5. 心因性咳嗽

年长儿多见,日间咳嗽为主,专注于某件事或夜间休息时消失。可呈雁鸣样高调咳嗽,常伴有焦虑症状,不伴有器质性疾病。经过行为干预或心理治疗后咳嗽得到改善时才能诊断。

6. 其他原因导致的慢性咳嗽

非哮喘性嗜酸粒细胞性支气管炎。表现为刺激性咳嗽,支气管舒张剂诊断性治疗无效,口服或吸入糖皮质激素治疗有效;肺通气功能正常,且无气道高反应性;痰液中嗜酸粒细胞相对百分数大于3%。

过敏性咳嗽。患儿具有特应性体质,抗组胺药物、糖皮质激素治疗有效,但又并非咳嗽变异性哮喘,这类慢性咳嗽称为过敏性咳嗽。

药物诱发性咳嗽。儿童不常见,但应警惕。血管紧张素转化酶抑制剂(如卡托普利)、β肾上腺素受体阻断剂(如心得安)等可诱发慢性咳嗽。

耳源性咳嗽。中耳发生病变时会刺激迷走神经,继而诱发咳嗽。事实上,这个情况是引发慢性咳嗽的一个较少见的原因。

慢性咳嗽是一个临床症状,要尽可能明确病因,针对病因进行治疗。如儿童出现慢性咳嗽症状,家长应尽快携患儿到正规医院就诊,以免延误治疗。

(作者单位:泰安市中心医院)