

离婚

莫拿孩子当“筹码”

近段时间观看电视剧《离婚律师》，剧中汤女士在丈夫有外遇意欲离婚时，丈夫提出要孩子的抚养权，她愤怒地吼叫“你永远也休想见到孩子。”

在现实生活中，这种离婚时以孩子为“筹码”来要挟对方的现象屡见不鲜。一般人都知道，离婚中最大的受害者是孩子。但如果在离婚过程中以孩子做“筹码”来要挟对方，则对孩子的伤害会更大。一位朋友在离婚后，儿子经常逃学、与他对着干，后又迷上电子游戏，还有较重的反社会行为。在请笔者做成长辅导时，孩子告诉我，其实他对父母离婚可以接受，真正让他受到伤害的是，父母都想争取他的支持，都在他面前讲对方的坏话，或用他做攻击对方的条件，让他很伤心，也很烦，很多时候无所适从。

那么，怎样做才能减少离婚对孩子的伤害？笔者以为以下几点值得参考。

一是当离则离。有的夫妇为了不伤害孩子，虽然感情破裂也不愿离婚，表面上维持着婚姻。其实同



床异梦的夫妇也同样会深深地伤害孩子，因为孩子在没有爱情的家庭氛围里生活，同样会感受到婚姻的痛苦与无奈，这种对婚姻的负性认识会严重影响孩子成年后的婚姻质量，甚至恐婚。因此，夫妻真的感情破裂，又为了孩子不离婚，到头来很可能是苦了自己，亦误了孩子。如果真为了孩子有个完整的家而不想离婚的话，就要放弃前嫌，体谅对方，相亲相爱地好好过日子。

二是让孩子知道，离婚只是父母感情的破裂，而不是亲子感情的终止。决定离婚，就要让孩子知道真相，不可以种种理由欺骗孩子。让孩子知道婚姻是需要爱情的，父母间没有了爱情，日子过不下去了，继续在一起只会是更多的伤害，所以决定离婚了。但离婚后父母仍是

他的父母，仍然都爱着他，在具体的监护人选择上要征求与尊重孩子的意愿，同时不要因为监护人的确定而影响另一方亲权利力的行使。

三是离婚后仍能平和相处，不是夫妻亦不是仇人。不少人离婚后反目成仇，甚至因为憎恨对方而经常在孩子面前贬低对方，甚至贬低整个异性。不少离异家庭长大的孩子成年后出现恐婚厌婚心理，与此不无关系。因此，夫妻离婚后，应平和相处，如能做到不是夫妻还是朋友，则是最好的心态。

四是避免补偿行为。不可因为离婚亏欠了孩子，而在感情与物质上补偿孩子，无论是爱还是钱财，超出了平常孩子应该得到的都只会影响孩子的成长，甚至害了孩子。湖南省怀化市第四人民医院 杨司俊

父母习惯影响后代健康

父母的生活方式和习惯不仅影响到自身健康，而且会影响到下一代，甚至两代人的健康。近期国外多项专业期刊刊登多项研究，从多角度科学分析了父母习惯对后代的具体影响。

父母不运动，后代体质差 美国《科学日报》刊登英国埃塞克斯大学研究员加文·桑德科克博士及其同事完成的一项涉及4000多名学龄儿童的新研究发现，与父母爱运动的孩子相比，那些父母几乎不锻炼的孩子体能素质不达标风险会增加50%。

孕期吃糖多，孩子易过敏 《欧洲呼吸杂志》刊登英国伦敦玛丽王后大学研究人员对近9000名母子参试者的相关数据展开梳理分析后发现，与孕期糖摄入量较低（每天7茶匙以下）相比，孕期过量吃糖（每天16~69茶匙）会导致孩子罹患至少一种过敏症的风险增加40%，两种以上过敏症的风险会增加73%。

孕期吃太油，宝宝肠道差 美国《基因组医学》杂志刊登美国贝勒医学院一项涉及157名新生儿的新研究发现，孕期高脂肪饮食会导致新生儿肠道中拟杆菌水平降低，进而造成肠道对食物营养吸收能力变差，免疫力降低和发育迟缓等问题。

孕期饮酒，伤娃智商 美国《公共科学图书馆·综合》杂志刊登英国牛津大学和布里斯托尔大学研究人员合作完成的一项涉及4000名儿童的新研究发现，孕期饮酒会降低宝宝智商，即便是少量饮酒（每周1~2杯）也可能导致孩子到8岁时智商更低。

准爸妈吸烟，孩子易得糖尿病 《欧洲流行病学杂志》刊登瑞典隆德大学一项新研究发现，胎儿期暴露于吸烟环境（包括准爸妈吸烟）会导致日后罹患1型糖尿病风险明显增大。美国加州大学研究人员也发现，准妈妈吸烟可能会导致其子女成年后罹患糖尿病的风险增加2~3倍。

父亲爱家务，女儿抱负大 据英国《每日邮报》报道，加拿大英属哥伦比亚大学研究员艾丽萨·克罗夫特博士及其研究小组完成的一项涉及326名7岁至13岁儿童的新研究发现，爱做家务的父亲会给孩子（特别是女儿）巨大的鼓舞，其女儿长大后更有职业抱负。父亲做家务所体现的男女平等意识是女儿职场更受益的关键。

徐澄 编译（安徽）



你谁也不能埋怨

我刚搬进新房时，常听见楼下一对年轻夫妻的争吵声。有一次，从他家又传来了争吵声：“菜怎么这么咸？给你说了多少次了，难道你就不长记性？”后来听说，楼下男人是一个典型的大男子主义，遇到不顺的事，总喜欢埋怨家人，特别是他老婆。可他老婆呢，偏偏不买他的帐，因此，有时半夜里，我都会被他家的争吵声惊醒。

其实，楼下男人在单位绝对是一个好男人，他对领导尊重，对同事也是谦恭有加，在单位口碑很好，可我不明白，为什么他一回到家，就像变了一个人似的，喜欢埋怨妻子，争吵不断呢？一连好多天，我就这样疑惑着。

渐渐地，我和楼下那个男人熟悉了。有一次，我和他同在一个酒桌吃饭，一起回家时，我借着酒胆，试探着问：“你在外面那么谦恭，笑容可掬，怎么一回到家，就像换了一个人似的？”

见我问他这个问题，他倒不好意思起来，喃喃地说道：“你不懂的，在单位我能埋怨谁？埋怨领导，那不是自毁前程？埋怨同事，那不是没了朋友？回到家里，如果我还把怨气憋在心里，那我岂不要疯了？”

他的解释，似乎有一点道理。可工作压力再大，就该回家找茬吗？在单位，我的工作压力也和这个男人差不多，和他不同的是，我在单位受气回家后，不会无理埋怨家人。因为在这方面，我有过深刻教训。记得那还是我刚结婚没多久，因为一件小事和妻子互相埋怨，还吵了一架。接下来几天，妻子和我赌气，既不做饭，也不洗衣拖地，冷战了半个月。母亲知道后，赶紧进城来，对我进行训斥。母亲说：“当你在外受气后，你以为你能埋怨谁？你不敢埋怨领导，因为害怕失去饭碗；你不敢埋怨同事，害怕失去他们的信任与支持；你不敢埋怨朋友，因为你害怕失去友情。可你知道吗，如果你经常无理埋怨妻子，你失去的就可能是一个家和一辈子的幸福！”母亲的话还没说完，我的眼眶就湿润了。

我把母亲的话，原原本本讲给楼下男子听，他久久无语。接下来的日子，再也没听到他家的争吵声了。

钱永广（安徽）



柳絮雀影 苗青摄（广东）

■会心一笑

注意安全

小胡在广告公司找了份新工作，晚上在朋友圈写道：明天开始新工作，加~油！第二天起来看到朋友回复：加油站上班，注意安全。

答案

学生：“这道题我已经做了6遍了。”

教师：“很好，以后要继续这样！”

学生：“可是我这儿有6个答案。”

李云贵（湖北）