

## | 教子有方 |



一天上午，我在客厅看书，儿子在书房上网课。过了一会儿，我听不到老师讲课的声音了，起身来到书房，正想开口问儿子是不是网络信号不好，可当我走上前一看，瞬间气不打一处来，没想到儿子竟偷偷玩起了游戏。这时，儿子发现了我，也意识到了问题的严重性，怯怯地说：“我刚上完网课，才打开网页，还没开始玩。”我知道他没有说实话，但还是强忍住怒火。

我缓了缓情绪，决定将计就计：“你刚才说网课全部上完了，是不是？”儿子点点头。于是，我对他说：“那好，你把老师布置的作业做完上传到平台，让老师批改，如果全部做对，可以允许你玩一会儿游戏。”儿子一听“游戏”两个字立马来了精神，迅速做起作业来。

## | 智慧育儿 |

## 做孩子柔软的“安全毯”

□ 徐婧英

前段时间，有个家长向我咨询：她女儿快两岁了，到哪都要拿着她那带耳朵的小帽子，帽子已经又旧又破，但是孩子一定要抱着、闻着才肯睡觉。于是担心孩子是不是有恋物癖，问我该怎么办。

我们需要明白，恋物癖不等于依赖物品。恋物癖是一种心理障碍，一般发生在成年人身上。依赖物品是某种物品带来满足和愉悦感，从而对这件物品产生了依赖感。心理学把这种现象称为“安全毯现象”，相当于人从高处往下跳时，地上放一块毯子，可起到缓冲和保护作用。所以，别给孩子乱贴标签，依赖物品并不是必须纠正的病态行

为，也不是坏习惯。

孩子出现这种情况时，父母要调整自己的教育方式。

首先，一定不要过分制止或干涉孩子依赖物品的行为。否则会让孩子感到压力，加重不安全感，依赖物品的时间延长。

其次，要多陪伴孩子。孩子3岁前，最好让孩子生活在父母身边。要多抱抱孩子，多亲吻孩子，多和孩子说“爸爸妈妈爱你”，让孩子确认父母在自己需要时，会第一时间出现，让孩子有确认感和满足感，与父母形成安全型亲子关系，孩子的安全感充足后，会慢慢脱离物品，不再依赖物品。

如果父母的陪伴足够，孩子的安

全感也比较充足的话，可以试着运用孩子的“泛灵心理”，引导孩子慢慢离开依赖物。

比如，可以这样和孩子说：“小帽子要在家里待着，不想出去了。”“宝宝和小朋友玩，小帽子要睡觉了。”“现在是夏天，小帽子冬天才出来和你玩吧。”

找到适合这个年龄段孩子心理特点的、有趣好玩的说法，让孩子既能开心接受，也慢慢脱离依赖物。

另外，我想提醒父母的是，在孩子成长中，父母不要太过焦虑，孩子的一点举动就无限放大，时刻处于担心中，这种“不安的爱”会束缚孩子，让孩子成长得不自由。

## | 家长课堂 |

## 如何让内向孩子学会表达

□ 朱琳

儿子帆帆中班新学期开学后，老师反馈说：“再次来园，帆帆活泼好多，还滔滔不绝地讲在家过生日的故事。”

内向安静的帆帆变得活泼健谈，让老师们刮目相看。这种改变是如何发生的呢？

## 内向不代表不会表达

帆帆很小的时候，见到生人就躲开，去早教班也不爱说话。朋友或者长辈总说：“这孩子，有点内向，要多出来锻炼锻炼。”

每当这个时候，当着孩子的面我总会极力维护帆帆：“我们帆帆是个专注、沉稳的小伙子，他只是在观察。”

大多数情况，我们往往更喜欢能说

会道的人。这种价值观是“对外向性格的理想化”，这种理想化会让人觉得，如果你不能在人群中神采飞扬、活泼健谈、积极举手，你好像就有点问题了。

大家没有看到，安静的人善于倾听和观察，专注思考。有很多成功人士是内向性格的人，他们日常生活中喜欢独处，但这并不妨碍他们在公众视野下表现自己。所以，内向不代表不会表达，父母不要总给孩子消极的心理暗示。

## 用输入促进输出

要有足够的输入才能带动输出，表达能力强的孩子，背后一定有大量、持续的输入，这就是阅读的力量。

我每天晚上都会亲子共读绘本，帆

帆4岁的时候，已经看了500多本绘本了。

读了这么多绘本，帆帆愿意讲吗？未必，大部分时间他都是不愿意讲的，只偶尔蹦出几句看过的绘本情节。每当这个时候，奶奶化身超级戏精：“哎呀，我们帆帆会讲故事了。”

孩子从大人的评价和认可中，汲取到鼓励与信心，他会朝着这个方向继续努力。

除了绘本阅读，另一种输入就是家庭的陪伴。这次帆帆跟老师讲过生日的事情，就是全家人想给帆帆充足的陪伴和关爱。我们一起布置生日背景墙，一起唱生日歌、许愿、吹蜡烛，度过了意义

## | 父母必读 |

我女儿出生后，婆婆对我说：“你做妈妈了，你的女儿你要自己带，这可是为你好。”

女儿名义上我自己带，其实脏活累活都是婆婆帮我的，每天她都忙到孩子入睡了才离开我家。婆婆坚持让我带孩子睡，说孩子每天听着妈妈的声音入睡，清晨睁眼看到妈妈的笑脸，便能感知到妈妈的爱。

我在朋友的公司负责设计，工作时间相对灵活，有婆婆尽心尽力辅助，我一边工作一边带女儿，日子过得舒适安逸。眨眼间，女儿上了幼儿园。

公司打算给我升职，但需要我经常出差。这件事，我征询婆婆的意见，婆婆笑道：“工作上有上升机会就不要错过，孩子我帮你带。”我忍不住问她：“您不是说孩子一定要亲自带吗？”婆婆说：“你闺女白天在幼儿园有玩伴，对你的依恋相对少了。再说，即使你出差在外，也可以和孩子视频啊！”

在婆婆的鼓励下，我在单位勇敢地挑起了担子。升职没几天，我就被派到外地出差。

出差那几天，我每天晚上会通过视频和女儿聊天，给女儿读睡前故事。出差回来后，我担心女儿生气不理我，没想到女儿见到我说的第一句话竟然是：“妈妈辛苦了！”那天晚上，女儿睡前亲了我的脸颊好几次，对我说：“奶奶说了，不管妈妈在哪儿，对我的爱不会变。所以我要把这几天的晚安吻都补给你。”

如今，女儿6岁了，已经习惯了我出差，有时我不外出，她还会问：“妈妈，我俩什么时候视频啊？”这几年，我坚持和女儿遵守约定，只要出差，每天晚上都和女儿视频通话。女儿把每天学到的知识、开心的不开心的事告诉我，有时还会展示她新学的舞蹈动作给我看。

《家庭教育促进法》施行，要求家长带娃要“亲自养育，加强亲子陪伴”。我拿给婆婆看，忐忑不安地说：“妈，我没做到。”婆婆笑道：“陪伴孩子是心思放在孩子身上，每天倾听孩子的心声，了解孩子的喜怒哀乐。你不论不在家，每天都和女儿沟通，这是高质量的陪伴，胜过那些每天和孩子待在一起却心猿意马的家长。”我相信婆婆这位退休教育工作者的解读，“亲子陪伴”重在陪伴的质量，而不在于是否一直待在孩子身边。



非凡的一天。

孩子被阅读和陪伴滋养的每个过程，都是他今后练就语言表达的宝贵素材。

在人际关系中，我们给了帆帆接纳和爱，给了他信心和敢于说“不”的勇气，只需耐心等待，他终会发自内心地回应那些真诚有趣的问话。

## 亲子陪伴重在质量