



别让这些生活细节 “偷走”孩子的听力



一说到儿童听力,许多人认为聋儿是先天性或是不明原因的突发性耳聋,是防不胜防的,其实不然!大部分儿童听力下降或丧失的原因是有迹可循的,换句话说,听力损伤是可以预防,可以避免的。在日常生活中,注意这些细节可以避免孩子的听力被悄悄“偷走”!

细节1 及时发现分泌性中耳炎

儿童听力下降最常见的原因是分泌性中耳炎。10岁以内是孩子中耳炎的高发期,长大后免疫力提高,咽鼓管也长好了,分泌性中耳炎发病会

减少。

分泌性中耳炎早期鼓膜仅仅表现为红肿,在鼓膜穿孔前,并不会分泌物流出。年龄大的孩子会表述听不清老师讲课,耳朵有

闷、堵塞感;年纪小的孩子由于不会表达,孩子在感冒后家长要密切留意孩子是否哭闹频繁,看电视要开很大声音……发现这些异常症状,就要及时就医。

细节2 避免自行给孩子掏耳

许多父母认为耳屎对孩子有害无益,常常用棉签、挖耳勺等工具去帮孩子掏耳屎。其实,给孩子掏耳屎的害处很多。儿童的外耳道还没有发育成熟,

大多呈扁平缝隙状,掏耳屎操作不当很容易损伤孩子娇嫩的耳道内皮肤。

对于听力还处于发育阶段的儿童来说,耳屎对耳朵有一定的保护作用。

当然,如果耳屎过多堵塞在耳道内也可能影响听力。这种情况下,家长可以带孩子到医院,请耳科医生帮忙,借助专业的工具将耳屎掏出来。

细节3 教会孩子如何擤鼻涕

孩子难免都有感冒流鼻涕的时候,家长往往捏住孩子的鼻子让其用力擤鼻涕,这也可能对耳朵造成伤害。过于用力擤鼻涕,特别是两个鼻孔一起擤,

可能会使鼻腔内的病菌在压力的作用下经耳咽管直接进入中耳室,轻则引起暂时性的耳堵塞感,重则可发生耳痛、中耳积液。

正确的擤鼻涕方法应

该先压住一侧鼻翼,然后轻轻擤出对侧鼻腔内的分泌物;再用同样的方法擤出另一侧鼻腔内的分泌物。假如擤不出,可将分泌物倒吸到咽部并从口吐出。

细节4 避免给孩子用耳机

有些家长不注意甚至让学龄前的宝宝用耳机。人的身体对耳朵有保护机制,当听到高音量的声音,耳朵里的肌肉就会收缩,把鼓膜拉紧,传进耳朵的声音比较少从而

保护耳朵不受损伤。如果戴着耳塞式耳机,除了声音会在耳内回响外,也会增加耳道内的压力,这双重作用使得耳朵的自我保护机制难以发挥作用,长此以往听力就会受到损伤。

所以,无论是听歌还是听电话,最好不使用耳

机,如果一定要戴耳机的话,可以选择戴耳罩型的耳机。

(据《羊城晚报》)



孩子太任性 “一冷一热”来处理



宝宝任性、不听话是常有的事,当自己的要求得不到满足时,宝宝甚至会在大街上哭闹不止,让家长十分难堪。面对宝宝的任性行为,家长们该如何处理呢?

中日友好医院临床心理科副主任医师王彦玲表示,孩子开始任性其实是成长的表现,意味着孩子的独立性正在萌芽。随着孩子接触越来越多的事物,独立性开始增强。3岁至5岁的孩子独立性就开始萌芽了,什么事情都想“我来,我自己做”,不如以前那么听话。这其实是好事,说明孩子在成长。

王彦玲说,小孩任性的时候,大人不要着急,应弄清楚孩子为什么任性。但是,不能对孩子过度溺爱。适度任性是孩子正常独立意识萌发的表现,但不能处处由着孩子,否则就可能成为性格缺点。此外,还应让孩子多交同龄朋友。

如果孩子过于任性,可能养成不好的性格。制止孩子任性,可采用置之不理的“冷”处理,也可采用“热”处理。

“冷”处理是指对孩子的哭闹置之不理。孩子的要求得不到满足时,通常会哭闹来抗议。如果孩子

一哭家长就妥协,会助长孩子的任性,所以家长可以暂时不理睬。孩子看到自己的要求得不到大人理会,自然就停止哭闹了。

“热”处理是指奖励孩子任性的行为,这种效果可能更好。比如这次孩子任性的时候,可以置之不理。下次孩子不任性,如妈妈说“不许玩水”,孩子很快就不玩了,家长可以及时给孩子一个奖励,比如表扬他、亲一下,或给一块糖等。

有时也可以暂时让步。比如到吃饭的时间,孩子看的动画片正好看到一半,孩子特别想把它看完,这时可以对孩子有一个小小的让步。但必须跟孩子说清楚,下不为例。这种让步和一味妥协是不一样的。

(据《重庆时报》)



聪明家长的 聊天“魔法”



跟父母倾诉,结果被老妈训,“瞧你成天就知道睡懒觉,工作能好才怪”,被老爸挖苦,“老子当初年年都是先进工作者”,然后讲起了自己的“丰功伟绩”,相信你也难以接受。任何一种话题的聊天,只要沦落到说教与训斥,就极为无趣了。所以,看到孩子紧闭双唇,不再多说一句时,就要赶紧停止说教,引导孩子说心里话。还要注意多询问,少评论,多说“你”,少说“我”。

“今天在幼儿园怎样啊”“今天有没有乖啊”孩子听了这些问题,多半会心不在焉地说句“挺好的”,家长根本无从了解孩子的真实想法。聪明的家长有自己的一套聊天“魔法”,让孩子愿意诉说。

第一招:问小不问大。不要笼统地问“今天在学校做了什么”,而要问细节,比如“今天上了哪几门课”,然后接着问“音乐课都学了什么”“自然课有趣吗”。家长就可以借此了解孩子一天的学习情况,并持续聊下去。从发展心理学角度看,孩子很难理解抽象的、大范围的问题,用一些小事、琐事打开话匣子更容易,这些问题简单易懂,也很有趣,孩子就会争先恐后地回答,不会感觉到压力。

第二招:只要倾听,不要说教。心理咨询师最重要的素质就是倾听,这同样也是家长必备的技能,才能让聊天回归聊天,让孩子说出真实感受。不妨换位思考,如果你在工作中遇到挫折,想回家

第三招:适当运用肢体语言。跟孩子聊天时,尽量坐下或蹲下,拉着孩子的手,用平视的目光注视着他。切不可一边忙着叠衣服、洗碗,一边跟孩子讲话。注视别人、专心倾听,就表示你很在乎跟他说话。而且孩子对于肢体语言很敏感,大部分的孩子都喜欢亲密的接触;握握他的手,摸摸他的头,摸摸他的肩,顺顺他的头发,拍拍他的背等,都会起到正面效果。

(据《生命时报》)

