

# 孩子具有攻击性怎么办?



不少家长伤心的发现,自己的孩子常常有攻击性的言语及动作出现,这种攻击性甚至是冲着自己的父母而来的。比如,3岁的孩子会大喊:“打死妈妈!”那么,孩子这些攻击性背后隐藏着什么问题,家长们又该怎么办呢?

**家长要反省自己的教育方式**  
年纪小的孩子没有强烈的是非观念,他们的语言往往可能只是一种情绪的宣泄。比如孩子说打死妈妈,也可能是反映自己对妈妈的不满意。也有一种可能,孩子本来比较喜欢妈妈的,可能妈妈对小孩的管教太粗暴,做法跟孩子的期待有落差。

**专家建议:**建议家长要对自己的管教方式自省一下。是不是平时对待孩子过于严苛,或者对孩子不守信用,造成了孩子心里

对家长的极度不满,然后用语言行为表现了出来。

**不要用暴力手段制止孩子的攻击性行为**

小孩不能充分通过语言表达自己的意思,而用手和嘴等动作语言,能很快表达出自己的意思。从这个角度来说,3岁小孩子的打人、咬人等行为,往往是为达到某种目标,很少具有敌意。

**专家建议:**家长应当避免让孩子在冲突的环境下生活教育,如果在幼儿园,教师可以为孩子多提供一份图书、玩具等,避免咬人、打人等行为的发生。一旦发生类似行为时,家长和教师要学会用好玩的事情吸引她,转移孩子的注意力,简单的制止没有效果。越是出现这种打人、咬人行为的孩子,家长越要避免暴力。暴力的

家长就会出现暴力的孩子,暴力有代际传递性。打,肯定是成人给孩子树立了不好的榜样。

**要奖惩得当**

儿童心理学研究者在临床中发现,大部分的年轻父母对学龄前儿童的教育知识比较欠缺,部分甚至存在空白,一旦孩子出现“攻击性”等异常行为时,家长往往束手无策。

**专家建议:**家长平时要学会科学教养学龄前儿童,不可过分宠爱孩子。宠溺过度的孩子,往往形成以自我为中心的状态,长大后容易成为一个自私的人。

对于孩子好的行为,家长要鼓励孩子;对于孩子出现攻击性等差的行为,家长要采取一些惩罚措施,但避免打骂孩子。因为打骂孩子往往是家长自己在发脾气,打骂过头后,孩子可能不但不会改正错误行为,甚至可能变成一个不怕任何打骂的“皮小孩”。惩罚措施最好是能触动孩子的心灵,才为有效。

**注意事项**

攻击性也有其积极的一面,比如在征服外部环境的过程中努力获得成功——这是人类发展所必需的。如果家长对孩子的攻击性能加以正确引导,就可以变为人格的积极成分,如坚忍的性格、顽强的意志品质等。但如果不能正确引导,反而在一个冷漠或充满暴力的家庭中被推波助澜,这就可能发展为很危险的情况。

(胡军)



## 过敏的孩子 为啥越来越多?



春天天气转暖,杨柳吐绿、百花盛开,但是李女士4岁的宝贝儿子却不敢出门,一出门,孩子就鼻痒眼痒,喷嚏连天,接着就咳嗽胸闷,折磨的孩子苦不堪言。

生活中有的人接触花粉会不停地打喷嚏,有的人遇到冷空气就咳嗽,有的人吃了某种鱼肚子就痛、皮肤会发红发痒,有的人甚至洗脸用肥皂脸也过敏……大家感到过敏的人比过去明显增多了,有人纳闷:“我原来不过敏啊,怎么现在身体这么娇气?”据统计,大约有三分之一以上的人在一生中曾罹患过过敏性疾病。

世界卫生组织将过敏性疾病、肿瘤、心脑血管病、糖尿病列为四大多发常见疑难病。单单过敏引发的疾病高达几十甚至上百种,而引起过敏性疾病的过敏物质“过敏原”更是数不清,随着工业化和污染的加重过敏原越来越多,这就不难理解为什么过敏性疾病逐渐增多的原因。

过敏又称“变态反应”,是身体受一种或多种物质(也称过敏原)刺激后引起的组织损伤或生理功能紊乱。几乎所有的物质都可以作为过敏原,主要分为几大类:花粉、吸入性过敏原(如尘螨、动物毛等)、食入性过敏原(如海鲜、奶制品等)、接触性过敏原(如染发剂、化妆品等)和注入性过敏原(如蚊虫叮咬等)。

过敏性疾病涉及呼吸系统、皮肤、消化系统、眼部甚至脉管系统等,主要分为三大类:皮肤类、过敏性鼻炎和哮喘。

一切过敏性疾病,很多人觉得过敏症状慢慢会有所缓解,不积极去诊断和治疗,这是不正确的,尤其不能忽视回避过敏病因的治疗,不要因恐惧激素而擅自停药,更不要相信所谓的“偏方”导致误诊误治。所以,对过敏症要追求过敏原及早预防、正规治疗。

(桑一)

# 雾霾之下,孩子的肺还好吗?

肺是人体最“娇嫩”的器官,肺炎是全世界5岁以下儿童的头号“杀手”,我国每年约有6.2万名儿童死于肺炎。

肺有六怕:怕燥、怕寒、怕热、怕悲忧、怕雾霾、怕大便不通。

面对日益猖獗的雾霾侵袭,雾霾已成为肺功能的头号天敌。

肺每天要吸入大量空气,其中混杂的粉尘颗粒、微生物、化学毒物等都威胁着呼吸系统的健康。即便肺叶上排列的细小纤毛能清扫污染物和细菌,但如果长时间处于污染的空气中,再坚强的肺也会受不了。

在雾霾中,肺就成了一个“采石场”,烟尘等颗粒物都沉积在肺中,并且很难清除。短期内,空气的毒害会削弱肺功能,诱发支气管炎、哮喘等疾病;从长期来看,还可能引发慢阻肺和肺癌等。近30年来,我国公众吸烟率不断

下降,肺癌患病率却上升了4倍多,从某种程度上来说,这恐怕就是雾霾天所导致的。

我们的肺在日益严重的雾霾攻击下,它还好吗?今天教大家几招,如何在日常生活中自测肺功能,孩爸孩妈们,可以带上孩子一起测试呦。

**吹火柴法:**点燃一根火柴,尽力去吹,如果距离嘴15厘米吹不灭,说明肺功能有问题;如果距离5厘米还吹不灭,说明肺功能很差,如肺气肿患者。

**爬楼梯法:**用不紧不慢的速度一口气登上三楼,不感到明显气急与胸闷,说明心肺功能良好。

**憋气法:**深吸气后憋气,能憋气达30秒表示心肺功能很好,能憋气达20秒以上者也不错。

**小运动量试验:**原地跑一会儿,让脉搏增快到每分钟100—120次,停止活动后,如能在5—6

分钟恢复正常,说明心肺功能正常。

**如何保护我们的肺?**

若保护好我们的肺,需要注意以下一些日常生活细节:外出回来要及时洗脸、漱口、清理鼻腔;多喝水;居室保温、保湿;少吃或不吃有害肺健康的食物,多吃有助肺保健的食品;按摩鼻翼、清洁鼻腔等。

除此以外,最关键的是减少吸入污染物,因为肺吸入污染物后就很难排出了。空气不好时,老人、孩子、孕妇和有呼吸系统疾病的人不宜进行户外运动。如需外出,尽量要做好个人防护,外出时一定要佩戴口罩。

(姚滨)

