

开学了,幼儿园里“哇”声一片

小班家长挺住,别把分离焦虑“传染”给宝宝

■记者 陈成成/文 王明洲/图

9月初,又到了宝宝新入园的时候,幼儿园门前总会上演这样一幕:家长面对哭着不愿撒手的孩子,无计可施,有的甚至也跟着孩子流眼泪。老师将孩子抱进教室后,不少家长开始焦虑了:不知道孩子在幼儿园里是怎么度过的?会不会哭闹一天?

幼儿园是孩子迈向社会的第一步,也是关键的一步。面对“分离”,孩子与家长该如何度过这段“特殊时期”呢?



吃饭时,老师安慰背起书包想回家的孩子。

幼儿园上演“哭闹戏”

昨天上午8时30分许,记者来到小太阳幼儿园之江校区门口,家长们正陆续将孩子送入园,“哭闹大戏”一次次上演。小班的一名男孩,被外婆和妈妈拉到了幼儿园。走到门口,孩子紧紧抱住妈妈的肩膀不肯下地。妈妈哄了好一会,把他抱进了幼儿园,交到老师手里,狠狠心大步离开教室。走到门口,看见外婆,妈妈的眼圈忍不住红了。外婆也掏出纸巾抹起了眼泪。

在入园的十多分钟内,记者看到了不少哭闹的小朋友,

也看到了好几位抹眼泪的家长。

9时许,不安的家人们陆续离去,但还是有一些家长特别是长辈,悄悄地站到了幼儿园外的栅栏边,偷偷观察孩子的动向,一直站到9时多。临近中午,又有不少不放心的家长赶来,在幼儿园门口张望,有些听到孩子哭闹的,忍不住又进去看看孩子,帮忙喂饭。

市区某幼儿园一位老师告诉记者,刚入园的孩子哭闹很普遍,主要发生在早上入园、吃午饭、午睡3个时间段。

“开学第一天还好,孩子以为入园后家长马上会来接他,结果发现待在幼儿园的时间很长,第二天就哭闹着不肯来上幼儿园。孩子适应有快慢,快的只需两三天,一般的孩子需要两周时间,适应慢的则需要一个月时间。”这位老师告诉记者。

国家二级心理咨询师、华夏之家社会工作服务中心主任李频蕾说,初入幼儿园,无论对孩子还是家长都是不小的挑战。对孩子而言,因为与亲人分离而引起焦虑、不安或不愉

快的情绪反应。比如有的孩子赖着不愿起床,在吃早饭到去幼儿园的路上不断哭闹,这些都是幼儿入园“分离焦虑”的表现。

“家长不必过分担心,这是正常现象。”李频蕾说,在上幼儿园之前,孩子处于一种亲近、安全、稳定的一对一亲密关系中,到幼儿园则意味着孩子要脱离抚养者的视线,离开其所提供的安全基地,进入一对多、陌生的环境里。面对这种变化,有哭闹等反应并不是问题,反而是孩子健康的表现。

家长要学会果断放手

面对“分离”,情绪波动的不止孩子,家长也同样存在这种情绪,有的甚至比孩子更严重。

张女士的儿子是幼儿园新生,在孩子入园前一个月,她就开始准备书包、玩具等用品。作为新手妈妈,心里虽然有着小激动,但一想到孩子要和家人分开,适应新的环境,她就睡不好觉,“孩子到了幼儿园会适应吗?他没有上过早教课,也没有去过托儿所,胆子小,到了幼儿园会不会被

欺负”。在各种育儿论坛上,家长们的焦虑达到了顶峰,不少家长称自己的分离焦虑症比孩子更严重。

李频蕾介绍,分离焦虑是一种正常的情感反应,它出自正常的依恋需求,这种需求应该受到尊重。若家长察觉到自己的分离焦虑症状比较明显,建议可以有意识地参加一些增强自信心的团体训练,也能促进自我的安全感。

“家长的一些反应会直

接传染给孩子,加重宝宝的不适感。”从事幼教工作多年的陈老师说,她经历过各种各样的家长和孩子。小班老师常常是一边照顾孩子的情绪,一边还要安抚焦虑的家人们。

陈老师建议,送孩子入园时,家长可以和孩子事先做好沟通,约定好告别的方式。如果幼儿道别后不肯离开,必须要舍得放手,让老师抱进教室,自己转身离开。不要在门口与孩子过多纠

缠,否则会让孩子情绪更加激动。孩子进入教室后,不论多么舍不得都不要去做扒门窗的举动,也不要找送东西的理由看孩子,因为孩子看见你后会哭得更厉害。

“很多时候,只要家长离开,孩子会很快融入到班级的正常生活。家长果断放手才能给孩子提供一个成长的机会,他们能够在这个过程中学会调节自己的情绪并适应外部环境。”陈老师说道。

家长有技巧的鼓励可减少孩子情绪反复

很多家长反映,情绪平复后,一段时间内孩子会喜欢去幼儿园,但没几天又不爱去了。为什么会反反复复呢?陈老师表示,这是正常现象,宝宝刚开始对幼儿园会有一个新鲜感期,过后情绪又会有所波动。

“出现这种情况也可能跟

家长的沟通方式有关。”陈老师介绍,孩子放学后家长应该说一些正面积的话题,并且伴有轻松的语气。例如“你今天去幼儿园一定很开心”“你明天去幼儿园一定还有更好玩的事”“明天一定会认识更多的小朋友”等等,也可以把老师发来的照片给孩子看,别问“你在干

什么”,只需问“看照片,你肯定是在笑吧?你认真的样子妈妈好喜欢。你们在唱歌吧?在跳舞吧?在画画吧”,引导式对这个年龄段的幼儿很重要。

很多家长看到孩子在幼儿园的照片时,会有各种各样的反应:人家孩子怎么吃饭那么好?人家孩子怎么都和老师互

动?人家孩子怎么上课都能坐得住?

“不要对初入幼儿园的宝贝要求太高,其实每个孩子都是独立的,个体都是不同的,自己的孩子一个专属‘起点’,跟着老师的建议去练习。每天发现一点孩子的进步,都能让你开心很久。”陈老师说道。

父母怎样帮助孩子减轻焦虑情绪?

李频蕾建议,孩子出现焦虑情绪时,家长可以将孩子的生活安排得张弛有度,时不时地给孩子一些物质奖励和期待,如答应孩子周末出去旅游等等,这些“期待值”可以帮助孩子有效缓解紧张、焦虑的情绪。

如果遇到有些孩子情绪起伏特别大,坚持不想去幼

儿园的,是否可以适当满足?陈老师建议,家长应该坚持连续送孩子入园,孩子的认知、记忆需要一个长期的连续的过程来培养,只有坚持每天送孩子入园,才能让孩子更好地、更快地适应幼儿园生活。

另外,初入园这段时间,建议家长要多多关注孩子的

饮食、起居,因为环境以及生活习惯的变化,易使幼儿免疫力降低,加之幼儿园的情况相对要复杂,家长应格外注意孩子的饮食以及睡眠情况,比如多增加一些营养食物,调整孩子的作息时间,让幼儿可以尽快适应新的生活。

记者也了解到,为了让

孩子尽快适应幼儿园的环境,我市多数幼儿园都针对新生特点,采取了比较贴心的教学方式,比如开学前几天实行半天班制、鼓励家长与孩子一起上亲子课、大班带小班等,以循序渐进的方式,让孩子在相对放松的状态中逐渐融入集体生活。

我市首部 食品安全宣教 微电影拍摄完成

本报讯(通讯员 杨翔 记者 陈成成)经过1个月的筹备、拍摄,我市首部反映食品安全题材的微电影《一锅炖牛肉》近日完成拍摄,并已在优酷网独播。

据了解,《一锅炖牛肉》片长约12分钟,讲述一家湖岭牛排店老板的儿子,在一次聚会上受竞争对手影响,在烹煮牛肉时加入“日落黄”(一种非法添加剂),以保证牛肉的卖相,欺骗消费者。好景不长,市场监督管理部门对非法添加剂进行突击检查,儿子追悔莫及并陷入恐慌。母亲告诉儿子,其实她早已发现这件事,并且一直用淀粉来替代“日落黄”,让儿子逃过了一“劫”。自此,儿子深知只有让顾客吃到健康放心的牛肉才是长久之计。

市市场监督管理局相关负责人表示,用微电影的形式传播食品安全领域的正能量,意在推动整个行业的自律,加入“用心做食品”的行列,达到寓教于乐的效果。

运动鞋退货 小纠纷引出 连环 侵权案

本报讯(记者 陈成成 通讯员 金若丹 钱圣海)看似一起消费小纠纷,不想却引出了“大事件”。

日前,消费者蔡女士向市市场监督管理局投诉称,我市一家从事网络销售的贸易公司所出售的运动鞋存在瑕疵,要求退货退款遭拒。

执法人员走访该贸易公司,在现场处理消费投诉时,注意到该贸易公司网站页面上有疑似标注“N”的运动鞋在售,标价低廉,有可能是假冒产品。经调查发现,该贸易公司在网上销售的一款运动鞋上标注有新百伦公司的“N”标识。现场检查发现标注“N”标识运动鞋34双,标注耐克公司“√”标识运动鞋46双。当事人无法提供使用上述商标合法有效的手续,执法人员依法暂扣了上述涉案商品。

执法人员在现场检查鞋盒包装及询问经营者发现,该贸易公司所售的侵权运动鞋是由仙降某制鞋公司加工生产的。执法人员突击检查了该制鞋公司,在生产车间内发现有疑似标注“N”商标运动鞋90双,标注“√”商标运动鞋54双。该制鞋公司无法提供上述商标合法有效的手续,涉案商品被依法予以扣押。目前两起案件正在进一步调查中。

电商时代,网购盛行,但网上出售的商品真假难辨,网店也成了假冒伪劣产品的“重灾区”。据了解,市市场监管局将继续加大对利用网络实施商标侵权行为的检查。