

孩子进幼儿园哭闹 家长心疼在旁偷看 这是一种心理病

宝宝易得的分离焦虑会传染家长

孩子一进幼儿园就哭闹不止,和家長上演着“生离死别”般的剧情;有些家長把孩子送进幼儿园后,像私家偵探一样“潜伏”在幼儿园附近的围栏旁,或者躲在教室窗外、門边,偷偷看着孩子……

每年放假后再开学,这些场景总是会“循环”出现在幼儿园。

“这些都是‘分离焦虑’的体现。”浙江大学医学院附属第一医院精神卫生科副主任、主任医师胡少华说,每逢新学期开学就有一些家長到医院来咨询。



本版图片来自网络

孩子大哭妈妈心疼 到单位后又悄悄去了幼儿园

最近,胡少华接待了一对年轻的夫妻——钱先生和方女士,他们相恋相识8年,最近却因为女儿上幼儿园的事争吵不停。

“我的女儿叫欣欣,已经5岁了。前几天第一次送她去幼儿园,在家时还没有什么异常的,上了车就一路哭到幼儿园,到了门口更是一发不可收拾。”钱先生说,女儿紧紧拉着妈妈的衣服,怎么都不肯松手,一个劲地哭。夫妻俩好不容易安抚好女儿的情绪,把孩子交给老师转身准备离开,背后又传来女儿撕心裂肺的哭喊声,“女儿在老师怀里哭得比刚才还凶。”

“老婆心疼得不行,想回去哄孩子。可我想着,总要走这一步的,而且只请了一个小时的假,必须要赶回去上班了。”钱先生说,后来他才知道,将老婆送到单位后,她又一个人悄悄溜回了幼儿园去看孩子。

就这样,一连好多天,孩子都是送到幼儿园就哭闹不止。几天下来,嗓子都有点哑了。方女士心疼孩子,提出不去上幼儿园了,等孩子大点再说,钱先生却不同意。他觉得,之前就是因为舍不得,连幼托班都没有送去上,孩子的知识、交际各方面的起点就比其他小孩子低了,要是再不去幼儿园,只会越差越多。对此,方女士却责怪老公过于狠心,不心疼孩子,俩人大吵了一架。

“家事缠身”的钱先生工作心不在焉,直到同事告诉他:这是焦虑,自己以前也经历过。他才说服妻子一起来到浙大一院接受咨询。

**宝宝适应力很强
大多哭闹10分钟情绪就平稳**

“宝宝和妈妈都是很明显的分离焦虑了。”胡少华说,分离焦虑是婴幼儿因与亲人分离而引起的焦虑不安或不愉快的情绪反应,是婴幼儿焦虑症的一种类型,多发病于学龄前期。

在与方女士交谈中,胡少华发现她经常会对女儿说“妈妈爱你”“妈妈不能没有你”等话。由于之前从未送孩子去过幼托班,从而导致她和女儿都出现了分离焦虑。

“其实,孩子的适应能力是很强的。”杭州市上塘菁禾学前教育集团花园园区副园长李明潭告诉记者,今年花园幼儿园小班共招收了112名孩子,大部分在告别父母进入幼儿园生活学习时都是很开心的。这与现在很多孩子会上早教班、幼托班有关,孩子们提前适应了集体生活。

李明潭结合多年的从教经验告诉记者,每年大概有1/4的孩子会出现分离焦虑的情况,但也仅仅是在父母刚离开的时候会哭闹。大概5—10分钟后,情绪就平稳了。个别孩子的分离焦虑情况会比较严重些,表现在哭闹时间长或者哭一会停了过会儿想起什么又开始哭。“这个时候,多给予孩子拥抱是很有用的。我们会抱着孩子,带他参观幼儿园,和他们说说话,慢慢地,孩子情绪也能够稳定下来。”

李明潭提到,除了新入园的小班小朋友会有分离焦虑情绪的出现,每年暑假后再来幼儿园的个别中班孩子也会有这样的情绪。“主要是他们在暑假期间习惯了和家人时刻在一起,开学后突然要离开家人就会不适应。这些孩子的适应力更强,差不多第一天会有哭闹,后面几天就好了。”

“以前常有孩子哭、家长也哭的情况,现在基本没有了。”李明潭说,近年来,像方女士这样父母辈不放心孩子出现分离焦虑的情况比较少见,反而是爷爷奶

奶辈多了。有些老人将孩子送到幼儿园后看到孩子哭就不肯走了,导致孩子情绪上越来越舍不得;也有些留在门口看孩子上学,“在老师的劝解下,他们也能配合离开。”

避免分离焦虑 不要暗示孩子上学是可怕的

那么,如何提前避免分离焦虑的发生呢?

胡少华建议,家长不要通过各种言语或态度去暗示孩子上幼儿园是一件很可怕的事情或是很大的挑战,这样会使孩子有预期紧张和焦虑;在平时的家庭相处中,要让孩子有充分的安全感,不要过于宠溺孩子,要注重培养幼儿独立能力,鼓励其探索新环境、结识新朋友;父母要处理好自己的焦虑情绪,与孩子最好的关系就是学会放手,不要将孩子和自己捆绑在一起,这样不仅会给自己极大的负担,也可能毁了孩子的一辈子。

除此之外,李明潭建议家长提前给孩子讲讲幼儿园里好玩的事情,带孩子到幼儿园看看,或者带孩子参与到幼儿园的亲子活动中,让孩子喜欢上幼儿园。“我们每个学期都会安排两次亲子活动,针对周边0—3岁的孩子,有些孩子会在入园前就喜欢上幼儿园。同时,建议家长跟孩子交代清楚事情,比如什么时候来接孩子。交代完马上离开,在答应的时间接,这样孩子会更安心。”

胡少华说,对于新入园、入学的孩子,家长一定要处理好和孩子的关系,照顾好双方的情绪。分离焦虑有时候会引起孩子生理上的应激反应,长时间焦虑,容易使孩子抵抗力下降,所以一些刚入园的孩子会容易感冒、发烧、肚子疼等。如果发现异常,要及时接受相关心理咨询。

来源:青年时报

用单独留家 惩罚小孩要不得

2019年12月31日,微博上一位百万粉丝的育儿博主因为教育孩子方式的问题引发热议。起因是她发的一条微博,因为自己6岁的女儿没完成“学习任务”,按照约定,全家其他人开车去珠海长隆游玩,把女儿一个人留在广州家里。

孩子没完成“学习任务”,父母给予惩罚,是必要的教育手段。但从育儿安全角度说很不可取。特别是作为拥有百万粉丝的育儿博主,在微博上洋洋自得地传播这种“育儿经”,可能误导其他家长,给孩子成长带来严重的安全隐患和风险。6岁的孩子缺乏足够的自律和控制能力,生活经验不足,防范能力、保护能力差,对危险的认知与大人不同。将6岁孩子独自留在家中一整天,容易因用电、看窗外景色等陷入危险境地。

从家庭教育科学角度说,这是一种糟糕的、“有毒”的教育方式。实质上是只谈学习不谈感情。一旦发生意外事故,可能让孩子产生恐惧感,给孩子留下童年阴影。而且,很容易激发出孩子的逆反心理,不利于建立和谐、和睦的亲子关系,不利于孩子的身心健康。

欧美发达国家普遍立法规定儿童、幼儿必须时时有人照看,父母将儿童、幼儿独自留在家中是违法行为,一旦有人报警,父母将受到处罚,轻则警告,重则剥夺监管权。从这个角度看,我国保护未成年人合法权益法律应当往这个方向立法,以法律形式严禁父母将孩子独自留在家中、车中,倒逼家长重视育儿安全,切实保护孩子安全,让孩子在安全环境下健康成长。

总之,安全是育儿的基础,任何育儿方法都要以保护孩子的安全为前提条件,家长不能有侥幸心理,法律也要对危害儿童安全的“育儿经”说“不”。

来源:新京报