

过早接触电脑

让宝宝变笨



英国权威心理学家西格曼博士在出席一个国际儿童保育会议时提出，各国政府应颁布法令，禁止9岁以下的儿童接触电脑，因为儿童过早接触电脑会影响智力发育。

相信这个呼吁对所有的父母都会有所触动，因为电脑对孩子的吸引力正日益增强。那么，过早使用电脑究竟有哪些不良影响呢？

许多心理教育和医务工作者在实践中发现，使用电子产品过多的孩子控制能力差、注意力不集中，对环境刺激的敏感性低，意志力薄弱，且易情绪不稳。首都儿科研究所神经内科副主任医师朱彦丽说，过早、过多接触电脑和电视，还有导致多动症和抽动秽语综合征的可能。

不过，专家也认为，电脑的普及和流行，至少说明电脑、网络在共享资源、扩大知识面方面有独特的

优势，并且将孩子完全隔离在电脑等电子产品之外不太现实。因此，对父母来说，最重要的是懂得怎样让孩子合理接触电脑。

0岁至2岁，不接触。美国2007年的一项调查显示，约有90%的儿童在2岁前就经常在电脑或电视上看各种智力开发的节目。父母对此的解释是为了促进孩子的智力发育。

其实，孩子的大脑需要在真实的环境下才能健康地发育。比如学爬行、走障碍等活动不仅能锻炼宝宝的体能，还能让宝宝在立体环境中感知真实的三维空间。孩子需要触摸、感觉、观察和移动真实事物，以训练他们的神经和认知系统。因此，在这个阶段让孩子看开发智力的节目，不如多和孩子交流、多做游戏来得实际。

2岁至学龄前，少接触。这是孩子各种能力迅速增长的时期，如果父母想让孩子更多地学习知识，购买专业出版社出版的认知小读本是最好的选择，不仅经济实惠，孩子学得也快，不容易伤害眼睛。

此时的孩子可以接触电脑，比如和家人一起看各种照片或纪录短片，会觉得其乐融融，只是上网冲浪、游戏等内容，还是应该杜绝。

上学后，控制使用时间。随着现代教学课程的多媒体化，孩子有了更多接触电脑的机会。此时，父母可以允许孩子用电脑完成作业，游戏则要经过父母的筛选，以提早帮孩子树立是非观念，提高对不良事物的“免疫能力”。此外，要对孩子的游戏时间进行强制性限定，以保证他们的休息和户外活动时间。不妨每天限定几个可以玩的时间段，每次不超过半小时，同时让孩子养成用电脑10-20分钟就休息一下、望望远处的习惯。

为“戒除”孩子对电脑的依赖，很多国家都在探索有效的方法。比如在日本，很多父母会趁着暑假，带孩子离开喧嚣的城市，体验一段没有电脑、电视的生活，让他们体会到“原来没有电视和游戏，也可以过得很愉快”。

(采芹)



姓名:李诗然,小名麦兜
性别:男
生日:2009年9月12日
父母寄语:希望你拥有诗情画意、悠然自得的一生。



姓名:侯显涵
性别:女
生日:2010年6月2日
父母寄语:亲爱的宝宝,愿你健康、平安、快乐地成长。



姓名:李皓琨,小名豆豆 性别:女
生日:2009年11月25日
父母寄语:希望宝宝健康成长,幸福相伴,快乐永远!



姓名:丁怡彤,小名彤彤 性别:女
生日:2010年2月13日
父母寄语:愿彤彤健康、快乐地成长,书写精彩的一天。



牵制宝宝，从成人的角度掌控游戏的内容与进度，这样的游戏就很难引导宝宝把内心的东西展现出来。因此，要让宝宝自己来主导游戏，父母只要配合他，跟着他的需要走就可以了。

要有充分的身体接触。身体接触是密切亲子关系、让宝宝彻底放松的重要环节。因此，父母可以充满爱意地追逐宝宝，紧紧地拥抱宝宝，用头顶宝宝的小肚子，用鼻子蹭宝宝的肌肤等，这些身体的接触会向宝宝释放一些安全的信息，让他彻底放开自己，开开心心地玩耍。

要投入地玩游戏。和宝宝做游戏的时候，父母要像个孩子一样全身心地投入。如果你是在敷衍，宝宝会敏感地觉察到，游戏的愉快程度就会大打折扣。当你很投入地和宝宝做游戏时，宝宝也会更加投入地进入游戏状态。只有在这种情况下，他的不良情绪才会通过游戏彻底地释放出来。

(王强)

小饭桌

鱼泥豆腐苋菜粥

原料:
熟鱼肉 30克, 盒装嫩豆腐半块, 苋菜嫩叶 3片, 米粥 3大匙, 高汤、熟植物油适量。

制作方法:
1. 豆腐切细丁, 苋菜取嫩芽用开水烫后切碎。
2. 熟鱼肉放入研磨器中压碎成泥(不能有鱼刺)。
3. 在米粥中加入鱼肉泥、高汤(鱼汤)煮至熟烂。

4. 加入豆腐、苋菜泥及熬熟的植物油, 煮烂后加少量食盐混匀即可。

适合人群: 断奶补钙宝宝。

健康提示: 有利于小儿补充钙质。



让孩子在游戏中倾诉

成人的情绪需要宣泄，儿童也有这种需求。想让宝宝“倾诉”他的内心，最重要的一点就是要让宝宝开心地笑。在欢笑中，宝宝的困窘、胆怯和不愉快都会随之消失。家长可以通过以下几种方法，让孩子的情绪得到很好的宣泄。

做个可怜的“弱者”。与成人相比，宝宝不管在体力上还是在脑力上都是弱者。如果父母在和宝宝做游戏时表现得跟平时不一样，显出很脆弱的样子，甚至看起来不堪一击，宝宝就会因为看到与平时不一样的父母而感到十分开心。同时，由于在游戏中让宝宝以“强者”的身份出现，他会体验到自身的强大，心扉也会就此开启，愿意无所顾忌地把内心的东西释放出来。

让宝宝主导游戏。如果父母总是

育儿经 金宝贝国际早教机构 特约
地址: 解放路新都汇3层
电话: 63122000
网址: www.gymboree.com.cn

婴幼儿苑 婴之杰早教 特约
老城分中心
电话: 63973326
老城中心: 八角楼金街二楼东区

宝贝秀 aoe 儿童摄影会所 特约
中州中路与玻璃厂路交叉口西50米
18637913636 63226161

相信每个家庭都用照片记录了宝宝成长的过程，那些一闪而过的快乐瞬间，留在了照片中，也留在了爸爸妈妈的心中。请爸爸妈妈将宝宝瞬间的美好时光刊登出来吧，让我们一同分享你们的快乐。

欢迎把照片和相关信息送到 aoe 儿童摄影会所。地址: 中州中路与玻璃厂路交叉口向西 50 米。照片一经采用，请到 aoe 儿童摄影会所领取礼品一份。