

幼儿苑

□管洪芬

给女儿补一堂 责任课



周末，我正在家里上网整理资料，突然接到朋友打来的电话，需要出去一趟。过了不一会儿，等我回来时，却惊讶地发现电脑无法开机了。

刚才出去的时候电脑还好好的，怎么一下子就坏了呢？我叫过在房间里看课外书的女儿，问她：“刚才有没有动妈妈的电脑？”女儿睁着大眼睛眨巴眨巴地看了我一会儿，摇了摇头。似乎怕我不相信，女儿又晃着手里的书告诉我，她一直是乖乖地待在自己房间里看书的。

我无计可施，只能把电脑送去维

修。维修人员将电脑拆开，非常肯定地告诉我是摔坏的：“不信你瞧，电脑主板都被摔变形了。”我惊愕不已：摔坏的？家里就两个人，我没有摔，那么，不是女儿摔的还会是谁？

我怒气冲冲地就回家，拉过女儿问：“到底有没有碰过妈妈的电脑？”女儿依然摇摇头，但的眼神里已经没有最初的坚定。我压抑不住怒火，又问了一遍，这次女儿变得怔怔的，眼眶渐渐湿了，嘴唇哆嗦了两下，小手攥着衣角，不断地揪起来，再放下……

看着女儿的样子，我已经知道事情的真相了，只是不明白她为什么依然不愿承认错误，承担责任。难道只是因为担心会挨骂，她就不愿承认错误，而宁可编造谎言去搪塞吗？

这样想着，我的情绪慢慢平复下来。我搂过女儿，轻声地告诉她，如果她依然说没有碰电脑，那么妈妈绝对会相信她；只是，如果她真的碰了电脑，又不小心摔坏了，就应该勇于承认。搪塞和欺骗是没有责任心的表现，一个乖巧的孩子是不应该这样做的。要知道，责任心可是我们最需要也最基本的美好品性，而且有些事情既然发生了，坦率地说出来，才会更利于补救；哪怕补救不了，我们承认了，面对了，至少我们还是个诚实的人，是个有担当的人……

我再次问女儿：“你有没有摔过电脑？”女儿不好意思地点了点头。我没再多说什么，只是想：电脑摔坏了，修一下就可以，与让孩子找回缺失的责任心相比，电脑是微不足道的。在女儿承认事实的那一刻，我备感欣慰。



姓名：白希希 性别：女
生日：2010年5月24日
父母寄语：希希，愿你健康、幸福地成长，所有美好的事物与你相伴！



姓名：郭育瑞 性别：男
生日：2007年3月10日
父母寄语：壮壮，希望你天天快乐，健康成长！



姓名：王景格 性别：女
生日：2004年1月14日
父母寄语：祝格格越长越漂亮，开心每一天！



姓名：黄森儿 性别：男
生日：2010年4月21日
父母寄语：豆宝，希望你健康、快乐地长大！

小饭桌



胡萝卜甜饼

原料：胡萝卜、馒头、鸡蛋、牛奶适量，白糖、花生油少许。

制作方法：

- 1.将胡萝卜洗净切成细末，在开水中烫一下捞出，挤去水分，拌入适量白糖、牛奶，备用。
- 2.将馒头切成小片后再捏成细末，将大部分馒头末放入胡萝卜末中拌匀，其余装入平盘中备用。
- 3.将鸡蛋黄打入胡萝卜末中拌匀；蛋清打入另一碗中，搅松备用。
- 4.在平底锅上放一点花生油，油热后把少许胡萝卜末摊到上面成一个小饼。
- 5.烙一下，待蛋浆稍凝，就在上面抹一层蛋清，撒上一些馒头末；翻过来另一面也抹蛋清，撒馒头末。两面反复，烙成黄色，使之熟透。

适合人群：2周岁以上宝宝。

健康提示：胡萝卜甜饼色香味俱全，营养丰富，能提供幼儿生长发育所需的多种微量元素。

育儿经

□赵绍立

宝宝睡颠倒了怎么办

如果家有睡觉日夜颠倒的小宝宝，当父母的就会苦不堪言。不过，如果善用一些调整睡眠的技巧，就能帮助宝宝培养规律睡眠的习惯。

宝宝的睡眠需求

每个宝宝都有自己独特的生物钟，新生儿每天的睡眠时间为16至18个小时。随着年龄增长，每天睡眠时间会自然减少，3个月时每天睡眠时间约15个小时，6个月时每天睡眠时间约14个小时，1岁时每天睡眠时间约13个小时。

夜间哭闹有原因

造成宝宝夜晚哭闹的原因很多，最常见的是肚子饿和尿布湿了，也可能是身体不适，最常见的情况有肠绞痛、胀气、皮肤不适、胃肠道疾病、感染性疾病等。因此，在排除饥饿等生理性的哭闹因素后，就要把重点放在寻找病理性原因上。

几大助眠招数

1.从孕期开始培养

当胎儿还在妈妈肚子里时，就可以开始培养作息的规律性。白天胎儿会感觉到光的照射、周围的声音、摇晃和抚摸，到了夜晚，这些外在刺激就消失了。因此，准妈妈在怀孕期间就该规律作息，不要熬夜，以便宝宝出生后养成良好的睡眠习惯。如果胎儿在母体内习惯于晚上多活动，那么出生后自然也会延续这种作息习惯。

2.提供舒适环境

突然出现的噪声或声音改变，很容

易干扰宝宝的睡眠，因此，一个舒适又安静的睡眠环境非常重要。建议将宝宝安置在噪声较小的房间，房间内保持空气流通、温度适中。如果担心宝宝半夜醒来会因为怕黑而哭闹，可以开一盏小夜灯。

宝宝睡觉时，衣服要穿得刚刚好，不要因为太热或太冷而影响睡眠质量。

3.让宝宝分床独睡

宝宝的睡眠模式是浅睡与深睡交替，在浅睡状态下，任何声响或动作都容易将宝宝惊醒，建议父母让宝宝养成自行入睡的习惯。许多父母会先抱着宝宝入睡，等睡着后再放到床上，这样宝宝大多只是浅睡，很容易感觉到睡眠环境的变化而醒来。因此，最好一开始就让宝宝独自睡在婴儿床上。

4.避免过度安抚

宝宝有时候会利用哭闹来引起父母注意。如果宝宝不是因为生病而哭闹，只是希望得到父母的注意或大人的安抚，建议不妨先让他哭上两三分钟，然后到身边安抚他，否则宝宝就会习惯用哭闹的方式来吸引父母注意，一定要人哄才肯入睡。

5.固定就寝时间

宝宝因为贪玩而不想睡觉的情况也经常出现。建议父母明确行为规范和赏罚细则，让宝宝明白规律作息的好处和重要性，尽量在固定的时间就寝。

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。请爸爸妈妈将宝宝的美好瞬间刊登出来吧，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西50米

宝贝秀

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