

新生入园 36计 (上)



宝宝要上幼儿园了,比孩子更不安的是家长。哭闹、厌学、融入集体、学习自己吃饭穿衣服、上厕所、交叉感染……孩子入园适应问题,对于妈妈来说,真是一种“煎熬”,怎么办呢?听听其他妈妈的担忧以及她们的做法,或许会让你觉得孩子入园适应并不难。

分离焦虑——妈妈做准备

孩子初入园时,由于环境生疏,常会在生理和心理上产生一些不适应,如不愿和父母分离、吃不惯幼儿园的饭菜、想家、哭闹、不说话、不会交朋友等,最后集中表现为拒绝入园。为了防止孩子出现这些情况,让孩子愿意入园,妈妈可以做以下准备:

1计 和宝宝在家玩模拟分离游戏,练习告别。玩几次后,甚至可以尝试角色互换,由宝宝扮演妈妈,妈妈扮演入园哭泣的宝宝。

2计 家长互相谈话时避免在宝宝面前谈论各种担心,言者无心,听者有意,困扰会转移到孩子身上。

3计 如果已经明确了选择目标,不妨经常在家夸赞这家幼儿园,并在路过时指给孩子看。孩子多少都有点虚荣心,如果知道自己的幼儿园很棒,会比较愿意接纳。

4计 在正式入园前,利用报名、报到、家长会等机会,带孩子去幼儿园内部看看,熟悉一下环境,提升幼儿园的吸引力。

5计 有意识地在入园前多让孩子去“翻斗乐”、早教中心等场所,观察孩子和其他小朋友一起玩耍时的状态,适当给予鼓励和纠正,培养孩子的群体感觉。

6计 平时在生活中不要在孩子不乖的情况下进行恐吓:“再不听话,就送你去幼儿园学规矩!”类似的话会让孩子产生入园恐惧心理。

妈妈建议

3岁宝宝的妈妈 在扮过家家游戏中模拟去幼儿园,反复练习告别,这个游戏需要一个渐进的过程,直到角色互换部分,变成宝宝送“爱哭”的妈妈去幼儿园。当宝宝想出各种理由安慰“耍赖”的妈妈时,孩子也想出了说服自己的理由。

2岁宝宝的妈妈 除了让孩子做好心理准备,家长也要做好心理准备。家长不要总是担心孩子在幼儿园得不到很好的照顾,怕孩子不适应而忧心忡忡,送别的时候总是泪眼蒙蒙,这样的焦虑对孩子也会有影响。我从很早开始每次和孩子短暂分别(比如上班前),都会很轻松地和孩子告别,培养“分别很正常”的观念。

消除恐惧——宝宝做准备

宝宝自己也需要做很多准备,这些准备是需要家长教给宝宝的,让他们在离开家庭的保护之前,先具备自理能力和表达意识,这样他们入园时也会消除恐惧感和戒备心。

7计 逐渐培养宝宝提出请求的能力,教会宝宝说“我想嘘嘘了”、“我要便便了”、“我想喝水”、“我这里不舒服”等。

8计 不管宝宝把餐桌弄得有多乱、小脸吃得有多脏,都要鼓励孩子坐在餐桌前自己吃完。家长要知道,一个吃饭不自觉的孩子在幼儿园是多么不受老师欢迎。

9计 教会宝宝认识自己的名字、衣服和其他物品,树立“私有”意识。

10计 反复强调一些安全小常识,如不要站在凳子上、不要趴在窗口、上下楼梯要拉扶手等。

11计 锻炼宝宝单独入睡,当宝宝不哭闹而乖乖睡觉醒来后,给宝宝一个大大的拥抱或者表扬,不要总是使用糖果的诱惑或许诺奖励。

12计 不打算让宝宝说话,不作预设的提问,让宝宝自由地说,锻炼孩子的表达能力。在幼儿园里,会说的孩子总是比较容易得到自己想要的。

妈妈建议

4岁宝宝的妈妈 孩子两岁时,我就坚持让他坐在餐桌前自己用小勺吃饭,我们注意培养孩子把吃饭当成一天中的大事,一定要在餐桌前一起吃,不可以搞特殊,哪怕开始吃得又慢又乱七八糟。

5岁宝宝的妈妈 培养独立精神和适当鼓励是好办法,孩子在学会吃饭、穿鞋等小本领之后,是非常有助于群体生活的,他甚至还会去帮助其他小朋友穿鞋,虽然可能添乱,但若得到老师的表扬和鼓励,常可以高兴好一阵子,在家里也会热情过度地帮助他人。

适应期反抗——全家人做准备

入园后最初几个月都是适应期。每个孩子适应期有长有短,且会表现出反复性。孩子偶尔会闹情绪不愿意去,甚至不惜哭闹和装病。这时,不仅仅是妈妈,爷爷、奶奶、姥姥、姥爷也得一起面对,帮助宝宝渡过难关,尤其是老人,不要一时心疼帮宝宝找借口而放弃,这对宝宝来说是非常不好的成长经历。

13计 当宝宝有排斥情绪的时候,一定要坚持入园,切忌三天打鱼两天晒网,不然之前的努力就全部白费了。

14计 送孩子入园时,可以提前到,很多孩子非常在乎“第一名”,接孩子也可以第一个到,这些小事可以成为孩子开心一整天的理由。

15计 让宝宝有意识地练习“请”和“谢谢”的使用,并变成语言习惯,在家里可以练习举手提出请求,改正散漫的习惯。

16计 不要因为怕幼儿园伙食不如家里好而给宝宝拼命补充营养,幼儿园的伙食通常都是经过营养师配餐的,足够孩子的营养需求。

17计 当宝宝投诉和抱怨的时候,要耐心听,首先表示认同,但坚持不干涉的原则。孩子的烦恼和抱怨最多一两天就忘记了。

18计 忌“偏听偏信”,这一阶段的孩子常常把想象与现实相混淆,夸大事实(并非说谎),家长不必太较真。

(据《好管家》)

妈妈建议

3岁宝宝的妈妈 宝宝的“不”是表明自己立场和态度的有力工具,甚至在他还没了解到底要干什么时就表示自己的异议了。对于3岁的孩子,上幼儿园有些反抗是正常的,不能放任,妈妈需要表现得强硬一些。



姓名:张斯涵 性别:女
生日:2011年5月28日
父母寄语:涵涵,你的到来点亮了我们的生命,为我们的生活赋予了全新的意义。愿你身体健康、快快长大。



姓名:徐树 性别:男
生日:2009年2月25日
父母寄语:愿宝宝健康快乐成长,成为世界上最幸福的人!

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

育儿沙龙 绿色环保 全脑开发 宋元慧泽幼儿园 电话:63222268 18237959750

副刊 投稿:lsfnzk@163.com 电话:65233688