

“我家宝宝太贪玩了……”“我家孩子特别好动，上课注意力也不集中……”生活中，经常能听到家长们类似的抱怨。孩子为什么贪玩呢？如何教育贪玩淘气的孩子呢？心理专家表示，大部分健康的孩子都存在贪玩的毛病，对待贪玩孩子，家长不要过分心急，当孩子贪玩影响了正常学习及生活时，家长则需要进行干预。

□ 陈红 记者 马冰璐

你怎么这么淘气！



家有贪玩宝宝 妈妈心烦不已

专家：对待贪玩孩子，家长不要过分心急

宝宝贪玩，妈妈很心烦

最近，因为女儿彤彤，家住合肥市王卫社区的余女士心烦不已，“眼瞅着再过一年就要上小学了，可她实在是太贪玩了，真担心她以后的学习成绩。”余女士说，据幼儿园老师反映，彤彤在课堂上还算乖巧，基本上能认真听讲，发言也非常积极。

可一回到家，彤彤便像变了个人一样，“吵着闹着要下楼找小伙伴玩，到了饭点，她也不愿意回家，有时候强行拉她回家，她还会哭鼻子。”余女士决定带彤彤前往社区关工委开设的心理咨询室，找心理医生聊一聊。

孩子为什么贪玩？

针对余女士的烦恼，国家二级心理咨询师周金妹认为，儿童天性好动，大部分健康的孩子都存在贪玩的毛病，对待贪玩孩子，家长不要过分心急，当孩子贪玩影响了正常学习及生活时，家长则需要进行干预。

一般引起贪玩的因素有以下几个方面：

1、儿童多动症。这种孩子表现为整天动个不停，但兴趣爱好不持久，注意力集中时间不长，行动没有计划性和目的性，做事有头无尾，不能有效地约束和控制自己。“小儿多动症”应由专业医生认定，家长不要轻易下结论。

2、教育不当。家长由于工作生活等原因，平时对孩子教育不够，孩子整日和其他孩子一起玩耍，无人加以约束和引导，使得孩子沉溺于玩耍。学龄儿童贪玩则与多种原因有关，例如有的孩子缺乏学习兴趣，也有的因视力或听力等问题，因为看不清或听不懂，导致上课做小动作和调皮捣蛋等，这些也往往被老师及家长认为是贪玩。

3、饮食因素。医学研究发现，饮食与行为之间也存在着某种关系。有的孩子身上似乎有使不完的力气，这可能与孩子平时多食鱼、肉、蛋等高脂

肪、高蛋白饮食有关；另外常喝含兴奋性成分的饮料以及多吃人工合成色素类食物，及挑食、偏食引起缺铁性贫血等也可引起儿童多动。

如何教育贪玩淘气的孩子？

周金妹表示，不可否认的是，贪玩、淘气的孩子使不少家长十分头疼，家长不监督，作业也不做，家长不催，饭也不吃，有的孩子还搞恶作剧，惹事生非。于是，有的家长认为，孩子小时候贪玩、淘气，长大了也不会有出息；有的家长恨铁不成钢，对贪玩、淘气的孩子动辄训斥、体罚，却收效甚微。

那么如何教育贪玩、淘气的孩子呢？周金妹给出4条建议：首先，要给孩子找事做，家长要引导孩子做一些力所能及的家务事，把他们的注意力引到正事上来。比如，让他们哄弟弟、妹妹，买东西，打扫卫生等，孩子干得好，家长要及时表扬、鼓励。

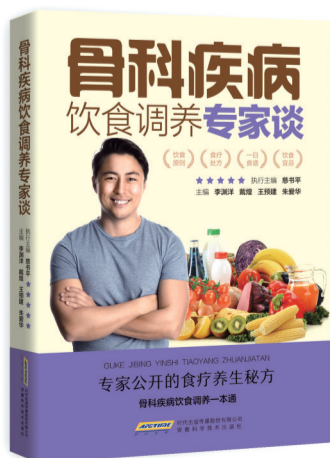
其次，要善于给孩子提问题，家长应善于根据孩子的爱好，适时提出问题，启迪他们的智慧，陶冶他们的性情。比如，孩子玩球，你可以问：怎样处理好个人和集体的关系？怎样对待输和赢？这样既可以引导孩子开动脑筋，积极思考，使孩子在游戏中增长智慧，又可以培养他们良好的道德品质 and 情操。

再次，要同孩子一起玩。家长要关心孩子、了解孩子，最好能抽出时间同孩子一起玩。在同孩子一起游戏的过程中，你会感到自己变得年轻了，同孩子的共同语言多了；孩子会更加亲近你，信服你，乐意接受你的劝告。

最后，要因势利导，淘气、贪玩的孩子，只要不干坏事，父母不必过多限制他们的活动，有的孩子因贪玩影响了功课，家长只要给他讲清道理，帮他合理安排时间就行了。至于淘气的孩子如果干了错事，家长千万不能迁就、放任，一定要耐心给孩子讲道理，使他认识错误，自觉改正，千万不要用简单粗暴的方法打骂孩子。

新书推荐

书名：骨科疾病饮食调养专家谈



定价：29.8元/册
出版社：安徽科学技术出版社

内容简介：本书详细介绍了骨质疏松症、骨质增生症、颈椎病、肩周炎、椎间盘突出症、骨折、骨关节炎、扭伤、关节脱位等骨科常见病、多发病的饮食治疗，从疾病概述、食疗原则、食疗处方、饮食禁忌、一日食谱和食疗解读等几个方面进行了详细说明，是一本实用性很强的骨科疾病保健书。

缘来
有你

●M.5316 男，合肥高校处长，60岁，1.72米，大学，离单，风度好素质高，重情重义，经济优。诚觅年貌相宜，1.62米以上，温柔知性端庄，科教文卫职业退休的女士再接情缘。

●M.5573 男，合肥省直事业单位，32岁，1.78米，未婚，硕士，英俊儒雅，文理兼通，志趣广泛，经济住房优越，高知家庭，独子。诚觅一位30岁以下，1.65米左右，本科，清秀气质佳的白领未婚小姐牵手。

●M.5590 男，合肥大学老师，30岁，1.77米，未婚，博士，英俊进取，沉稳重情，爱好广泛，经济住房优。诚觅一位28岁左右，1.63米以上，本科及以上，秀外慧中的白领未婚小姐相爱终生。

●F.6234 女，合肥省级医院医生，27岁，1.63米，未婚，硕士，温柔肤白貌美，经济待遇优。诚觅35岁以下，本科及以上，品貌修养好，从事科教文卫工作的未婚先生爱心永结。

以上征婚信息由安徽爱之桥婚恋中心提供，条件适合的朋友可携本报至爱之桥办公室（三孝口百大CBD中央广场栖巢咖啡旁公寓楼20楼2006室），了解详情。咨询电话：18919621348（崇老师）



市民卢女士：最近工作非常忙，压力大，记性“不给力”，导致工作出岔子，我是得了健忘症吗？

专家：心理负荷太重会引发熬夜、失眠、缺乏维生素等，这些都会导致记忆力减退。不妨暂时放下工作和压力，保持好心情，养成良好的生活习惯，不熬夜，多吃蔬菜水果，适当补充B族维生素。

□ 记者 马冰璐