

孩子盲目攀比 父母“束手无策”

专家支招:家长应适当满足孩子的合理要求

在吃穿用度方面,同龄人有什么,自己也要有;同学去国外研学,自己也非去不可……孩子的攀比心,不仅让父母忧心忡忡,还“束手无策”。生活中,经常能听到家长们吐槽,自家孩子的攀比心“强”到令自己没辙。对此,专家认为,家长应以身作则,因为孩子的攀比心和对事物好坏的评价标准,很多时候来源于父母,“需要注意的是,对于孩子提出的要求,家长不应满口答应,可适当满足其合理要求。”

□ 周先荣 白静
记者 马冰璐



孩子盲目攀比,父母“束手无策”

“小时候,总和同龄的小朋友攀比玩具,如今,不仅攀比吃穿,还攀比起研学、旅行等诸多方面。”家住合肥市五里墩街道的罗女士说,16岁的女儿着实让自己头疼,“她小时候体弱多病,所以全家人都宠着她,每次她看见别的小朋友玩新奇的玩具,便会吵着闹着要买,我们也基本上有求必应。”

可随着女儿一天天长大,罗女士发现,女儿越来越爱盲目攀比,“前段时间,非让我给她换部手机,说好几个同学都换了新手机,自己也得换一部,不然很没面子……”拗不过她每天撒娇、吵闹,罗女士只得给她买了一部新手机。

“可最近,她又吵着闹着寒假要跟同学一起去国外研学,我拒绝她的要求后,她非常生气,还抱怨说,我让她在同学面前丢了面子……”罗女士说,女儿的攀比心已经发展到必须“制止”的地步,为此,她特地前往街道文明办设立的心理咨询室向心理专家求助。

无独有偶,最近,家住合肥市望湖社区的钟先生也被儿子的盲目攀比所困扰,“9岁的孩子,不和同学比学习,总攀比吃穿,真气人!”他说,每次儿子看到同学们穿名牌衣服便会回家吵着闹着要买,“都怪我们从小太大太宠他。”

孩子对事物好坏的评价标准来自家长

国家二级心理咨询师周金妹表示,其实孩子对于事物好坏的评价标准来自家长,往往家长在聊天中透露出对某些事物的好坏评价(比如车很贵,出境游很高端),孩子容易从中吸收父母的思想和价值观。作为父母,应该从小开始、从细节入手对孩子进行勤俭朴素教育,并以

身作则,否则孩子到了一定的年龄,关于“为什么别人有我没有”“别的小朋友会不会看不起我”这类问题就会接踵而来。

遇到孩子这类提问,该如何回答?周金妹认为,家长应该从小教育孩子,每个人是不一样的,并尊重孩子的感受,不强迫。久而久之,孩子也将学会尊重家长的感受。比如,在他问及“为什么别人有我没有”时,可以告诉孩子:他有的你没有,你有的他也没有,你真正想要的是什么?购买物品时,如果家长觉得价格贵,可以直接告诉孩子:不是我买不起,但是我觉得贵,不值得买。

适当满足孩子的合理要求

周金妹认为,有些家长喜欢用“别人家孩子”的长处来攻击孩子的短处,比如“她长得真好看,成绩真好,你看看你”,这在短期内容易让好强的孩子进行盲目攀比,长期频繁使用,则会大大打击孩子的自信心,或导致逆反心理。其实每个孩子的性格和特点都不同,家长应多发现孩子的长处并予以鼓励,批评孩子时也要注意,把犯错误当做学习的机会而不是指责,从而建立孩子的安全感。

“当孩子提出要求时,首先应考虑要求是否合理,客观情况是否允许,如果合情合理,不妨满足一下孩子的要求,这有助于亲子沟通。如果现实不可能,也要跟孩子充分沟通说明情况,而不是直接拒绝。”周金妹建议家长制定一个消费计划,与孩子共同约定执行。计划外的消费可要求孩子用帮家里干家务活、勤工俭学的社会实践来获取,让孩子体验赚钱的艰辛,并培养理财能力。消费后,可对孩子进行心理引导,告诉孩子,买下这个东西是有用处,而不是为了跟别人比较。

□ 健康生活

老年人晨起“有讲究”

星报讯(记者 马冰璐)一日之计在于晨,老年人早起后的起床动作、洗漱、早餐等都很讲究。

起床:慢慢来

醒来后,先别急着马上起身,而是要先伸展下肢体,让心跳慢慢加速,然后慢慢起身。立即起身可能会导致大脑突然缺血缺氧而出现头晕、眼花等症状。当然,也不要赖床。早上,人体阳气开始生发,赖床会影响人体阳气的运行,所谓“久卧耗气”。另外,长时间的赖床,会减缓人体的血液循环,导致营养在体内不能很好地传送,肌肉和关节中代谢产生的物质也不能被排出体外。并且赖床还会影响人体的排泄功能,容易造成便秘。

洗漱:冷热水交替洗脸

可以用冷热水交替洗脸,促进头部血液循环,使人精神焕发。同时可以多按摩一下太阳穴、迎香穴等,可以减少皱纹的产生,对鼻炎也有一定的帮助。刷牙漱口可以清除口腔内的细菌,为进食做准备。

早餐:不能凑合

“早餐要吃好,午餐要吃饱,晚餐要吃少”。早餐为一天的工作生活奠定营养基础。千万不能长期不吃早餐,这样容易得胆结石、胃病。早餐最好选择蛋白质丰富的食物,比如鸡蛋、牛奶、坚果、水果麦片等。



接触新鲜事物,保持年轻心态

星报讯(记者 祁琳)家住合肥瑶海区的王师傅,今年70岁,在大家看来,他就是一个老顽童,喜欢接触新鲜的事物,时常保持着一颗年轻的心。

王师傅平时爱捣鼓电脑、玩手机,手机购物、手机买菜,几乎每天都在进行着,他还利用手机来学习,如果看见一篇好的文章,便会拉老伴一起来看,眼神不好看不清,王师傅还会将手机投影到电视上,放大了来看。

接触新鲜的事物多了,用王师傅的话来说,就是觉得时间不够用,根本没时间去思考别的问题,只想着自己保持着年轻心态,感觉自己越活越年轻。

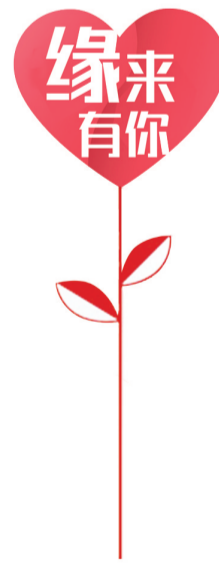


读者:最近发现5岁的儿子喜欢撒谎,虽然是些无关紧要的小谎言,但我担心,早晚小谎变大谎,如何帮孩子改掉这个坏毛病呢?

心理专家:6岁以下的孩子,如果撒谎,

家长不必着急,一定要冷静分析孩子说谎背后的心理原因,家长认为孩子撒谎,实际并不是真的撒谎,常常是家长不了解孩子的心理活动和成长规律,而错怪孩子。家长不要过分担心,更不要随便给孩子扣上“说谎”的帽子。

□ 记者 马冰璐



●M.9532男,某设计院工作,27岁,1.73米,未婚,毕业于合肥工业大学土木工程(本、硕),品貌修养好,气质儒雅,家庭经济尚可,合肥有220平方米婚房,独子,母亲在合肥经营一家私企多年。诚觅一位温柔娴雅,本科学历,1996年出生的未婚女孩爱心永结(本人直电:15395068446)

●F.7299女,合肥政法系统公务员,26岁,1.63米,本科,未婚,温柔清丽,肤白苗条,经济条件好。诚觅32岁以下,1.70米以上,收入稳定,综合素质好的未婚先生为爱之伴侣。

●M.9301男,合肥省直单位公务员,30岁,1.74米,本科,未婚,真诚儒雅,经济住房优越,高知家庭,独子。诚觅30岁以下,专科及以上,温柔文静、气质佳富内涵的未婚女孩爱相随。

●M.9547男,合肥公安系统工作,27岁,1.72米,本科,未婚,积极进取,真诚重情,经济待遇优越。诚觅一位年龄相仿,专科及以上,温柔清秀气质佳的未婚小姐牵手。

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中央广场公寓楼20楼2006室)了解详细情况(合则免费安排约见)。红娘热线:18919622249(微信同号)