

## 这种婴儿智能床是否值得买

□琳琳

准妈妈米娅在一家知名品牌的母婴店里看到了一款智能哄娃床垫。根据店员的介绍，这款小小的婴儿床垫可以根据孩子的哭声进行摇动，并且发出音乐声。孩子哭得声音小，床垫摇动得轻柔；哭得声音大，床垫摇动的幅度也会变得更大。“我们这款产品就像妈妈的怀抱，可以为妈妈们卸下负担。”

这个产品设计真是精准地击中了妈妈们的痛点，米娅需要购买这个床垫吗？在回答这个问题之前，不妨看一个来自神经科学界的知名实验。

2001年研究者Meaney曾经发表论文阐述了老鼠是如何在不同母性的照顾下出现情感气质、行为和生物学因素方面的差异。实验者把经常舔舐幼仔的鼠妈妈和很少舔舐幼仔的鼠妈妈进行了区分。他们发现，亲密育儿的鼠妈妈的孩子通常有着典型的品质，比如比较平静，能自由地探索环境，压力指数比较低等，而且雌性鼠长大后也会成为和妈妈类型一样的母亲；较少亲近孩子的鼠妈妈的后代则情绪起伏大，更胆怯，较少自由探索，压力指数比较高，雌性鼠长大后会成为和自己妈妈类型一样的母亲。

实验者做了进一步的代养研究，将高亲密度鼠妈妈的一半幼仔放入低亲密度鼠妈妈的窝里，把低亲密度鼠妈妈的一半幼仔放入高亲密度鼠妈妈的窝里进行代养。这样，每个妈妈都有一半自己的后代和其他鼠的后代。结果发现，所有被高亲密度鼠妈妈养育的幼仔都彼此相像，低亲密度鼠妈妈养育的这窝孩子看起来也彼此相似。

类似的研究在以猴子为实验对象的代养实验中得出了类似的结论，而人类的研究也同样发现，孩子越小越需要母亲温暖适时的回应和爱抚，微笑的脸庞、平稳的情绪、柔软有力的怀抱、温柔的嗓音、甜蜜的奶汁以超乎想象的力量安抚着孩子内心的恐惧和愤怒。尽管孩子对于早期母亲如何对待自己并没有清晰的意识和记忆，但是这些或好或糟的人生经验却永久地被孩子的大脑储存起来，在未来的生活中以身体感觉、情感、非语言的情绪表达和人际互动方式呈现出来，影响人的一生。

得到活生生的人的温暖、爱抚和回应，这是储存在人类基因里的对关系的需要，也是生存需要。

哭泣的孩子，需要的是照顾者的看见、懂得和安慰，让孩子知道自己很安全，知道自己是被爱着的。这是人类进化出来的生存能力在婴儿和TA所依赖的照顾者身上的呈现，并且深深地存储进了我们的直觉里。

对未来充满希望的准妈妈们并没有想到，一个花费重金购买来的智能床垫，或许会将最珍贵的宝贝推入孤独无依的困境中，充满情感渴求的哭泣得到的回应不过是机器制造的摆动和音乐声。

当商家们挖空心思制造焦虑，击中时代痛点：如何解放双手、轻松做妈妈的时候，你可千万别被他们带偏了。减轻妈妈的育儿劳累，需要的是爸爸、家庭乃至整个社会的协助和支持，绝对不应该把解决方法寄托在牺牲婴儿基本利益上。

## 搜题软件对孩子有帮助吗

□丝雨

各种搜题软件的出现为不少家长解决了辅导孩子的苦恼，也为一些爱学习的学生提供了一个得力助手，随时可以解决他们不会的难题。

但不止一个家长心中会有疑问：孩子老拿手机搜答案到底有用没用？看完答案之后孩子真的会了吗？这件事不能一概而论，要看孩子的具体情况和问题的难易程度，才能更好地做出判断。

一、对于自学能力和自律性强的孩子肯定有用。

对于自学能力强和自律性较好的学生而言，手机搜题就是他们带在身边的老师，有什么不会的可以随时随地求助。他们要的不是答案，而是解题思路，要的是方法，他们会结合自己的思想把题目吃透弄懂。搜一下可以让他们豁然开朗。对这样的孩子，家长们无需多加干涉。

二、对于单纯只是为了应付作业而搜

题的人来说，一点用没有。

各种搜题软件的出现为很多孩子提供了一条捷径。他们并不很想学习，而又不得不完成作业，这个时候搜题软件便成了他们的法宝。遇上做不出的题目甚至只是稍微麻烦一点的题目，直接拿手机一顿乱搜，很快就把作业抄完了，这样的搜题没有任何意义，反而会让孩子产生依赖性，不再愿意动脑思考。对于这样的孩子来说，搜题软件并不是什么好工具。

这时家长们就要多加看管，在搜完题之后，让孩子独立再做一遍，或者给自己讲解一遍，检测一下是否真的弄懂了。但是，对于不太了解相关科目或者知识水平有限的家长来说，这个就不太好监督了，孩子很容易投机取巧。因此，家长最好还是多监督孩子，想办法激发孩子的学习欲望。

总而言之，手机搜题软件本来是好东西，就看家长和孩子怎么来利用了。

## 宝宝爱咬指甲可能是心理问题

□王维洁

这里说的咬指甲是指反复啃咬指甲的行为。咬指甲是儿童期常见的一种不良习惯，多见于3~6岁学龄前期和6~12岁学龄期儿童，男女均可发病。多数儿童随着年龄增长啃咬指甲行为可自行消失，少数顽固者可持续到成人。

其实，大多数孩子“啃咬指甲”这种行为并非因为疾病，而与精神紧张有关，是一种心理行为表现，有可能出现于：生活节奏改变，如入托、入学时；心理压力大，如家长的期望太高时；此外孩子生病时也容易被诱发。另有部分小儿由于模仿他人而形成。具有内向、敏感、焦虑素质等性格特点的小儿容易患此症。部分患儿诱因不明。

咬指甲症的孩子表现为反复咬指甲。轻者仅啃咬指甲，严重者可将每个指甲咬坏，甚至咬坏指甲周围的皮肤，少数小儿还咬脚指甲。部分儿童常伴有其他行为问题，如睡眠障碍、多动、焦虑、紧张不安、抽动障碍、吸吮手指、挖鼻孔等。症状顽固者夜间也出现咬指甲行为。

心理学家认为，孩子“啃咬指甲”的行为主要是因为在小时候这种行为被强烈制止。家长的反对制止和提醒“啃咬指甲”，反倒会使得这种行为保留下来，甚至越演越厉害，那么慢慢地这个行为就成了这个孩子固定的情绪释放的再现。这种行为可能延续到成年，这就是所谓的“负性强化”。

行为的养成有个过程，可不是说停就停的，家长不能操之过急！早发现，科学引导，年龄越小越好纠正。

1.家长需要多花时间陪孩子玩耍和交流。工作再忙碌，爸爸妈妈也需要多陪伴孩子玩耍，多和孩子交流，了解孩子的真实需求和内心思想，早期发现孩子的“啃咬指甲”的行为，了解孩子出现行为的缘由，从源头上解决问题。家长还要起到模范带头作用，爸爸妈妈经常有啃咬指甲的行为，宝贝当然也会拷贝不走样。

2.告诉孩子“啃咬指甲”的危害。告诉孩子病从口入，指甲是病毒和细菌等罪犯窝藏的“第一圣地”，啃手指甲会让病菌进入到宝宝的体内，造成一些病痛，例如腹泻、腹痛、肠炎等，还有可能会损伤指甲，导致指甲痛、出血，甚至感染。长期啃咬指甲还可能会影响牙齿的发育。

3.不制止、不体罚，多鼓励、多激励。当孩子有意识或无意识出现“啃咬指甲”的行为，家长要有耐心和信心，千万不可体罚，不可大声训斥，不要粗暴地强行将孩子的手指从嘴里拉出，让孩子内心产生罪恶感和自卑感、愈加紧张，这样可能会在潜意识中加重孩子咬指甲的习惯。要培养孩子良好的卫生习惯，勤洗手、常修剪指甲。

家长要鼓励孩子勇敢面对每一个第一次和一切困难，教会孩子如何去解决问题；多表扬孩子，培养孩子的自信心和阳光的性格。没有“啃咬指甲”的行为最好进行奖励。

4.定期健康体检排除病理因素，进行心理诱导改变啃咬行为。早期发现孩子缺铁、缺锌、血铅超标等，按医嘱早期食疗或药物治疗。还可以去儿童心理门诊作心理咨询。



## 跟孩子如何“好好说话”

□孙亚桂

孩子学习情况不是很理想，我们在帮助孩子辅导功课的时候，看着他的作业就非常着急，会说话重一些，但是我们发现孩子越来越敏感，逆反得厉害。我们和孩子该怎么沟通会比较好？

专家认为，孩子入学以后，很多家长都对孩子充满美好的期待，一心想把孩子培养成自己心目中的“完美”样子，当孩子与自己的期待产生距离的时候，家长就会不断地唠叨。家长的不良情绪渐渐累积在孩子身上，孩子的发展也就离家长的期待愈来愈远，亲子关系越来越紧张。建立和谐的亲子关系，关键就在父母和孩子沟通时能不能做到“有话好好说”。

如何做到“有话好好说”？首先要有“好语气”。通常语言表达的是字面直接的思想，语气则表达的是自己内在的意愿，直接反映说话者的态度。家庭生活中，父母和孩子说话时，往往商量的语气要多于命令的语气、鼓励的语气要多于打压的语气、平和的语气要多于急躁的语气……

要抓住“好时机”。父母和孩子沟通的时机很重要，有时候时机不恰当，即使父母有“好语气”也不一定收到预期效果。如父母情绪烦躁的时候，别批评孩子；孩子情绪不好的时候，不要“火上浇油”；想教育孩子一定要在双方都心平气和时进行，不要在外人面前数落孩子；不要父母一起批评孩子……一天中什么时机适合谈话呢？生理规律告诉我们，下午5点至7点是生理活动最低点，迫切需要补充营养，恢复体力。

晚饭过后，心情逐渐开朗，这是比较好的时机，找到孩子的兴奋点，父母便可心平气和地传达其观点了。

要选定“好地点”。不同的沟通地点给人带来的心理感受是不同的，亲子沟通精心选择地点也很重要，总体原则就是找一个能够让人放松的谈话地方。如孩子的卧室、书房或者小区的休闲场所等。

讲话还要有“好内容”。语气、时机、地点是影响亲子沟通效果的外在因素，家长说话的内容才是影响亲子关系的决定性因素。因此，家长想对孩子进行教育的时候应减少随意性表达，提前进行语言“加工”。如梳理一下想通过谈话达到什么效果？说哪些内容？怎么开始说？牢记这样的原则，即希望孩子往哪个方向发展，就往哪个方向找话题。多用肯定的方式表达，少用否定。面对受挫的孩子多说“鼓励”的话，保护自尊心。面对犯错误的孩子要将批评转化为希望，这才是批评的最终价值所在。永远不带脏字、说脏话，给孩子树立一个有教养的长辈形象。

此外还要讲究“好方式”。不同年龄的孩子心理特点不同，亲子沟通的方式也要善于顺应孩子的心理特点，尤其是处在叛逆期的孩子，单纯的口头语言沟通有时候还会产生反作用，因此对于特殊心理时期的孩子，采用文字沟通也是舒缓亲子关系的好方法。将自己对孩子的爱与理解及心中的想法都融于字里行间，也许能达到润物无声的教育效果。