育儿经

在育儿的过程中，家长就像在升级“打怪”，虽晋级不断但仍有更多的挑战在后头。面对接踵而至的困惑、难题，你是请教老师、专家，还是老一辈？或是翻开育儿书籍捞一捞有用的知识点？然而，也有部分家长在和孩子斗智斗勇的过程中，摸索出一些靠谱的育儿智慧锦囊，快来收下这些干货吧！

温暖陪伴点亮时光

咱厝宝妈的假期育儿心得

对孩子来说，家是温暖的港湾，也是生活化的“课堂”。面对这个超长寒假，如何让居家时光变得更有意义呢？本期，“育儿经”栏目邀请到晋江市艺术实验幼儿园的家长吴樱俐，她将分享假期里和孩子相处的难忘点滴及育儿心得，一起来看看。

当矛盾产生时 避免语言打击

放假半个多月，你们家是“父慈子孝”还是“鸡飞狗跳”？吴樱俐坦言，随着孩子不断成长，他慢慢有自己的想法，甚至会按照自己的想法做事，如果和大人预想的不一致，难免会出现“大吼大叫”的场景。

“假期刚开始时，我就有几次忍不住吼了捷煦。虽然避免不了会吼孩子，但是有三点我是坚决不会做的。比如，我不会说‘你再这样，妈妈不要你。’‘你会把我气死，妈妈没你这样的孩子。’‘我怎么会生了你这样的孩子!’‘你这样会被警察抓走。’等话。因为这些话很轻易就能够说出口，但一时的嘴快却容易伤到孩子的心。”吴樱俐分享道，这些类似的话语会贬低孩子的人格，牺牲孩子的安全感。

吴樱俐告诉记者，她会在每次心平气和后，给孩子一个温暖的抱抱，并且告诉他“爸爸妈妈已经原谅他了”，同时，也就吼骂孩子跟孩子道歉。

不当众打骂孩子 给其倾诉的机会

“有一次，他边看电视边吃饭，由于看电视超过了既定时间，而饭还没吃完，他爸爸就把电视关了。孩子便开始大哭，把吃下去的饭都吐出来了。这个时候，他爸爸虽嚷着说要揍他，俩父子却关在房间里交流。过了一会儿，捷煦的哭声减弱了，并接受了惩罚——一个星期不能看电视。”吴樱俐说道，没有电视看的那一周，孩子反而说不看电视挺好的，他可以画画、看书。后来，孩子看电视也会很自觉地在看完两集后关掉电视。

吴樱俐认为，在对待孩子的问题上，家长需要统一战线。“爸爸在教训他时，我是有点心疼的，但我还是忍住了。他爸爸每次骂完孩子就会内疚，后面孩子犯错了他不会当着爷爷奶奶和我的面打骂他，而是带他到房间里好好说。在他爸爸看来，当众打骂孩子会伤孩子他的‘自尊心’，孩子可能会更闹腾。而给孩子一个倾诉的机会，家长才能了解孩子内心的真实想法。”吴樱俐补充道。

分享嘉宾：吴樱俐（施捷煦妈妈）
嘉宾职业：党务工作者
推荐幼儿园：晋江市艺术实验幼儿园

带孩子做手工 充实假期生活

吴樱俐告诉记者，孩子爸爸在处理问题时的做法，不仅让孩子有敬畏之心，也跟孩子成了好朋友。假期里，他们一有空就会陪孩子做运动、做手工等，充实孩子的假期生活。

“圣诞节来临时，我们送他一套创课手工材料，可以拼出电力飞机、升降机。当孩子起床看到礼物时，显得非常开心。”吴樱俐分享道，陪孩子做手工收获颇多。首先，可以培养孩子自信心。在手、眼、脑并用时，孩子可能会遇到很多问题，也可以从中体验成功的喜悦；其次，还能培养孩子的观察力。当孩子拿到一份材料时，我们会鼓励他先查看说明书和小零件；最后，还能增进亲子关系。“简单的折纸我会陪着他做，机械拼装的就要靠爸爸了，我们都很享受亲子陪伴的过程。”

吴樱俐笑道，自从二孩后，陪哥哥的时间就少了很多。这次寒假，除了多陪孩子做手工外，她还打算带孩子回金井老家，拔萝卜、喂鸡鸭、种玉米、种菠萝、摘柠檬，尽情释放孩子爱玩的天性。

宝妈育儿干货

怀二孩时，不少朋友提醒道：“有了二孩，要注意哥哥的心情。”在妹妹出生后，哥哥便对妹妹爱护有加。每天放学后回到家的第一件事，就是抱着妹妹说：“妹妹好可爱。”当然，我们对哥哥的爱也是只增不减。寒假开始后，我和爸爸白天要去上班，哥哥还变身奶奶的小帮手，会逗妹妹笑，还会推着妹妹去晒太阳。

寒假居家也精彩 亲子攻略新鲜出炉

“这段时间不敢外出，我儿子天天喊着无聊，似乎居家生活已经无法满足他的探索欲了。”在刚过去的半个月里，不少家长都遇到了带娃“瓶颈”。如何在假期里更高质量地带娃呢？一起来看看本期的分享。

关键词：探索 不一样的科学实验

在聊到亲子陪伴时，家住中航城·天骏的蔡晓芬女士打开了话匣子。“在孩子放寒假前，我就在网上采购了科学小实验礼盒。果不其然，最近这个礼盒可真是帮上大忙了。”蔡晓芬分享道，孩子的寒假居家生活，经常嚷嚷着无聊，而陪孩子一起做科学小实验，真是一件非常有意义的事情。

据了解，该礼盒内有杯子、吸水树脂、小苏打、气球、色素及说明书等。在家长的陪同下，小朋友可以根据说明书的步骤，先备好每个小实验所需的材料，再进行实操。调色大师、牛奶动画、彩色接力、彩色珍珠雨……一个个神奇的小实验，可以提升孩子的科学认知和探索能力。

关键词：烘焙 小小吃货展厨艺

“我女儿是个小吃货，放假在家了仍念念不忘在学校里自己动手制作的香蕉派。于是，我特地跑了一趟超市，备齐了她需要的材料，鼓励她在家里自己动手制作。”家住世茂御龙湾的许婉芳告诉记者，看到家里有现成的材料，孩子特别开心，迫不及待地便动手了。

许婉芳说道，为鼓励孩子自己操作，她便在一旁打下手，并帮忙拍照记录。首先，先把一根香蕉捣碎成泥；之后，将香蕉泥放入蛋挞皮内，并将蛋挞皮捏成饺子的形状；最后，在蛋挞皮表面刷上食用油、蛋黄液和黑芝麻，放入烤箱调到180℃（10分钟），就可以吃到外酥里嫩的香蕉派了。

关键词：游戏 全家运动乐开怀

不少家长都有同感：居家期间，孩子下楼遛弯的时间少了，有时候想在家里跳绳，还怕吵到楼下的邻居。“我最近刚好休假在家，就网上找了一些适合陪孩子一同开展的游戏类运动。孩子在看完书后，我们一家人就一起在客厅里玩，这样的亲子时光特别治愈。”市民林承源分享道，如果家长想带孩子体验居家亲子游戏，首选无跳跃静音类的活动。

比如，和孩子一同开展“后背运输”活动。首先，找出家里可供运输的物件：玩具、书本、积木等，当一声令下后，家长和孩子采取爬行的姿势从起点出发，看谁运输的物件最多、最稳，并且最快抵达终点。此外，还可以尝试坐式前进运输机，把运送的小玩具放在肚子上，手脚并用地前行，看谁最先抵达终点。

关键词：模仿 开展趣味角色扮演

“我女儿特别喜欢玩电子产品，一闲下来就想看手机或电视。有一天，我突然想到可以借助手机和她玩游戏，没想到她很喜欢。”家住格林春天的张婷婷女士分享道，她让孩子尝试用面部表情或肢体语言来表演出不同的情绪，再由家长来猜孩子表演的是哪一种情绪。紧接着，她再将孩子表演的“喜怒哀乐”等情绪拍下来，并拼成一副“表情九连拍”的照片，不知不觉中时间就过去了。

除此之外，还可以跟孩子玩“你比我猜”或角色互换游戏。居家期间，孩子缺乏与人交流，为此家长可以和孩子互换身份，尝试在不一样的情境下交流。比如，爸爸妈妈扮演的“孩子”吵闹着想看电视、说话没礼貌等，看看作为“父母”的孩子会如何解决。同时，父母也可以看看自己平时在孩子面前的言行举止是什么样的。

五彩驿站

年味渐浓 萌娃迎新

写“福”字、做手工、大扫除……在辞旧迎新的日子里，咱厝的小萌娃们虽然居家，但仍通过“线上”互动，足足体验了一波幼儿园的节日主题活动。在这个过程中，不仅感受到“年味”渐浓，也学习了传统的习俗。

晋江市第二实验幼儿园 萌娃巧手贺新春

品美食、写福字、大扫除……近日，晋江市第二实验幼儿园莲屿园区赶在孩子们放假前，开展了一场喜气洋洋的迎新年活动。瞧！在老师的带领下，孩子们一起帮忙布置教室。在窗户上贴窗花，在大门上贴对联，在树枝上挂红色装饰物……一会儿的工夫，班级的角角落落洋溢着过年的热闹氛围。

置身此情此景中，该园小班段的孩子们开展美味的自助餐活动。草莓、橙子、香肠、披萨、葡萄、蛋挞……孩子们拿着餐具有序地排队取餐，并在位置上大口地品尝着自己碗里的美食。而此时，该园中一班的孩子们正进行一场美味的火锅盛宴。教室里香气四溢，孩子们围着热气腾腾的火锅，幸福地开吃啦！

在品尝了美味佳肴后，孩子们开展了迎新除尘活动。擦洗窗户、桌子、墙壁等，孩子们在劳动中了解过年的传统习俗。除此之外，孩子们还动手写福字、做手工。一幅幅涂鸦，一张张绘画，一件件手工，为节日增添了一道靓丽的风景线。

晋江市第三实验幼儿园 福娃迎新集五福

近日，为让孩子更好地了解中国的传统文化节日，加深对元旦的认识和了解，体验元旦的喜庆气氛，晋江市第三实验幼儿园桂山园区大班段开展“童心集五福，福娃乐新春”迎新集五福线上活动。

瞧，孩子们在父母的陪伴下，收集各类“福”字。为了以强壮的体魄迎接新一年的到来，孩子和家人一起运动打卡、做亲子游戏，收集“健康福”；除了运动外，孩子们与家人一起阅读书籍，丰富业余生活，收集“智慧福”；孩子们还帮爸爸妈妈做力所能及的事，用一颗感恩的心迎接更加幸福美好的新年，收集“感恩福”；孩子们在家纷纷向父母展示自己的本领，自己的事情自己做，收集“成长福”。

值得一提的是，孩子们还一同与家长写“福”字，收集“新年福”。最后，还把“福气满满”的作品贴在家里，祈求新的一年平安、喜乐。

紫帽镇中心幼儿园 开展除尘迎新活动

在元旦新年来临之际，紫帽镇中心幼儿园组织孩子们开展“居家除尘 辞旧迎新”大扫除活动。在爸爸妈妈的帮助下，孩子们开始了自己的劳动时间，用勤劳的小手除尘迎新，开心地当起了家庭小主人。

看，大班段的哥哥姐姐们真能干，他们有的整理书架、衣柜，有的折被子，有的洗自己的鞋子，有的扫地、拖地板，还有的擦窗户……忙得不亦乐乎；中班段的孩子们也“不甘示弱”，认真地擦着桌子，卷起袖子洗碗、洗玩具，仔细地叠着衣服，收拾自己的玩具，虽然忙里忙外，但颇有成就感；小班段的弟弟妹妹们帮忙浇花、擦鞋子、倒垃圾、整理玩具，样样都难不倒他们。

对此，该园相关负责人表示，在“居家除尘 辞旧迎新”大扫除中，孩子们不仅体验到劳动的快乐，亲身感受到中国的传统习俗，获得满满的成就感。同时，也培养了孩子们正确的劳动意识和良好的劳动习惯，更寄托了大家对新年的希望。

灵源街道林口中心幼儿园 开展迎新年线上主题活动

近日，为了让居家的孩子们更好地感受中国的传统文化，加深对元旦的认识和了解，体验节日的欢乐氛围，灵源街道林口中心幼儿园开展了“‘旦’愿美好在 岁月长如新”线上系列主题活动，共同庆祝2023年的到来。

瞧，该园的孩子们用自己的方式，表达对节日的问候。大二班孩子们带着对“元旦”的疑问，通过讨论、亲身体验、社会实践、表征等多种途径，展开了一场关于“元旦那些事儿”的大调查，进一步了解了元旦的意义与习俗；中三班小朋友们和小时候的照片打卡，模仿自己小时候照片中的样子，发现自己成长的秘密；小三班的孩子们用自己的双手劳动着，亲身参与了“除尘”活动；大三班孩子们手扶红纸，笔蘸墨汁，一个个别具特色的“福”字跃然纸上，活泼而不失童韵。

除此之外，该园的孩子们还在爸爸妈妈的帮助下，利用身边的材料制作节日手工。比如，中二班的孩子们利用红包袋、废旧纸皮、松果等各种材料，精心制作出一盏盏精美喜庆的灯笼；中一班孩子们通过剪、贴、卷等方式，用一双双小巧手制作出了一串串漂亮的红鞭炮，将家里装饰得红红火火，提前感受一番浓厚的节日氛围；小二班的孩子们手持剪刀和红纸，通过剪、折、画等方法变幻出各种精美的造型，有萌兔、花朵、春字……一幅幅栩栩如生的作品呈现在眼前，传递着孩子们对新一年的美好期盼和祝福。

岁末除尘萌娃帮 这几招让孩子爱上做家务

“我这几天开始打扫房屋，也让两个孩子加入其中，但他们劳动一会儿就开始喊累。”农历新年即将到来，不少人已开始大扫除，准备除旧布新。你是否也会让孩子参与到家务劳动中呢？鼓励孩子做家务要避开哪些误区？一起来看看。

热议：“孩子做家务三分钟热度”

本周末，将迎来“尾牙”，农历新年的脚步更近了。为喜迎新年，家家户户都在大扫除，准备辞旧迎新。不少家长便借此机会，让孩子加入“除尘大军”，在劳动中感受辞旧迎新的喜悦。

“现在女儿上大班了，这次寒假我就有意识地让她参与劳动。比如，收拾书籍、擦桌子、叠衣服等。一开始，她还蛮感兴趣的，交代她的事情都能够较好地完成。最近，我就感觉她有些倦怠了，很多时候都在‘划水’。”市民洪巧玲苦恼地说道，这个时候如果批评孩子，就怕她更不愿意做家务了。

无独有偶，家住奥林春天的庄萍萍女士也遇到了类似的问题。“这几天家里开始除尘，我让儿子负责家里的玻璃窗清洁工作，没想到才完成了客厅的部分，他就说不想弄了。”王女士说道，平时跟家里的长辈共同居住，他们舍不得让孩子做家务，孩子干一点点活就喊累。

建议：“创设更轻松的家庭场景”

对此，家长不妨给予孩子一些鼓励，并适当地将做家务游戏化。比如，爸爸妈妈和孩子比赛擦玻璃，看谁擦得更快更干净。在这个过程中，孩子就不觉得做家务既辛苦又乏味了。需要注意的是，当孩子做家务没能达到预期的效果时，家长也要肯定孩子的劳动成果，指出哪些地方做得很好，哪些地方还有进步的空间，切忌用物质奖励让孩子做家务，养成错误的价值观。

在日常生活中，家长要以身作则，让孩子意识到做家务是每个家庭成员应尽的责任和义务。如果年纪尚小，则可以从较为简单的家务做起。比如，摆放好鞋子、收拾玩具、整理绘本、清洗袜子等。当孩子完成家务后，家长可以真诚地给予孩子肯定，这不仅能够增进亲子关系，还能够让孩子更积极地成为父母的好帮手。

对于3~6岁的孩子，家长可以和孩子共同制定家务清单，并鼓励孩子用图文的方式画出来。此外，家长还可以鼓励孩子以“日记”的方式、用画图的方式记录自己在假期里做过的家务。孩子完成阶段性的任务时，再回过头来翻看这本日记，就会很有成就感。

小贴士

1. 和孩子共同商量，在辞旧迎新大扫除中想要负责的家务，并在孩子完成后，给予一个拥抱、一句称赞等。

2. 在指导孩子做家务时，可以创设有趣的游戏情景，让孩子体验劳动的快乐。

3. 借助一些主题绘本故事书，比如《妈妈买绿豆》《勤劳的红母鸡》《14只老鼠种南瓜》等，通过有趣的故事场景，让孩子从小爱上劳动。

本版由本报记者张清清采写