亲子健康

孩子一言不合就发脾气?

专家建议:接纳不完美

"我儿子一言不合就大发 脾气,怎么办?""想允许孩子 做自己,但有时候又控制不 住自己的脾气,双方常常陷 入僵局。"面对孩子的坏脾 气,家长该如何更有智慧地 面对呢?就此,记者采访了 晋江市平山中学专职心理辅 导教师、国家二级心理咨询 师陈红礼,她将结合专业知 识为家长分享实用性高、可 操作性强的干货,感兴趣的 家长别错过啦!



陈红礼 晋江市平山中学专职心理辅导 教师、国家二级心理咨询师



接纳负面情绪 允许孩子表达

发现效果甚微。甚至,孩子还出现了逆反心 理,经常顶嘴、一言不合就发脾气,我都不知 道该怎么办了。"家住中航城·天骏的王女士 苦恼地说道。通常来说,家长看到孩子发脾 气,第一反应就是"孩子脾气不好",可能会 训斥、责怪甚至"上手",但这样做的效果并

"孩子常常一言不合就发脾气,可能他 们的需求得不到满足、情绪表达不清楚,或 家长的反应不符合他们的期待等。这个时 候,我建议家长给予孩子发泄情绪的时间, 同时也调整一下自己的情绪。甚至,家长还 可以'向内看',感受孩子发脾气时自己的心

"我总是习惯性地去说教孩子,但最近 情,同时,也可以给予孩子适当的安抚,比如 效果甚微。甚至,孩子还出现了逆反心 拍拍他的背。"陈红礼说道,等孩子情绪稍微 稳定后,再和孩子讨论"生气"的原因,试着 站在孩子的角度看问题,理解他们的感受, 再讨论解决问题的办法。

> "我常常在打骂完孩子后深感内疚,但 有时候生活节奏快、工作压力大,再碰到孩 子无理取闹,会控制不住情绪。"相信不少家 长对此都会感同身受。陈红礼认为,面对孩 子发脾气,家长首先要允许发生,等孩子发 泄完不良情绪后,再开导、沟通。这样做不 仅能够安抚孩子的情绪,还可以为孩子做处 理情绪的示范:接纳情绪、允许表达、尝试解

关系大于一切 接纳孩子的不完美

确实有难度。"都说'三岁看大,七岁看老', 有时候在育儿问题上我总想较真。比如,某 件事情一定要让孩子按照自己的方式或想 法去做。时间久了,孩子容易产生逆反心 理,加剧亲子关系冲突。"市民张女士苦恼地

陈红礼认为,家长的某些"执念"对于孩 子而言,他们感受到的可能不是"为自己 好",而是不自在,甚至是被控制,这样反而 加剧亲子冲突。俗话说"关系大于一切",亲 子关系不好,再好的教育理念也落实不到 位。"家长可以换个角度处理这个问题,比如

很多家长会说,道理都懂,但实行起来 以身作则、少说多做。希望孩子养成什么习 惯,就示范给他们看,孩子自然而然就能养 成好的习惯。"陈红礼分享道。

> "建议家长在焦虑的时候,适当地停下 来'向内看',了解自己'执念'背后的动机是 什么,是为了缓解自己的育儿焦虑,还是满 足自己的'掌控'需求等。"陈红礼分享道,孩 子的成长贯穿其一生,可塑性很强,即使有 些地方做得不够好,也能在未来不断完善和 发展。作为家长,可以为他们提供支持和鼓 励,允许和接纳他们的不完美。在这个过程 中,"允许和接纳"也为孩子做了示范和榜

家长适当示弱 少用批判性语言

如果亲子关系不和谐,孩子和家 易得多。"陈红礼补充道。 长双方长期处于"拉锯战"中,该如何 在日常生活中修复亲子情感呢?"和 孩子相比,家长处理情绪、解决问题 的办法更多,可以先从改变自己开 始。有的家长可能会担心,如果自己 轻易就改变了原来的规则,那以后孩 子是不是更不好教育呢? 其实,还是 那句话——'关系大于一切', 先和孩 子把关系搞好了,再去'改变'他会容

此外,家长在和孩子相处的过程 中,可以适当示弱,真诚地向孩子表 达自己的想法,但不指责孩子;多听 孩子说,少用批判性的语言;多"看 见"孩子做得好的地方,少盯着做得 不好的地方;多站在孩子的角度理解 孩子,少用大人的思维纠正……重新 拉近和孩子的关系,取得他们的信 任,以此修复亲子关系。

营造和谐家庭氛围 保持幽默乐观心态

可以尝试营造轻松、和谐的家庭氛 围,让孩子在轻松的氛围中做自己。

首先,家长可以给孩子更多的允 许和接纳——允许他们犯错,允许他 们做得慢一些,允许他们做得不完 美,接纳他们现在的样子。要做到这 样并不太容易,这需要家长首先允许 和接纳自己——允许自己做得不太 好,接纳自己目前的样子,这需要在 日常生活中有意识地练习。

其次,保持幽默、乐观的心态。

在日常生活中,如何有效营造和 和孩子相处可以很幽默,有时候和孩 谐的家庭氛围?陈红礼建议道,家长 子一起打闹、一起玩耍,有时突发奇 想做些"不着边际"的尝试,乐观面对 生活,用积极的态度和眼光解释生活 中的消极事件。

最后,家长感同身受地理解,并 且无条件地支持孩子。家长多站在 孩子的角度看待问题,为孩子的发 展提供支持,适时鼓励他们尝试新 事物、新做法,并及时陪伴他们,分 享感受和喜悦,倾听困难和难过,让 孩子感受到家长一直都和他们在-

亲子驿站

集体观影时光 开启亲子教育之旅

本报讯"看了这部电影触动很大,有欢笑也有泪花,我和 孩子都收获满满。"6日上午,由本报亲子驿站发起举办的《陪 你在全世界长大》集体观影活动,吸引了晋江市第三实验幼儿 园、晋江市星星实验幼儿园、晋江市第九实验幼儿园、晋江市 艺树实验幼儿园、池店镇状元里幼儿园、灵源街道灵水中心幼 儿园共70组亲子家庭参与。孩子们在父母的陪伴下,度过温 馨且难忘的观影时光。

当天,亲子家庭陆续到场并有序入座。观看电影,当然 少不了可口的小零食,孩子们满心欢喜地等待着电影开 播。而陪在一旁的家长,有的则当起了摄影师,拿起手机记 录孩子这一刻灿烂的笑容。"等下电影开播后,我们不可以 随意走动或者大声说话。如果有急事或想去洗手间,可以 小声点跟妈妈说哦。"欢喜之余,不少家长仍不忘记教孩子 公共场所礼仪。

随着电影开播,大家跟随着电影中小主人公辛巴的视角, 畅游了北极、南极等地,时而开怀大笑,时而感动落泪。这是 一部讲述父子奇幻历险的亲子纪录片,讲述了辛巴3岁闯北 极、5岁游南极、8岁攀爬"世界第三极"的经历,记录了他从懵 懂孩童到霸气少年的成长之路;同时,潜移默化地传达了"读 万卷书,行万里路"的新式教育观。

"老虎属于森林,海龟属于大海,你属于哪里?我属于 。""我觉得勇敢不是不害怕,而是害怕还坚持去做那件事 情。""旅行的意义,就是为了更好地回到原来的生活中。"…… 一句句电影台词,直击人心。"现在的生活节奏太快了,只有在 周末或节假日才有时间带孩子接触大自然。通过电影屏幕, 我们仿佛也跟着主人公畅游了许许多多地方,真是一次难得 的观影体验。"不少家长点赞此次活动。

家长声音

毛淑妍妈妈: 电影中, 既有一家人笑泪交织的旅行经历, 也有诙谐幽默的家庭生活。我女儿看得十分投入,小主人公 去过的地方都太美了。影片中传递的"读万卷书,行万里路" 的教育观,令我受益匪浅。

张霖朵妈妈:看完这部电影后,孩子回到家里还会跟我讨 论电影中的情节,可见她印象十分深刻。我觉得这部电影很 有亲子教育意义,不但可以跟着小主人公"环游世界",家长也 能学到很多育儿知识。





买房是件大事。不少买房人是第一次购房,对于买房这件大事的很多常识都不是很了解。为了解答这些购房者的疑问,本报《楼市周 刊》特地开通"购房课堂"栏目。每期,我们精选一个话题,邀请业内人士与您分享,让您少走弯路,买到满意的房子。

投资公寓该怎么选?



总价低,不限购,一直以来,公寓产品因其具备诸多 优点,受到不少投资者的青睐。

近期,记者走访市场时发现,晋江一些开发商推出公 寓产品,吸引了不少购房者的目光。

那么,面对这些公寓产品,如果你想买来投资的话, 需要注意什么呢?

和住宅产品一样,投资公寓,首选的也是地段。从投 资的角度看,租公寓的租客,会更注重公寓周边配套和交 通,比如是否靠近公交站,周边是否有便利店、超市和商 场等。目前,投资回报率比较高的公寓,大多集中在晋江 中心市区。尽管价格相对较高,但可预期的租金也会高。

看开发商和物业

投资公寓,要提前了解开发商的实力和口碑。选择 有实力和口碑的开发商,更有保障。

另外,要了解物业的服务能力和品质。好的物业服 务,能够提高租客的居住体验和生活品质,从而提高投资 的回报率。

配齐家具家电较佳

投资者之所以买公寓型产品,也有一方面是因为这 类产品基本都是精装修交付,不必费时费力再去装修。 在选择公寓时,建议精装修配齐家具家电,这样更有利于 吸引高端租客。

看区域发展前景

一些位于新区的公寓产品,由于配套交通及产业还 没成熟,价格会相对低廉。但购买前一定要先研究区域 规划,比如产业支持、交通配套,以及是否有足够的高端 租赁群体等。

挑性价比高的楼层

·般来说,公寓租客对楼层朝向并不十分敏感,尽管 好的户型、朝向的租金会比差的要高,但差异并不大。

因此,在选择楼层时,建议投资者选择性价比较高

泉州拟加强商品房预售资金监管 优先用于项目建设 维护交易双方权益

商品房预售资金监督管理规定(征求意 见稿)》(以下简称"意见稿")意见的通 知,旨在进一步加强商品房预售资金监 督管理,规范预售资金的缴存使用行 为,保障预售资金优先用于项目工程建 设,维护商品房交易双方合法权益,促 进房地产市场平稳健康发展。

意见稿要求,以独立商品房项目为 单位申请设立预售资金监管账户。开 发企业应在取得建筑工程施工许可后、 申请商品房预售许可前,按照一本预售 许可证对应一个账户的原则在监管银 行名单中选取银行开设商品房预售资 金监管专用账户(以下简称"监管账 户"),监管账户名应当体现"商品房预 售资金监管专户"字样。

在预售资金缴存方面,意见稿要求 商品房预售时,开发企业应当提供所开 设的监管账户给购房人,协助购房人将 全部购房款(包括定金、首付款、分期付 款、一次性付款和银行按揭贷款、住房 公积金贷款等)和全装修款实名直接存 入监管账户,由监管银行通过预售资金 监管系统上传实时数据或存入监管账 户的凭证,凭证应体现监管账户名称和 账号信息。分期付款方式的首付款不 低于政策要求的最低比例,后续款项要 合理安排入账时间。另外,房地产项目 的开发贷款,包括土地使用权抵押贷 款、在建工程抵押贷款等,应当用于所 设置抵押的房地产项目的开发建设,并 全部进入该项目的监管账户。

在监管方面,对存入监管账户的商 品房预售款、开发贷款等资金全部进行 监管,分重点监管资金和一般监管资 金。重点监管资金是确保预售商品房

竣工交付所需的建设资金。重点监管 建设局发布关于公开征求修订《泉州市 资金专项用于支付预售项目工程建设 费用,重点监管资金额度原则上按照项 目总造价的1.2倍核定。重点监管资金 以外的为一般监管资金。预售项目留 足重点监管资金后,在项目无拖欠工程 款和农民工工资的情况下,开发企业可 以申请提取一般监管资金拨付至其基 本户,优先用于本项目建设、缴纳税费 和偿还项目贷款。监管账户设立时,开 发企业应同时提交施工总承包单位的 普通账户和农民工工资专用账户,工程 款按规定比例要求直接拨付至农民工 工资专户,剩余工程款原则上应直接转 入施工单位账户、建材供应商账户等。

> 意见稿明确,开发企业有下列行为 的,包括:存在违法违规行为导致工程 停工的,预售项目存在严重质量问题或 发生质量事故的,预售项目未按期交付 使用的,违反规定直接收取商品房预售 资金的,未按要求及时将预售款、开发 贷款等资金存入监管账户的和提供虚 假资料套取商品房预售资金的等,由住 建主管部门责令限期整改,整改期间对 存在违规行为的项目可暂停拨付商品 房预售资金和合同网签备案并发布购 房风险警示。逾期未改正的,可暂停该 企业在辖区范围内所有开发项目的预 售许可、现售备案,并记入企业信用档 案。造成严重后果的,依法追究法律责

> 意见稿还明确,住建主管部门内设 科室、局属单位要加强信息互通、联动, 形成监管合力。住建主管部门、监管银 行等工作人员在商品房预售资金监管 工作中玩忽职守、徇私舞弊、滥用职权, 构成犯罪的,依法追究刑事责任;不构 成犯罪的,给予行政处分。