

育儿经

在育儿的过程中,家长就像在升级“打怪”,虽升级不断但仍有更多的挑战在背后。面对接踵而至的困惑、难题,你是请教老师、专家,还是老前辈?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!

# “陪着”不等于“陪伴”

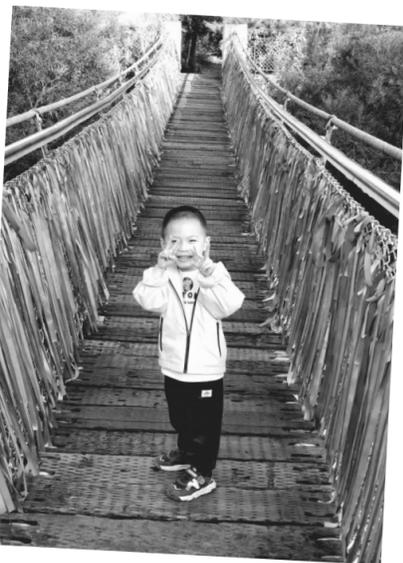
## 咱厝宝妈分享育儿心得

“再不陪我玩,我就长大了!”这句话道出了多少孩子的心声,然而不少家长仍然认为陪着等于陪伴。本期,“育儿经”栏目邀请到晋江市第二实验幼园林墨宸的妈妈庄雅心,她将结合自己的带娃经历分享如何高质量地陪伴孩子,快一起来收下吧!

### 何为亲子陪伴? 需要双向奔赴

“记得有天晚上,我像往常那样叫儿子去洗漱,正自己玩在头上的他随即耍起了脾气,我生气地问他:‘为什么一叫你洗漱,你就耍脾气?’我没想到他的回答是:‘因为你回家都不会和我玩,一直说你耍忙(家务)’.老实说,当时的我有点惊讶,明明上一秒他自己玩得还不亦乐乎。”庄雅心分享道,那一刻她意识到能陪伴的时候不要只是陪着,在二者之间,孩子能够明显地感觉到不同。

庄雅心认为,高质量的陪伴可以给孩子带来十足的安全感,被安全感包围的孩子才会得到真切的快乐。而快乐的因子会激发孩子无限的想象力和创造力,回馈到家长的身上便会形成强劲的动力,这场高质量陪伴变成了双向奔赴的互相陪伴,在亲子之间形成良性循环。在她看来,“陪伴”早已成为家庭教育道路上不可或缺的必修课之一。



分享嘉宾:庄雅心(林墨宸妈妈)  
嘉宾职业:行政  
推荐幼儿园:晋江市第二实验幼儿园

### 高频亲子出游 注重社会陪伴

除了给孩子高质量的家庭陪伴外,庄雅心也很注重社会亲子陪伴。“在孩子2岁的时候,我发现他尤其怕生,即使是小区楼下的同龄人都都避而远之。于是,我抓住一切机会把他往外带。”庄雅心认为,最适合的社会亲子陪伴活动就是亲子游玩,这项活动尤为考验家长的综合带娃能力。

“当时,我便有意识地让孩子早早地体验幼儿园的集体生活,尽可能多种类地尝试校外体验课。此外,我们还加入晋江经济报亲子驿站,高频率地利用休息日带娃开展社会活动,接近大自然。两年多来,公园、农场、海边、山间、动物园、博物馆、商场、消防站、交警站等适合寓教于乐的场所,我和孩子的爸爸都乐此不疲地陪伴着。”庄雅心欣慰地说道,现在孩子虽不见得是“社交小能手”,但活泼开朗起来了,还增长了见识。

### 利用工具保持“通话”

“当时时时刻刻在一起的常态突然被打破时,不在身边的陪伴也变得尤为重要,视频聊天变成了不可替代的方式,但如何聊天也是陪伴中的另一重要课题。在我看来,我会成为开启视频聊天的主动者,不断传递我对孩子的想念之情。”庄雅心坦言,面对男孩子,妈妈们还可以适当地示弱,通过“撒娇”的方式激发男孩子的保护欲,适时向孩子传递不在身边的“依赖感”,对孩子的“依赖”亦是一种“陪伴”。

### 宝妈有话说

在陪伴孩子的过程中也有忍不住说教的时刻。这时候,我会意识地用孩子比较容易接受的语气和内容,说话的态度郑重严肃而不是粗暴吼叫,说话的内容通俗易懂而不是晦涩难懂。当然,如果不可避免地发生了比较不和谐的场景,我会等双方都冷静下来的时候,向孩子告知我内心的想法,同时了解孩子心中所想,并达到和解。我认为陪伴是真诚地接纳和欣赏,是给孩子满满的安全感和正能量,是建立与孩子沟通的桥梁,用心倾听孩子的快乐、悲伤、苦恼、困惑。

### 借助亲子阅读 开启家庭陪伴

那么,在忙碌的生活节奏中,该如何给予孩子高质量的陪伴呢?“我认为陪伴不是陪同,不是看管,不是物质满足,更不是说教和监督,而是全身心融入孩子的内心世界。我觉得最适合的家庭陪伴是亲子阅读,它能让家长在家庭亲子关系中快速找到方向,显著地提升亲子关系。”庄雅心告诉记者,为提升孩子对阅读的兴趣,她在孩子的游戏房里特地开辟了一个阅读区域,减少了玩具的数量,增加了书籍的存在感。

“我们家亲子阅读的时间一般在睡觉前的半个小时内,有时候由孩子自己选择当天要阅读的书籍,有时候由我来决定当天要讲述的故事。阅读中,我会根据故事中角色的不同而变化声音来吸引孩子的兴趣,也会突然停下来提个问题,了解孩子的接收情况;有时候,我还让孩子复述刚才我讲过的故事,也会截取书中某个片段进行亲子角色扮演。”庄雅心说道。



亲子健康

## 如何保有快乐的能力? 听听咱厝心理老师的建议



陈红礼

《小王子》一书中提到,每个人都曾经是小孩,虽然,只有少数的人记得。如何在为生活疲于奔命时,仍然保有童真和快乐的能力?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,她将为大家分享如何赶走坏情绪,并为孩子的正面情绪不断注入能量。

问:当下,不少家长忙于生计,没有太多的时间陪伴孩子。当结束了一天的工作后,家长可能会感到疲惫或焦虑。在这种状态下,如何跟孩子高质量地相处呢?

陈红礼:忙完一天的工作,父母有疲惫和焦虑的情绪是很正常的,但要求不将负面情绪带回家,这本身就会给自己很大的压力,这样的压力比把疲惫和焦虑带回家,可能让自己更不舒服。因此,不用刻意要求自己一定要这样做,但可以和家人真诚地表达自己现在处于什么样的状态,可能需要休息,让他们给自己一段时间调整。

问:父母如何及时调整负面情绪,提升自己快乐的能力?

陈红礼:正常人都有正面情绪体验,也有负面情绪体验。负面情绪其实是具有积极作用的,关键在于怎么看待负面情绪。比如烦躁、焦虑等情绪,它可能在提醒我们压力过大。因此,当意识到有负面情绪时,可以让自己适当停下来,和它们相处一会儿,允许它们的存在。有时候,负面情绪影响我们的时间不会很长,可能只有几分钟,但和它们对抗或不允许它们存在,会让负面情绪影响我们的时间更长。当自己能和负面情绪好好相处时,正面情绪便随之而来。

问:家长可以带着孩子做些什么事情,帮助孩子赶走坏情绪,为孩子的正面情绪充电?

陈红礼:当孩子有坏情绪的时候,其实也是在提醒家长或者孩子,可能他们的某些需求得不到满足。因此,当孩子有坏情绪的时候,先接纳孩子的情绪,允许他们用不伤害自己和他人的方式表达,等他们的情绪有所缓和时,再和他们讨论“发生了什么”,对他们的情绪体验表示理解。当孩子的“坏情绪”表达得到满足后,才能心平气和地讨论“如何更好地应对”。家长不急于帮助孩子赶走坏情绪,其实就是告诉孩子:我接纳你的坏情绪,允许你表达自己,同样也给孩子做了个示范,如何好好地坏情绪相处,这本身就是为孩子的正面情绪充电。

问:生活中,孩子如果犯错了,家长如何避免说教模式?

陈红礼:看到孩子犯错时,父母可以问一下自己的顾虑是什么。比如,看到孩子不遵守餐桌礼仪,自己想要急于纠正时背后的顾虑是什么?是担心孩子做得不好影响未来的社交,还是觉得孩子没教养让自己很丢脸?再把眼光放长远一些,自己的这些顾虑真的会发生吗?这些问题会严重到影响他们的一生吗?向内看的时候,可以给自己和孩子一个缓冲的时间,重新看待这个问题,孩子也不会因此而沮丧或者因为不断地被纠正而无所适从。当然,这并不意味着就不能“教育”孩子,而是换种方式和孩子沟通。比如,当我们意识到自己想要开启“说教模式”时,可以表达自己看到的事实,比如“我看到你有……的行为,我感受到……你能跟我说说,你这样做的理由吗?”先听听孩子的表达,再和他们讨论怎么做可以更好。这样既能了解孩子的想法,和他们拉近距离,也能达到目的。

## 楼市

# 登记在未成年子女名下房产 离婚时夫妻该如何分割?

在现实生活中,晋江一些父母出于各种原因,会将房子登记在未成年子女名下。但是离婚后,因为房产的分割问题,双方常常会产生纠纷。

“如果遇到这样的问题,就需要举证在购买房产时的真实意思不是为赠予未成年子女,而是出于其他原因将房产登记在未成年子女名下。”福建一脉律师事务所律师李耿佳介绍。

### 登记在子女名下房产 推定不属于夫妻共同财产

不动产登记又称为不动产权登记,是权利人、利害关系人申请国家确定的职能部门将有关申请人的不动产权的事项记载于不动产登记簿的行为。

“房产登记在未成年子女名下,根据不动产登记生效主义原则,应推定属于未成年子女的个人财产,而不属于夫妻共同财产。”李耿佳介绍,但是,在实践中,产权登记在未成年子女名下,并不能简单地推定房屋的真实产权人是未成年子女。

“如果离婚时,夫妻双方主张将登记在未成年子女名下的房产作为夫妻共同财产进行分割,则需要举证证明在购买房产时的真实意思不是为赠予未成年子女,而是出于其他原因将房产登记在未成年子女名下。否则,离婚时法院一般会认定成立赠予关系。”李耿佳介绍。



### 房产登记在子女名下 需要注意哪些问题?

“父母如果把房子登记在未成年子女名下,实际上需要承担不少法律风险。”李耿佳介绍,例如,父母不能随意处置房屋,确需处置时手续麻烦;父母离婚时易出纠纷;父母想再收回房屋困难,且

无法控制子女成年后擅自处分房产等。那么,如果父母要将房子登记在子女名下,该规避哪些风险?李耿佳建议,1.可以到房产交易中心进行房产份额变更,减少子女名下的房产份额;2.

可以到公证处进行房产公证,约定子女未成年时或在父母去世前房屋产权收归父母;3.对于那些计划用于养老的房产,在过户给子女之前,还可以在房产上设立父母的居住权。

购房问答

## 二次申请公积金贷款需要什么条件?

市民吴女士:我之前买了一套房,是用公积金贷款。前不久这套房子卖了,请问现在买房,可以第二次申请住房公积金贷款吗?第二次申请住房公积金贷款,需要什么条件?

泉州住房公积金12329热线:职工购买普通自住申请公积金贷款,需在买房所在地和公积金缴存所在地不动产中心查家庭成员持有住宅套数,如查有两套(公积金认房认贷),第三套无法使用公积金贷款。

如还有疑问,可拨打0595-12329人工咨询。