

“散养”也要加“营养”

□陈实

育儿圈现在有两个很有画面感的词：“散养”和“圈养”。很明显这是两种完全不同的育儿理念，大家对于“圈养”的态度基本上比较一致，都抱有或多或少的批判；但对于“散养”这个理念的理解，却有着而比较大的不同。

“圈养”的问题不在于有边界，而在于边界设置的范围，范围过小，孩子就没有充分的发展空间。

“散养”也不是说就没有边界，也需要根据孩子的发展状况来灵活地调整和坚持边界的范围，做到即是限制也仅是保护。

同时，“散养”不表示家长就不用操心培养，仍然需要在早期主动约束并提供“营养”，等孩子有一定能力表达和实现自己的意愿时，再给孩子提供充分的活动空间就好。

孩子的耳朵不要随意掏

□Angela

看见宝宝耳朵里的耳屎，大部分爸爸妈妈都忍不了，一方面觉得脏，一方面觉得会影响宝宝听力，总想要尽快帮助宝宝清洁干净。

不建议用棉棒帮宝宝掏耳朵

来看一个例子：

平时习惯用棉棒帮宝宝清洁一下耳朵，那天洗完澡了也按常规给他清理了一下。平时宝宝都是很安静的，但是那天宝爸在客厅突然说话，吓得宝宝一机灵，棉棒也在宝宝的耳朵里重重地划了一下。宝宝一直大哭。虽然带去看医生后，说并没有大问题，只要消炎就好了。但是，就因为这件事，再也不敢用棉棒给宝宝清洁耳朵了。

看到这个例子，你是不是想，只要小心一点儿，就不会发生这样的事情了吗？也许还有宝妈说，给宝宝清洁耳朵，一定要找一个安静的地方啊！其实，这个事儿真的是不怕一万，就怕万一。谁也不能预知突然发生什么事呢。

也有宝妈说，宝宝耳朵里的耳屎都快要堵了，不掏能行吗？

擅自给宝宝取耳垢，这个过程稍不注意，很有可能造成更严重的损伤！

耳朵是我们人体非常重要的器官之一。耳朵敏感、脆弱，掏的时候稍微不注意，就可能造成听力下降、耳朵感染，甚至还有可能引发永久性的伤害。

孩子的外耳道发育并未成熟，而且耳内皮肤很娇嫩，外耳道大多呈扁平缝隙状，操作起来非常不易。

另外，帮宝宝掏耳朵时，并不像给自己掏那样能有明确的感觉。用棉棒给宝宝掏耳朵，你只是凭借自己的感觉来判断深浅、方向，很有可能将耳屎推向深处，造成听力下降，甚至损坏耳膜。

所以，不要用棉棒或其他东西来给宝宝掏耳朵。

到底要怎么清洁

宝妈首先要知道，耳屎是有一定好处的。它还有保护耳朵的作用，能避免小虫子、一些微生物、水等进入宝宝的耳朵内。

有的人不怎么掏耳朵，却不会被耳屎堵住，怎么回事？这是因为大部分人的耳屎是可以自行排出的。比如说，咀嚼、张口或打哈欠等活动，就能帮助耳屎自行排出耳道。反复掏耳朵，还有可能破坏耳道皮肤自然屏障，会使耳屎越来越多。

耳屎的多少其实也受遗传因素决定，有的人一生都不需要怎么清洁，有的人则非常多，宝宝也同样如此。家长们别随意自己判断，更别随意自行用工具清洁耳朵。

平时给宝宝清洁护理时，定期检查耳朵里的清洁状况，用干净的棉球粘耳道的外部，洗澡后用湿毛巾擦外耳廓。

如果你觉得宝宝的耳屎太多了，可以用婴儿油、矿物油和专门的耳道清洁油来帮助清洁，但前提是要确定没有过敏反应；如果你觉得自己操作不来，建议到医院耳鼻喉专科进行处理。

若分泌物过多甚至有液体流出时，要注意排除中耳炎的可能，及时就医，以免造成不可挽回的后果。

注意：大人掏耳朵，别让孩子看见！如果你家宝宝比较大，模仿和学习能力比较强的话，一定要注意了，掏耳朵这个动作千万别让孩子看见，以免趁你不注意的时候给自己掏耳朵。



“散养”也要立规矩

家长怎么那么累呢？

我们先来看一个故事。

一对宝妈宝爸面对自己新生的宝宝激动万分，想让孩子成为世界上最幸福的宝宝：我们对你没有别的要求，只要你快乐地做自己。

宝宝开始会说话、会走路了，宝爸宝妈想培养孩子的自主意识，不压抑孩子的天性。他们不想填鸭式地喂养，于是教会孩子自己吃饭。

孩子有时一边玩一边吃，一顿饭能吃上一两个小时，食物也常洒得满屋都是。爸妈都由着孩子，只是跟着打扫，饭菜凉了帮着热。

在玩耍方面，他们也是充分尊重孩子的意愿，想玩什么玩具就给拿，想出去玩就陪着出去，有时候孩子玩疯了不肯回家，他们也不忍强迫孩子回家，只能焦急疲惫地等着。

哄睡则是每天都头痛的事情，有时候孩子玩性大发，宝爸宝妈只能不时提醒“是不是该睡觉啦”，然后陪着熬到孩子玩累、玩困。

宝爸宝妈内心有隐隐的疑惑：孩子快乐就好，但是我们怎么那么累呢？

有时候在尊重孩子天性的时候，我们自己却好像不快乐。

当宝宝上了幼儿园后，这个冲突更加激烈。老师反应孩子行为习惯不好，任性；宝宝不适合幼儿园的生活，不肯去。

宝爸宝妈一开始觉得幼儿园跟自己育儿理念不匹配，可是换园后依然这样。

到底哪里不对？

这一对父母对孩子有终极的期待，那就是“快乐地做自己”。他们看到童年时期的快乐很重要，孩子的意愿很重要，这个出发点很好。

但这句话只有期待没有方法，养育者从自己的成长经历中体验到的认识是“约束和限制是不快乐的，压抑天性的”，于是努力让孩子感觉到高兴。

从父母自身的角度看：代价是父母的快乐被牺牲，意愿被忽视，管理孩子的手段被限制。

这个画面就像是“为了不给孩子套‘圈’，倒是父母把自己套上了‘圈’，然后追着孩子的意愿跑，真的是好辛苦。

而对孩子来说：他注定要生活在自然规则和社会规范的限制中；孩子当时想要的、想做的，并不一定是对自身有利的。

家长正需要靠给孩子立规矩，培养良好的生活行为习惯，用一个个弹性的、灵活的、针对性很高的“圈”，来避免孩子与自然与社会规则之“圈”的正面碰撞。

大约两岁开始，孩子也是开始处于从被动约束逐渐发展到自我约束的关键阶段。

孩子需要有一定的空间来体验自己的意愿，同时也需要通过一次次与父母设置的边界的安全对抗，来转化出自我约束的自律能力。

那么，自律是什么？

往大而空悠悠，我会告诉你“从心所欲不逾矩”，然而这可能太抽象了，还是打个比方吧。

我们面临的一些社会现实，就像家里的墙，限制了我们哪里能走哪里不能走，不然就要碰壁。有时候，我们半夜里迷迷糊糊地起来上厕所，常常不用开灯就能闭着眼睛去了厕所又回来。

因为，哪里有墙、哪里有门，已经在我们心里了，我们已经很适应了，可以很自如地去找自己需要的地方。

“散养”不代表啥都不学

兴趣了，他们只好又跟着重新报班、重新采购。

看着钱花出去不少，家里东西存了不少，可孩子啥也没学会，啥也没有真正感兴趣，宝爸宝妈不免开始担心孩子的将来。

孩子能力的发展，需要父母有意识地创造探索世界的机会，并给孩子做出榜样。

所谓探索世界的机会，我来举几个例子：

- 带孩子参加丰富多彩的活动来开阔眼界，给孩子创造更多与优质同伴互动的机会；
- 花很多时间和精力与孩子一起做一些活动，成为孩子可以模仿学习的榜样；
- 通过咨询和实地考察来筛选一些满意的教育机构，可以补充自己能力和精力的不足；

孩子能力的发展也是需要父母主动投资的，要培养孩子自己选择和创造资源的自主性。

还要让孩子学会承担。

再来看一个故事。

宝爸宝妈看着别的宝妈带着孩子上各种早教班、亲子班和兴趣班，内心并不认同，觉得孩子自然发展就好。

平时，他们就让孩子在家自己随便玩，或者带孩子到附近的公园玩。

可是到了小学里，孩子的表现非常一般，更谈不上什么特长。

而且，跟同事朋友一起都带着孩子出游的时候，宝爸宝妈发现，自家宝宝在玩的能力上也跟别的孩子差了一截；跟着玩都有些费劲，宝宝对此有些沮丧。

应试和素质两方面的落后，让宝爸宝妈内心有些不安。

上了小学后，宝宝更加羡慕同学的一些才艺，主动要求学。宝爸宝妈都很高兴地满足。

可是宝爸宝妈发现，常常是报了班，买了一堆相关用具，孩子学了几次后就转移