

开学来临之际，家长须牢记这“10 不要”

一忌：今天送不了就明天送

面对孩子哭闹，家长难免起恻隐之心“明天大概就肯来了”抱着这样的心态许多家长选择妥协但这会让孩子学会利用哭闹第二天想送进幼儿园反而会更加困难。

二忌：去两天，歇一天

有的家长觉得孩子在园不适应需要在家休息调理调理所以送上几天便回家休息一天但这样会让孩子的适应过程断断续续不利于早日融入幼儿园。

三忌：陪着孩子一起哭

有的家长看着孩子哭泣很心疼干脆蹲下来和孩子一起哭但这样会让孩子误以为家长不要他了会认为上幼儿园对爸爸妈妈来说也很痛苦会进一步加深对幼儿园的抗拒。

四忌：骗孩子一会儿就回来

为了让孩子不要缠着自己有的家长会骗孩子自己只是离开一会想着自己不在孩子就无人可闹了这种方法可能暂时有效但孩子等待过程中会丧失安全感。

五忌：吓唬孩子不来接

有的家长选择吓唬孩子“别哭了，再哭我就不来接你了”家长的本意是让孩子停止哭泣但孩子的理解会是“爸爸妈妈不来接我了”这让孩子产生恐惧感对幼儿园感到进一步的恐惧。

六忌：陪着孩子进幼儿园

有的家长认为多陪孩子一会儿就能让他们成功适应幼儿园其实，这样只会拉长孩子的适应时间孩子知道家长终究要离开。

七忌：早上喂孩子吃太多

有的家长为了让孩子愿意去幼儿园准备了丰盛的早餐喂给孩子这样不仅剥夺了孩子锻炼自理能力的机会吃的太饱也会影响他在幼儿园里的活动还可能在哭闹时引起呕吐分离焦虑感也不会因此减退。

八忌：放学路上负面询问

放学路上，家长喜欢问孩子问题很多问题还是负面的这是一种负面的暗示会让孩子联想到不好的事让他们产生对幼儿园的抗拒情绪。

九忌：在家猛补营养

刚入学的那几天孩子吃得少不少家长选择在家补营，但大鱼大肉容易扰乱孩子肠胃的正常运作刚入学适宜多吃蔬菜和清淡的食物。

十忌：周末作息不规律

上了一周幼儿园了一到周末孩子就乱了作息规律一觉就睡到早上 10 点等新的一周，又不适应幼儿园了养成良好的作息习惯才是帮助孩子适应幼儿园的关键。