

3岁是异性亲子共浴的分界点



越来越多的家长,开始认识到给孩子做性教育的重要性。但在实际操作中,总会遇到不少问题,比如洗澡,就能看到各种各样的纠结:宝宝大一点后,到底应该爸爸妈妈谁来给宝宝洗澡?和异性家长洗澡会不会不利于宝宝的性教育?如果宝宝吵着要异性家长洗澡,怎么办?……

相关专家提醒,洗澡是给孩子进行性教育最好时机之一。建议异性父母停止给孩子洗澡的时间是,女生3岁以后不适合和爸爸一起洗澡,儿子和妈妈可以延迟到3岁半。

洗澡 3岁前的性教育小课堂

对于3岁以前的孩子,洗澡的时候是很好的性教育小课堂。

宝宝在2岁左右,就开始有了基本的性别区分意识,开始好奇两性间不同的身体特征了。在和孩子一起洗澡的时候,不论是同性还是异性父母,都可以利用自己的身体做教材,教给孩子各个身体部位和男女性器官的区别。这时候也要告诉孩子,性器官是身体的隐私,让他们学会保护自己的隐私部位。

如果家长只是帮助孩子洗澡,可以在孩子身上将身体部位指出来,教给他,也鼓励偶尔和孩子共浴一次,这样可以让孩子对性别的认知更加全面。

异性父母什么时候 停止给宝宝洗澡

建议女生3岁以后不适合和爸爸一起洗澡,儿子和妈妈可以延迟到3岁半。

选择3岁-3岁半这样的时间段停止亲子共浴,主要有以下考虑下面两个好处:

帮助孩子建立正确的性别认同。3岁以上的孩子,逐渐意识到男孩长大后会变成男人、女孩长大后会变成女人。由同性父母带着洗澡,可以让孩子认同自己的性别,使心理性别的认知和生理性别趋于一致,让男孩产生“我想成为男孩”,让女孩产生“我想成为女孩”的想法。

帮助孩子进一步建立隐私观念。3岁左右的孩子,已经有了一定的隐私观念。同性爸妈带他们洗澡,可以进一步提醒孩子,别人(特别是异性)的裸体不能随便看,别人也不能随便看和触碰自己的身体,不能在众人面前露出自己的生殖器,增强孩子的自我保护意识。

关键是要告诉孩子:别人(特别是

异性)不能随便看、碰触自己的身体,这叫做隐私。

如果同性父母不在家 怎么给孩子洗澡

也许有的爸妈会问了:宝宝大了,同性父母不在家时候怎么办?如果吵着要异性父母洗澡怎么办?

首先在日常,我们可以先教孩子怎么洗澡,怎么调整水温、水量,以便日后可以自己洗澡。

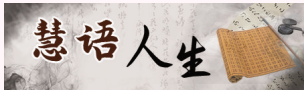
当同性父母不在家时,宝宝还不能自己独立洗澡,家长可以穿着衣服给孩子洗澡,并且在洗澡过程中,也要告诉孩子:“我现在要给你洗澡,所以会看到你的裸体和隐私部位。但是平时,我们都要穿好衣服,不随意给别人看。因为爸爸(妈妈)不在家,我才帮你洗澡。但是平时你是男生(女生)我是女生(男生),我们是不一起洗澡的哦。”

如果4岁以上的孩子,可以自己洗澡了,但仍然需要父母陪着洗澡,异性父母可以跟孩子一起进浴室,拉起浴帘将两人隔开陪孩子洗澡。

如果孩子吵着要异性父母洗澡,我们可以温柔告诉宝宝:“你已经长大了,还记得之前教过你的吗?我们的身体,尤其是衣服遮住的部分,是不能让别人看的哦。这是个人隐私,我们每个都要尊重自己的隐私不要让别人随便看我们的私密部位。”这样既拒绝了宝宝,同时也强化孩子隐私意识。

孩子对别人的身体有好奇心是很正常的,我们也应该认识异性的身体,在共浴前家长应该告诉孩子:因为你的好奇,所以我才跟你一起洗澡。但当你的好奇心得到解答后,爸爸妈妈还是会跟你分开洗澡,因为爸爸妈妈也要保护自己的隐私。

丁香医生



如何提升 幸福指数

黄企生

何谓幸福,很难有统一的标准答案,但幸福一定是发自内心的,它是内心深处强烈的渴望和感受,是在平凡和简单中显现的。简单地说,心态好的人,肯定快乐就多,幸福指数也一定高。如何提升自己的幸福指数,离不开以下几条:

一是不要整天愁眉苦脸。生活就如一面镜子,你对它哭,它对你哭,如果你对它笑,同样它也一定对你笑。做到这一点,需要减少攀比,不被功名利禄所绑架,看淡一切。要明白世上除了生死,其它皆是小事,甚至是浮云。人要活出真实的自己,不为烦恼事和浮云所忧。如果整天愁眉苦脸,心里就少了阳光,运气也不见得好。很多时候,让这个世界灿烂的,不是阳光,而是笑容。经常面带笑容的人,好运往往比苦脸的人多。

二是不挑剔别人。很多时候自己不快乐,是因为喜欢挑剔别人和对别人不满意造成的。人非圣贤,孰能无过,懂得宽恕别人,才能快乐自己。家人朋友和我们最亲密,但往往关系越亲密,就越容易挑剔。挑剔多了,感情就淡了,因爱生恨,既伤害了别人,也辜负了自己。眼界不同,格局不同,圈子不同,不必强融,与其纠缠,不如远离,宽怀大度不计较,也许是最好的回答和反击。

三是不在乎别人对自己的看法。幸福指数高的人,有个共同的特征,不活在别人的看法里。因为他们懂得,人生是自己的,不必太在意别人的看法。

四是不把时间浪费在谈论八卦上。幸福的人,往往很少同人谈论八卦。因为他们明白,你若芬芳,蝴蝶自来,你若愁闷,则霉运上门。他们更愿意尝试去做一些更有意义的事,毕竟丰富生活的,并不是八卦。他们常常通过读书,多交良师益友,多增长见识,来改变自己,提升自己的品味和格局,丰满自己。

五是不能没有自己的兴趣和爱好。兴趣爱好是心理衰老的灵丹妙药。明末清初的张岱说:“人无癖,不可与交,以其无深情也。”有兴趣爱好,才能显出一个人的真性情。多留一些闲暇给自己,看书、听曲、种花,何乐不为。当你沉浸在自己的爱好里,全身心投入,就容易摆脱生活的琐碎,浑身散发着光芒,这光芒也会感染周围的人。

“党建+”引领多旅融合发展

(上接1版)住精品民宿等各类活动。”中兴镇有关负责人说。

为了推动多旅融合高质量发展,近年来中兴镇党委一直在出实招。比如,推出“漫居中兴”小程序,

让市民在平台上就能看到全镇的文旅资源,入驻小程序的商家可为市民游客线上消费提供不同程度的价格优惠。成立“领白相”青年志愿者服务队,志愿者们可向游客介绍休闲农业

和乡村旅游的精品景点和路线。在各民宿设立“宿说崇明宣传角”,对本镇的非遗项目、文化项目进行宣传。农产品方面,联合镇里多家知名农产品企业,推出“中兴优品”伴手礼,为游客

定制特色农产品大礼包。

“我们将以住民宿为基础,进一步做好新业态党建引领,促进农、文、体、商、旅各类业态深度融合,相互引流。”中兴镇有关负责人说。

崇明老建筑的发展新路

(上接1版)努力扩大公共空间,让老百姓有休闲、健身、娱乐的地方,让城市成为老百姓宜业宜居的乐园。

从长远看,老建筑的焕新过程,讲的就是一个发展故事。时代浪潮滚滚向前,厂房功能不断变迁,物是

人非是常态,唯有发展才是主旋律。贯彻新发展理念、推动高质量发展,不只是一个经济要求,不是一时一事的要求,必须兼顾物质与精神,齐头并进,协调发展。

眼下气温升高,以老建筑为载体,打造夜市小吃、生态市集、艺术

展览……这使得小岛的夏夜有更多可能性。而在发展过程中,如何因势利导、因地制宜做好服务尤为关键。

不妨向前一阵的“顶流”淄博烧烤借鉴一二。卷饼、烤肉加上小葱,持续火爆背后,热情淳朴的民风、细心贴心

的服务起到推波助澜的作用。

好内容能带来“流量”,好环境能保证“留量”。崇明应提升服务水平,为高质量发展保驾护航。有故事、有体验、有服务,崇明老建筑方能抓住机遇,走出符合当下时代的发展新路。

讲文明·树新风

倡导文明健康·绿色环保生活方式公益广告

崇尚勤俭节约 食物多样搭配 拒绝餐饮浪费



富强 民主 自由 平等 爱国 敬业
文明 和谐 公正 法治 诚信 友善

中共上海崇明区委宣传部
上海市崇明区精神文明建设委员会办公室