兒童情緒變化無常——備責要不導開法想

六歲以下的幼兒，不論是男孩女孩，情緒都不很穩定，時常顯得喜怒無常，變幻莫測。如無故發脾氣，無理要求買零食，故意破壞玩具，欺負弟妹……

做父母的，遇到孩子們撒野哭鬧，往往不加思索地痛打痛罵一番，想以父母的權威來壓制孩子，這是非常不明智的管教法。

這種泰山壓頂的管教手段，不但孩子們不能心悅誠服，而且傷害了孩子們的自尊心，更容易變成粗暴兇悍的性格。因此幼兒的情緒應做適當的疏導，生活才能正常。

父母對待孩子們，態度要溫和。也就是彼此客客氣氣，大家平平安安。幼童受父母的影響最大，如果你高聲責備他，鞭打他，他馬上就有同樣的反應，遷怒於姐妹兄弟或他人，這就是上行下效的不良後果。在農村裡，家長們大多忙於農務，遇到孩子們耍脾氣吵鬧時，打罵教育是最簡單有效的抑制辦法，事實上打罵孩子是有害無益的，這是應該檢討改進的。

要使孩子們變得循規蹈矩，和藹可親，父母的態度就應該溫和，千萬不要以打罵的方式來體罰孩子！

父母要教育孩子們養成幽默的習慣，心理學家認爲哈哈大笑，最有益於心理健康。幼童如果一天到晚笑嘻嘻，就顯得特別漂亮可愛！只要父母親先對孩子們微笑，或哈哈大笑，他也會跟你笑的。

所以，成人要常說些笑話，或好笑的故事給小孩聽，也教他們練習說有趣的笑話，培養其幽默感情心，自然開朗，情緒自然會舒暢。

如果能讓孩子們帶著笑容睡覺，大概絕不會作惡夢！

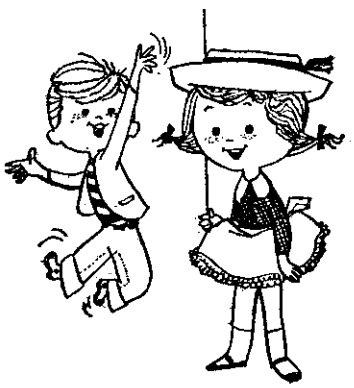
父母要多跟孩子們生活在一起，譬如在晚飯後，父母給孩子們說故事（幼兒最喜歡神仙故事，動物故事），教孩子們唱歌、猜謎語、作遊戲、堆積木，既可增進親情，又可以指導生活習慣，收到潛移默化的教育功效。

父母要啓發孩子們培養多方面的興趣，使他一天到晚忙個不停！如給他一張紙，一枝鉛筆，讓他去塗鴉繪畫，不管他畫些什麼，總是有價值。再如給他一塊地，一把小鏟，讓他去種花種菜；給他一把剪刀，一些色紙，讓他去剪剪；給他一個鳥籠，讓他去養鳥；給他一把口琴，讓他去吹奏，……

因爲幼兒的興趣是多方面的，讓他一會兒忙這，一會兒忙那，既可充實生活經驗，又可舒暢其身心，那有心情再胡鬧呢？

孩子們需要有變化的食物，幼小的孩子最喜歡新奇的東西，對於日常飲食也是如此。有些孩子所以會無理取鬧，往往是食慾不振，食物不合胃口而引起的。譬如白米飯吃膩了，偶而改吃麵條、麵包、饅頭；魚肉的烹調方式多求變化，孩子們就有興趣去吃飯了，吃飽了飯，精神也就飽滿愉快了。

孩子們需要公平合理的愛護，更需要成人的讚美與認可。孩子們最需要父母眞誠的愛心，需要成人不斷的鼓勵與讚美，更需要大家承認他具有重要地位，如這些基本需要都得到滿意，他就心安理得，快樂無比了。（楊木林）



羅蔔鴨湯

材料：肥鴨一隻或半隻，香菇四、五隻，白羅蔔一個，葱一支，薑一小塊。

處理法：鴨足斬下，爪甲斬除。香菇入水泡浸，待柔軟時，柄部切除，批成小薄片。羅蔔切成兩公分餘方塊，再將四角削去，即成圓球形。葱和薑洗淨，葱切小段，薑連略拍。

烹煮法：鴨入鍋中，加多量之水，將鴨浸沒，並加葱薑和料酒，煮至微沸時，將浮沫撇除。另用鍋將羅蔔球加水煮一沸撈出。並將香菇和入鴨中，酌加食塩，續煮數沸，羅蔔球倒下。

如湯汁較小，酌加水續煮至鴨熟時，薑塊撈出，羅蔔球等先行盛起，半鴨或全鴨加上，湯汁注下。（靜好）

炒雞肝

材料：雞肝三付，香菇三數隻，毛豆七十五公分，大蒜四支，薑二斤。

處理法：雞肝洗淨、切小片，加塩醬油和酒浸着。香菇入水泡浸，柄部切除，略冲洗批成小薄片，泡水去除沉澱。大蒜去根除老葉，洗淨切成斜小段。毛豆入水漂洗，撩在漏器內。

烹煮法：鍋中入油煮沸，大蒜倒下，加塩快炒。至蒜香四溢時盛起，鍋中再度入油煮沸，將毛豆先炒一下，香菇和入，加塩續炒。稍待雞肝和入，並加薑片，炒至雞肝變色時，把浸餘的醬油酒注下，再加些泡菇水。至滷汁沸後，薑片挾出，大蒜還入鍋中，炒和後即入碗中，乘熱進食。芬香撲鼻，肝嫩鮮潔。（靜好）

古老鵝

材料：鵝四分之一隻（腿肉部分），蒜頭兩個，綠筍二百公分，葱一支，薑兩片，甜麵醬兩匙，太白粉。

處理法：鵝上餘毛拔去洗淨，揉一些塩置於盆中，注下料酒，葱和薑洗淨，葱去根切小段，兩品散在鵝上。筍切旋刀塊，加水煮熟。蒜頭分成小瓣，剝去外衣，甜麵醬中加鵝調勻。

烹煮法：鵝入飯鍋中，蒸至熟時取出，析成約四公分的方塊，加入少許醬油和太白粉拌勻。鍋中入油煮沸，鵝塊在蛋太白中滾拌，數勻一層粉後，挾入油中炸黃取出。炸油倒出，鍋子清除後，入油兩茶匙煮沸。蒜頭倒下，微火，蒜頭炒至黃色時，筍塊落鍋。加塩炒一下，甜醬和入炒勻，並加些水煮沸，用太白粉水攪成厚賦，鵝塊還入鍋中，炒至裹住甜麵醬時即成，鵝肉鮮美，筍塊甘脆。（靜好）