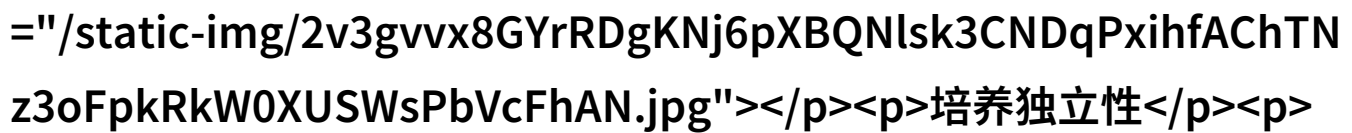
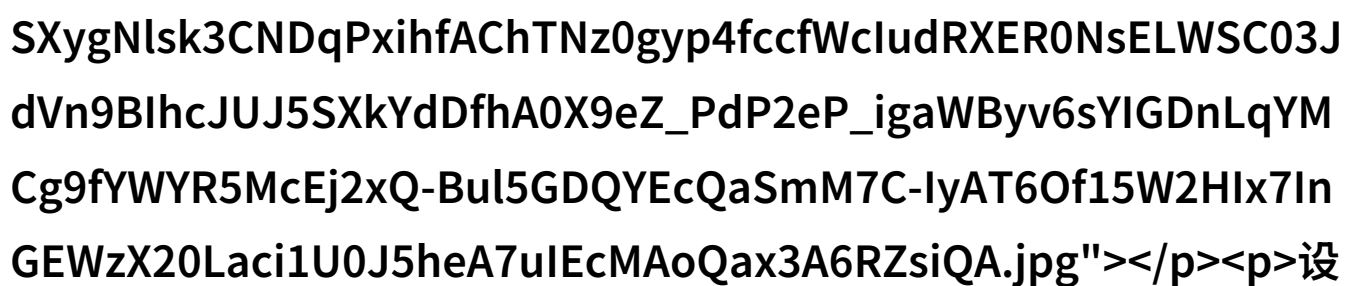


# 娇气宝贝的挑战

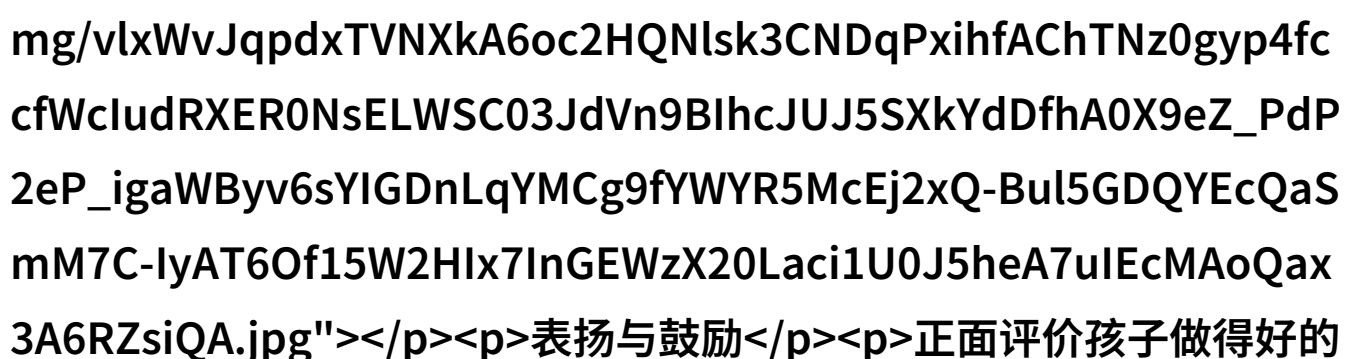
他的小宝贝太娇气了全文免费阅读，家长们在育儿路上常常会遇到这样的困扰。以下几点为我们提供了一些应对策略。

培养独立性

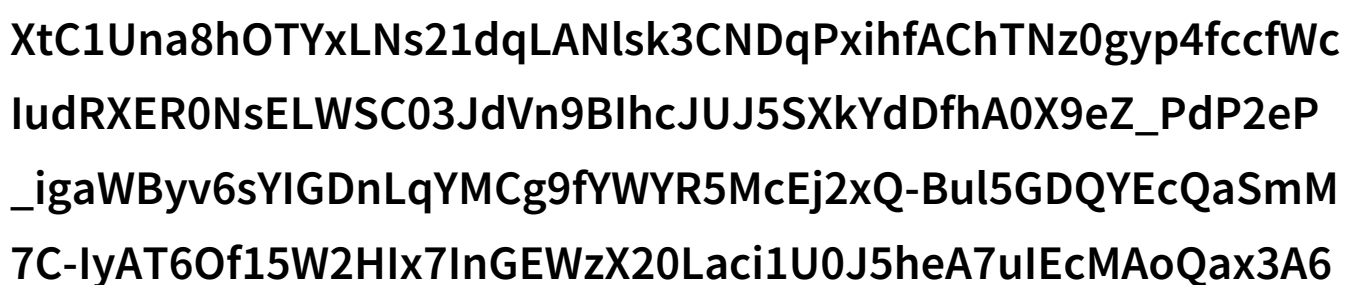
在日常生活中，我们应该鼓励孩子尝试自己解决问题，比如让他们自己穿衣、洗澡等，这样可以增强他们的自理能力，同时也减少了依赖和娇气的行为。

设定界限

对于宝贝过度娇气的情况，要给予适当的教育和引导，设定一些规则和界限，让孩子知道什么是可以接受的，什么是不被允许的，从而帮助他们形成正确的人生态度。

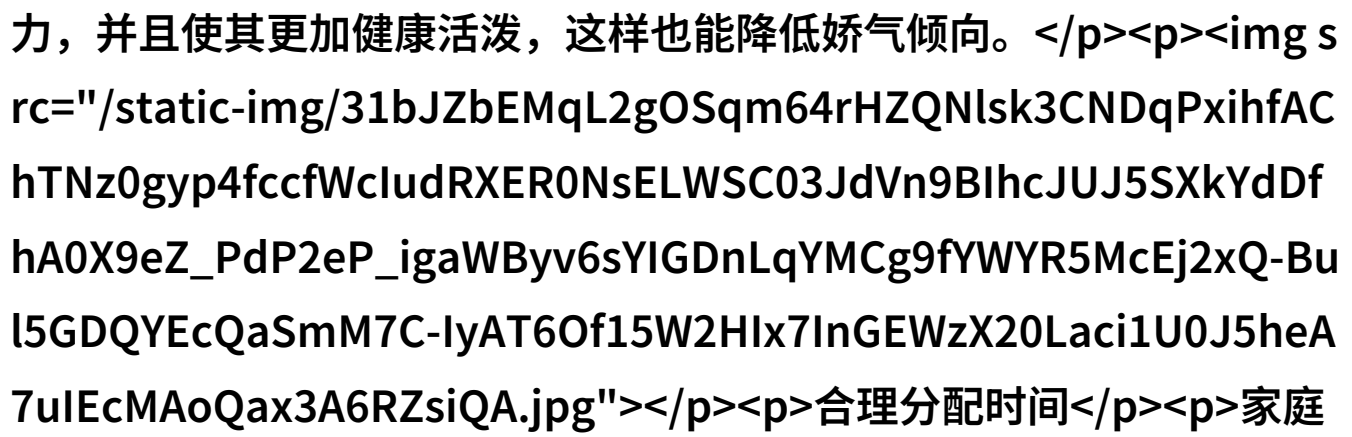
表扬与鼓励

正面评价孩子做得好的地方，可以通过奖励或表扬来激发他们内心的积极情绪，使其更加愿意尝试新事物，不再依赖于外界刺激。

增加活动量

运动对于提高孩子的情绪稳定性至关重要。通过参与体育锻炼或户外游戏，可以帮助宝贝释放压

力，并且使其更加健康活泼，这样也能降低娇气倾向。



合理分配时间

家庭成员之间要相互支持合作，确保每个人的需求得到满足。这包括为宝贝安排充足睡眠时间，以及保证父母有休息和工作时段，以避免因为疲劳导致愤怒或者其他不良情绪影响到家庭氛围。

心理辅导

如果发现宝贝的问题比较严重，不妨寻求专业的心理咨询师帮忙。在专业人士指导下，进行针对性的心理辅导，对抗憧憬恐惧感，有助于改善亲子关系，为培养一个健康成长的小孩打下坚实基础。

[下载本文pdf文件](/pdf/439015-娇气宝贝的挑战.pdf)