



# 孩子天性 就是喜歡被擁抱

孩子天性就是喜歡被擁抱、被愛撫的，嬰兒時期啼哭時，被抱起來親昵一番，一般就會停止啼哭。研究表明，經常被愛撫和被擁抱的孩子心理素質要健康得多。沐浴在被關愛的氛圍中，會促使孩子身心發育，所以請多給孩子擁抱吧！以下是擁抱帶給孩子的好處：

## 1. 對孩子的大腦發育具有重要作用

大人摟抱、觸摸寶寶，與孩子身體親密接觸，對其大腦發育有著重要意義。你的每一次撫觸，寶寶的大腦就接受了一次良性的刺激，而這些刺激能促進寶寶智能的發展。

## 2. 讓孩子感覺到安全

溫柔的擁抱和撫觸能讓煩躁中的寶寶安靜下來，減緩壓力。孩子只有在平靜時才有探究環境的興趣，才能把周圍一切事物當作探索的對象，在探究中學習。

## 3. 促進孩子健康成長

心理學家指出，擁抱有利於緩解孩子的沮喪情緒，提升免疫系統的效率。許多兒科醫生發現，擁抱和撫摸還有助於促進孩子的身體發育和疾病治療。

## 4. 促進親子依戀關係的建立

爸爸抱著孩子，用鬍子輕輕扎扎他的小臉，把他舉得高高的，或者讓他在脖子上「騎膊馬」，會讓孩子感受到爸爸的堅強有力。而媽媽抱著孩子，給他講故事，等他瞌睡的時候給他唱搖籃曲等，會讓孩子感受到媽媽的溫柔。父母也在擁抱孩子的過程中感受到孩子的乖巧與可愛，而在這種親子互動中更易形成良好的親子關係。

## 生活中不可缺少的擁抱時刻：

### 1. 早晨起來的擁抱

睡了長長的一夜醒來，給孩子一個擁抱，問候早上好，睡得香不香，讓孩子在一天的最初時感受到關愛。

### 2. 下班回家的擁抱

在外工作了一天，孩子一天沒有見到你，更需要你一個大大的擁抱來彌補這種長時間分離帶來的親子想念。



### 3. 晚上睡前的擁抱

睡前親親孩子的小額頭，互道晚安，讓孩子帶著你擁抱的餘溫睡個好覺。

### 4. 接送幼兒園時的擁抱

把孩子送到幼兒園，意味著他要和你分開一整天，此時給他一個擁抱能在一定程度上緩解他的分離焦慮感。晚上接孩子回家，親子之間由於較長時間的分離，也需要一個溫暖的擁抱。

### 5. 特殊時刻的擁抱

孩子焦躁不安時、生病時、受了委屈時、被別的小朋友欺負時.....這些特殊時刻，你的擁抱能緩解孩子的焦躁感，減輕疾病帶來的痛苦，在一定程度上轉移孩子對病、痛、委屈等的注意力。