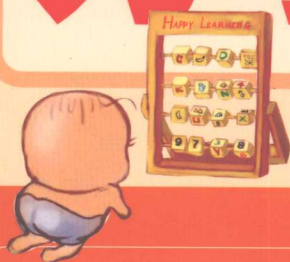


Qinzi Jiaoyu Wanshitong

亲子教育 万事通



主 编

杨 梅 陈红霞 谢英彪



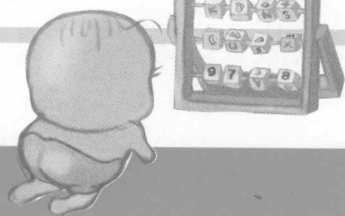
凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

- 亲子教育是父母与孩子互动双向的教育
- 350 个亲子游戏快乐展现
- 480 个亲子教育问题解答
- 训练婴幼儿敏锐感知，健康心理，智力开发，情商培育，良好习惯的方法大全
- 新手父母亲子教育的必读书



QinziJiaoyuWanshitong

亲子教育 万事通



- 亲子教育是父母与孩子互动双向的教育
- 350 个亲子游戏快乐展现
- 480 个亲子教育问题解答
- 训练婴幼儿敏锐感知，健康心理，智力开发，情商培育，良好习惯的方法大全
- 新手父母亲子教育的必读书

主 编 / 杨 梅 陈红霞 谢英彪

 凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

亲子教育万事通 / 杨梅等主编. —南京: 江苏科学技术出版社, 2008. 5

ISBN 978-7-5345-5954-9

I. 亲… II. 杨… III. 婴幼儿—早期教育 IV. G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 039072 号

亲子教育万事通

主 编 杨 梅 张红霞 谢英彪
责任编辑 金宝佳
特约编辑 杜秋宁
责任校对 郝慧华
责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)
网 址 <http://www.pspress.cn>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市中央路 165 号, 邮编: 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京紫藤制版印务中心
印 刷 南京通达彩印有限公司

开 本 890 mm×1 240 mm 1/32
印 张 14.25
插 页 2
字 数 372 000
版 次 2008 年 5 月第 1 版
印 次 2008 年 5 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5345-5954-9
定 价 29.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

前言

PREFACE

亲子教育是20世纪末期兴起的一种新的教育模式。亲子关系主要是父母亲与孩子之间的关系。亲子教育是一种双向的教育,父母及孩子两方面。亲子教育给人的感觉亲切、温和,它强调父母、孩子在平等的、情感沟通的基础上双方互动,而且亲子教育涵盖了父母教育和子女教育两方面。它是通过对父母的培训和提升而达到的对亲子关系的调适,从而更好地促进儿童身心健康、和谐地发展。

当代年轻的父母们,在成为父母之前并没有接受过如何教养子女的专业训练。现阶段家庭教育中普遍存在的重婴幼儿智力开发,轻个性、情感和良好习惯的培养;对孩子过多限制、过度保护导致许多孩子自理能力差,自主性差;因为都是独生子女,导致婴幼儿缺乏一起交流玩耍的伙伴;有些家庭隔代抚养或请保姆照管孩子,导致家庭亲子关系生疏……所有这些问题都与父母的教养素质有关系,所以现在许多教育工作者提出,儿童教育的重心应由儿童本身移向与儿童成长密切相关的关键人身上。因此,要培养健全的儿童,首先父母就应转变教育观念,提高教育能力,并掌握有效的教育方法。

我们编写《亲子教育万事通》的目的,旨在促使父母不断提高和完善自身素质,并帮助父母更加了解自己的孩子,以更积极、主动、平等的态度和孩子沟通、互动,既要注重改善亲子关系,促进亲情增长,也要注重婴幼儿的健康成长。

作者

2008年4月



目 录

CONTENS

第一篇 亲子教育始于胎教 / 1

胎教是怎么回事/1

胎教源于爱/3

胎教的生理基础/4

什么是语言胎教法/6

什么是怡情胎教法/7

什么是环境胎教法/8

什么是音乐胎教法/9

什么是呼唤胎教法/10

什么是抚摸胎教法/10

什么是光照胎教法/11

什么是游戏胎教法/12

什么是运动胎教法/13

什么是美育胎教法/15

胎教何时告一段落/16

胎教与早期教育的衔接/17

第二篇 婴儿期的亲子教育 / 19

新生儿的心理特点是什么/19

新生儿的心理依附/20

怎样测定新生儿的心理是否正常/21

如何做好新生儿心理护理/22

产后第一次喂奶为什么重要/23

母亲与新生儿的情感联系是怎样

的/25

产后妈妈如何尽早建立母子情/25

为什么说新生儿需要刺激/26

什么声音能给新生儿安全感/27

母亲能与新生儿交谈吗/28

新生儿有哪些可利用的条件/29

乳儿的心理卫生/31

哭是婴儿主动与父母交流的形式/32

婴儿的哭与语言的发展/32

如何应对“哭”宝宝/33



让宝宝快速安静的五个小方法/34

抚触让宝宝身心更健康/35

为什么需要经常亲亲抱抱宝宝呢/36

多与婴儿说话有利孩子健康/37

重视婴儿感知的训练/38

1~2个月宝宝的感知培养/39

2~3个月宝宝的感知培养/41

4~5个月宝宝的感知培养/42

6个月宝宝的感知培养/42

7~8个月宝宝的感知培养/43

孩子的成长需要爸爸的参与/43

充分利用婴儿先天反射动作/44

怎样训练婴儿的听觉/45

音乐对婴儿有什么作用/46

给婴儿提供适度的视觉刺激/47

如何训练婴儿的触觉/48

怎样训练婴儿手的精细动作/50

婴儿眼与手的动作协调是何时开始的/51

婴儿什么时候能分辨色彩/52

孩子会识别大人的脸色吗/53

婴儿的俯卧和爬行/54

如何训练婴儿的坐和站立/56

婴儿何时能自己行走/57

婴儿的语言能力训练/58

训练婴儿理解语言的注意事项/59

1岁以内宝宝的音乐智能/61

婴儿智力发展的飞跃/62

早产儿的智力发育会受影响吗/64

新生儿的哪些疾病会影响智力/65

为什么有的孩子生下来就弱智/66

剖宫产婴儿的心理训练/66

婴儿的心理卫生/68

选择适宜孩子的玩具/69

为7~28天的宝宝选择可悬挂的玩具/70

为7~28天的宝宝选择音响玩具/71

让1~3个月的宝宝触摸和把握玩具/72

为4~6月龄宝宝选择音乐和娱乐玩具/72

为7~9月龄宝宝选择训练手指动作的玩具/73

让7~9月龄的宝宝寻找玩具/74

适宜训练10个月至1岁宝宝站立和行走的玩具/74

适宜10个月至1岁宝宝的形象玩具/75

适宜10个月至1岁宝宝的图片和照片玩具/76

适宜10个月至1岁宝宝的自制玩具/77

教宝宝倾听音乐/78

适宜1个月宝宝的游戏/78

适宜2个月宝宝的游戏/81

适宜3个月宝宝的游戏/84



适宜4个月宝宝的游戏/85
适宜5个月宝宝的游戏/86
适宜6个月宝宝的游戏/87
适宜7个月宝宝的游戏/88
适宜8个月宝宝的游戏/89

适宜9个月宝宝的游戏/90
适宜10个月宝宝的游戏/91
适宜11个月宝宝的游戏/92
适宜12个月宝宝的游戏/93

第三篇 幼儿心理呵护/95

儿童心理健康的标志/95
幼儿的心理卫生/96
测测宝宝心理健康指数/98
家庭环境与儿童的心理素质/99
儿童心理健康离不开母爱/101
如何与不同年龄的孩子谈话/102
什么是反应性倾听/103
职业妈妈如何与孩子沟通/104
隔代教育不利于孩子心理健康/105
幼儿自卑心理的形成及纠正/107
如何消除由分离而造成的宝宝哭闹/108
如何帮助宝宝克服过度恋母/109
如何对待宝宝的恐惧心理/110
解决宝宝恼怒和发脾气的正确办法/111
为什么说家教之本在于平等沟通/111
家长与孩子沟通要注意什么/112
如何才能更好地理解孩子/113

为什么给孩子极端的爱就等于伤害/114
溺爱与体谅的性质有何不同/115
如何满足幼儿的合理要求/116
如何正确对待幼儿的过失/117
如何正确运用奖励和惩罚/118
惩罚孩子要注意什么/119
应该怎样对待说谎的孩子/121
孩子为何越打越犟/122
对孩子过分挑剔有何不良后果/123
如何给孩子适度的期望/124
孩子只爱听“好话”怎么办/124
孩子有抵触情绪怎么办/126
孩子属哪种性格/127
如何接纳孩子的气质特点/128
注意培养孩子的自尊/130
培养孩子自我控制能力/131
如何让孩子笑口常开/133
如何教孩子学会爱自己/134
怎样教育孩子不自私/134





如何让孩子懂得输与赢/135

孩子有好奇心是件好事/136

当心孩子患上高楼孤独症/137

儿童的性心理问题/138

影响儿童性心理发育的因素/139

儿童性心理问题的矫正/141

第四篇 家庭环境与幼儿教育 / 143

幼儿家庭教育有何特点/143

什么是理想的家庭教育/144

家庭教育的危机何在/145

教育孩子父母应该怎样做/146

成功教育幼儿的三大原则是什么/148

家庭教育中有哪些类型/149

如何给孩子有效的正面教育/151

如何提高孩子积极的自我意象/152

如何采用暗示教育的方法/152

如何用非语言行为教育孩子/154

何时是教育孩子的恰当时机/156

如何抓住入学前的教育契机/157

怎样给幼儿树立榜样/157

怎样成为有威信的好家长/159

在孩子面前谈话要注意什么/160

怎样改变孩子喜欢命令别人的习惯/161

怎样阻止孩子做某件事/162

如何制止孩子的有害行为/164

如何让孩子树立正确的做事态度/165

如何正确对待孩子的恶作剧/166

为什么要带孩子走进大自然/167

孩子为何需要多体验失望/168

邻里关系对家庭教育有何影响/169

家长包办孩子做事有何弊端/170

第五篇 培养幼儿的行为习惯 / 171

为什么说幼儿期是培养良好行为习惯的关键时期/171

为什么不能忽视习惯培养/172

孩子良好行为习惯包括哪些内容/173

培养孩子良好行为习惯有何方法/174

如何培养孩子爱清洁、讲卫生的好习惯/176

如何培养孩子在公共场所的文明行为/177

如何培养孩子的勇敢精神/178



- 如何培养孩子的利他行为/179
- 如何培养孩子做事有条理/182
- 如何培养孩子做事有始有终/183
- 孩子做事毛躁怎么办/184
- 如何纠正儿童的独占行为/185
- 为什么不能放纵儿童的攻击性行为/185
- 如何纠正幼儿的残忍行为/186
- 如何帮助孩子发展自制力/187
- 如何培养孩子良好的做作业习惯/188

第六篇 塑造幼儿的健康人格 / 189

- 什么是情商教育/189
- 为什么不同性格的孩子要采取不同的教育方法/190
- 培养孩子同情心为什么不能忽视家庭教育的影响/191
- 学前儿童的自我意识是如何发展的/192
- 如何让孩子少一点自卑多一份自信/193
- 如何培养孩子的快乐性格/194
- 如何培养孩子健康的情感/195
- 如何培养孩子诚实的品格/197
- 如何培养孩子的责任心/198
- 如何培养孩子坚忍的性格/199
- 如何培养孩子的集体荣誉感/199
- 如何发展儿童的公正观念/200
- 培养孩子主动进取有何方法/202
- 怎样指导孩子经受意志锻炼/203
- 如何培养幼儿直接面对挫折的意志/204
- 挫折教育应注意什么问题/205
- 如何引导虚荣心过强的孩子/206

第七篇 训练幼儿的语言技巧 / 207

- 幼儿语言发育分为哪几个阶段/207
- 幼儿学习语言如何把握关键期/208
- 1岁的宝宝为语言的产生做了哪些准备/209
- 如何对1岁宝宝进行语言指导/210
- 多给幼儿接触语言的机会/212
- 怎样教孩子掌握完整的语句/213
- 为什么说良好的语言环境使孩子口才更好/214
- 为什么儿童语言发展迟缓需重视/216
- 关注发展与培养4~5岁孩子的语言文字智能/217



孩子什么时候可以学外语/218

如何运用游戏学习第二语言/219

如何制止孩子的粗鲁语言/220

第八篇 开发幼儿的智力潜能 / 221

什么是智力/221

幼儿智力发育特点/222

智商的标准/224

怎样看待儿童智商分数/225

启发和玩耍是儿童智育发展的重要手段/226

提倡早期教育和智力开发/227

如何开展婴幼儿早期教育/228

0~3岁儿童应有的智力标准/230

0~3岁孩子的简易智力测验法/231

3~6岁儿童应有的智力标准/233

入学前孩子的智力水平测试/234

高智商儿童的特点/235

智力超常的儿童有何突出表现/236

如何识别儿童早期智力低下/237

幼儿智力开发要适度/239

幼儿注意力的培养/240

幼儿记忆力的培养/242

幼儿想象力的培养/245

幼儿思维能力的培养/245

尊重孩子的智力方式/246

关注孩子的创造潜能/248

发展儿童创造力的家庭训练技巧/249

训练孩子的创造性思维/250

如何教育智力低下的儿童/251

智力和知识是一回事吗/252

成功与智商不成正比例/253

左撇子是否影响智力/253

如何开发孩子的右脑/254

怎样使孩子的大脑处于最佳状态/255

如何教孩子认数/256

如何巧用识字卡片教孩子/257

为什么早期识字要适可而止/258

怎样丰富孩子的词汇/259

为什么幼儿识字和写字不宜同步/260

怎样帮助孩子完成幼儿园老师布置的作业/261

环境污染使儿童智力减低/262

社会环境对幼儿智力发育的影响是怎样的/263

影响智力发展的家庭生活因素有哪些/264



第九篇 强化幼儿的生活技能训练 / 265

如何培养孩子的独立人格/265
怎样使你的孩子独立自主/266
如何培养孩子的自理能力/267
怎样培养孩子自我管理习惯/268
如何培养孩子拥有一双巧手/269

如何让孩子做力所能及的事/271
让孩子做家务劳动有何好处/272
学前儿童的劳动如何安排/273
如何培养孩子的金钱观/274

第十篇 培养幼儿的艺术素质 / 275

为什么艺术欣赏应从小开始训练/275
为什么说少儿学艺术贵在启蒙/276
家长如何培养孩子的艺术细胞/277
为什么兴趣广泛可使孩子快乐/278
如何培养孩子的审美能力/278
何时开始培养儿童的美感/279
孩子早些“涂鸦”有何好处/281
如何让孩子涂涂画画/282
如何为孩子选择兴趣班/283
孩子上兴趣班要注意什么/283
打算让孩子学画画的家长应注意什么/284

为什么说自主性绘画可培养儿童创造性思维/285
如何教孩子用树叶贴画/286
如何对2~3岁孩子进行音乐启蒙教育/287
什么样的歌曲适合孩子唱/288
如何教孩子欣赏古典音乐/289
怎样辅导孩子学乐器/290
如何培养孩子的舞蹈能力/290
怎样用形体动作表现节奏/291

第十一篇 培养幼儿的道德素质 / 293

你了解孩子的道德智商吗/293
1~2岁的孩子有没有道德行为和道德判断/294

学前儿童道德意识如何发展/295
幼儿的品德是如何形成的/296
家庭品德教育的内容有哪些/297



家庭品德教育的方法有哪些/299

如何强化诚实的火花/300

如何培养孩子的谦让品质/301

如何教孩子爱惜物品/302

如何教孩子遵守时间/303

孩子发生偷窃行为怎么办/304

怎样对待孩子的第一次不良行为/305

如何教育孩子不讲脏话/306

如何纠正孩子的自私行为/307

第十二篇 幼儿的社交能力与人际关系 / 309

如何培养孩子最初的交往能力/309

幼儿间如何交往/310

如何通过做客提高孩子交往能力/311

怎样帮助孩子学习社交技能/312

怎样培养孩子间的友谊/313

孩子不善交往的原因在哪里/314

孩子不会交朋友怎么办/315

如何培养孩子的适应能力/316

如何培养孩子的合作意识与能力/317

如何培养孩子的社会活动能力/319

如何培养孩子的团队精神/320

怎样鼓励孩子积极参与集体活动/321

如何教育孩子懂礼仪/323

如何培养让孩子懂礼貌/324

如何培养孩子关心他人/325

如何让孩子学会关爱/326

如何指导孩子尊敬老人/327

跟大孩子玩好不好/328

孩子受到惊吓怎么办/329

第十三篇 寓教于乐的幼儿游戏 / 331

一、幼儿在游戏中快乐成长/331

游戏在儿童成长中的作用/331

为孩子创造玩的机会/333

让孩子玩得过瘾/334

在游戏中增长知识/335

用玩具做孩子的第一本教科书/336

用图片游戏训练孩子的表达能力/337

通过游戏提高儿童语言能力/338

通过游戏提高儿童想象力/339

在游戏中培养孩子的合作精神/341

在家中为孩子布置游戏环境/342



为孩子选择合适的游戏/343
为孩子选择好玩具/345
不同年龄的孩子宜选择不同的玩具/346
爸爸妈妈宜参与孩子的游戏/346
保护孩子在游戏中萌发的想象力/348
忌剥夺孩子游戏的自主权/349
在游戏中教孩子唱歌/350
在游戏中观察孩子/351
与孩子玩联想游戏/352
与孩子玩益智游戏/353
幼儿益智宜玩拼图游戏/356
通过游戏让孩子识数/357
锻炼孩子的手指宜做的游戏/359
教孩子玩球类游戏/361
用游戏治疗儿童攻击行为/362
孩子爱看动画片的宜与忌/364
忌爱玩危险游戏/366
忌不爱护游戏材料/367
忌只爱玩一种游戏/368
春季宜带孩子外出游玩/369
游戏中忌缺乏灵活性/370
游戏中忌缺乏耐心和不遵守游戏规则/371
孩子看电视家长宜正确引导/372
正确对待儿童的性游戏/374

二、1~2岁幼儿的游戏玩乐/375

和1~2岁孩子做游戏/375
适宜13~14个月孩子的游戏/376
适宜15~16个月孩子的游戏/377
适宜17~18个月孩子的游戏/378
适宜19~20个月孩子的游戏/379
适宜21~22个月孩子的游戏/380
适宜23~24个月孩子的游戏/381
适宜1.5~2岁孩子的音乐和娱乐玩具/382
适宜1.5~2岁孩子的图片和画册/383
适宜1.5~2岁孩子的玩水游戏/384
和孩子玩“神奇口袋”游戏/385

三、2~3岁幼儿的游戏玩乐/386

适宜25~26个月孩子的游戏/386
适宜27~28个月孩子的游戏/387
适宜29~30个月孩子的游戏/388
适宜31~32个月孩子的游戏/388
适宜33~34个月孩子的游戏/390
适宜35~36个月孩子的游戏/391
适宜2~2.5岁孩子的玩具/392
适宜2~2.5岁孩子的玩球游戏/393
适宜2~2.5岁孩子的投掷玩具/395
适宜2~2.5岁孩子的户外玩具/395
适宜2~2.5岁孩子的套叠玩具/396





适宜 2~2.5 岁孩子的结构玩具/397

适宜 2~2.5 岁孩子学骑的小三轮
车/398

适宜 2.5~3 岁孩子的形象玩具/399

适宜 2.5~3 岁孩子的图片和画
册/400

适宜 2.5~3 岁孩子的乐器玩具/402

适宜 2.5~3 岁孩子的娱乐玩具/402

适宜 2~3 岁孩子的听力游戏/403

适宜 2~3 岁孩子的过河游戏/403

适宜 2~3 岁孩子的骰子游戏/404

适宜 2~3 岁孩子的认字游戏/405

适宜 2~3 岁孩子的说反义词游
戏/405

四、3 岁以上孩子的游戏玩乐/406

适宜学前儿童的游戏特点/406

适宜 3 岁孩子的游戏/407

适宜 3 岁儿童的玩具/409

适宜 3 岁儿童的配对游戏/410

适宜 3 岁儿童的“过家家”游戏/411

适宜 3 岁儿童的找朋友游戏/412

适宜 3 岁儿童的动物玩具/413

适宜 3 岁儿童的交通玩具/414

适宜 3 岁儿童的捏泥游戏/415

适宜 3 岁儿童的智力玩具/416

适宜 3 岁儿童的拼图游戏/417

适宜 3 岁儿童的贴五官游戏/418

适宜 3 岁儿童的手指游戏/419

适宜 4 岁儿童的游戏/420

适宜 4 岁儿童的玩具/422

适宜 4 岁儿童的玩具娃娃/423

适宜 4 岁儿童的动物玩具/424

适宜 4 岁儿童的交通玩具/425

适宜 4 岁儿童的“看病”游戏/427

适宜 4 岁儿童的积木游戏/427

适宜 4 岁儿童的玩水游戏/428

适宜 4 岁儿童的棋类游戏/429

适宜 4 岁以上儿童的“对拍手”游
戏/430

适宜 4 岁儿童的小木偶游戏/430

适宜 4 岁孩子的画画游戏/431

适宜 4~6 岁孩子的表演游戏/432

适宜 4~6 岁儿童的丰收乐游戏/433

适宜 5 岁儿童的游戏/434

适宜 5 岁儿童的玩具/436

适宜 5 岁儿童的趣味智力玩具/436

适宜 5 岁儿童学与玩的乐器/437

适宜 6 岁儿童的游戏/438

适宜 6 岁儿童的玩具/440

为 6 岁儿童自制玩具/441

适宜儿童玩的足球游戏/441

适宜 4~6 岁儿童玩的纸球投篮/442

让孩子多玩带有结构性的动手游
戏/443



第一篇

亲子教育始于胎教



胎教是怎么回事

胎教是指利用一定的方法对胎儿进行教育,有狭义与广义之分。狭义的胎教是指对胎儿施行超早期教育,现代研究发现,胎儿在子宫内已有听觉、视觉和触觉,能感知外界环境传入子宫内的种种信息,并有一定的记忆力,因而可对胎儿施行超早期教育。广义的胎教还包括孕妇的心理卫生、内外环境乃至衣食住行,要避免一切不良刺激对胎儿的影响,并创造良好条件使胎儿健康生长。

我国是胎教学说的发源地。古人早已强调,妇女妊娠时应平静形体和心态,不出恶言,不听淫声,不视邪色,避免七情等刺激,以保胎儿先天禀赋的充实,以利胎儿身心健康的发展。

胎儿每时每刻都依靠胎盘从母亲血液中获得营养和氧气,母亲血液里的激素和其他化学物质成分的变化也势必影响胎儿的生理活动。一般说来,在胎儿神经系统的发育过程中,感觉神经,特别是前庭神经发育较早,这是因为胎儿在子宫内经常受到体位改变的刺激





所致。胎儿听到母亲的声音会产生安全感,处于祥和安稳状态。胎儿在 24 周以后对子宫血管的血流声、肠管的咕噜声、外界的嘈杂声、猛烈的关门声都会做出反应,表现为胎动增加。胎儿甚至可以听到成年人所听不到的极高和极低频率的声音,低频可抑制胎儿活动,高频可增加胎儿活动。32 周时,子宫收缩或受到外界压迫时,胎儿则会猛踢子宫壁进行有力的抵抗,并能够正确地知觉母亲的高兴、激动、不安和悲伤,同时迅速作出不同的反应。人们发现,把婴孩抱在左侧胸前,使之贴近母亲心脏部位,最容易使他安静。其解释就是孩子在未出生前已经听惯了母亲心跳的声音、节律,这种声音带来了温暖、安宁和爱。有人甚至将孩子母亲的心音录成唱片给孩子听,看来这是非常聪明的办法。当然,优美、和谐、轻柔的音乐,也会使这位隐藏在母亲肚子里的欣赏者感到十分愉快。

胎教是通过外界环境、母亲的精神情绪等对胎儿生长发育产生影响,或者说是企图通过这些因素促进胎儿体智的良好发育。人们处在恐惧、愤怒、烦躁、悲哀等情绪之下,身体的机能,包括各种激素的分泌都有很大变化。这些变化有很大一部分体现为血液中所含的化学物质、激素通过母体的血液来影响胎儿,大量分泌的肾上腺皮质激素可明显阻碍胚胎的分化与发育,因而有可能引起唇裂、腭裂等畸形。孕妇有悲哀、恐惧、愤怒、不安等精神方面的压力,会引起体内循环、消化系统的功能改变,降低对营养物质的吸收。母亲的健康受到损害,胎儿的营养及发育也会受到影响,甚至可导致胎儿流产和早产。母亲血管功能失调可能导致子宫出血、胎盘早期剥离等,从而影响胎儿生长,以致胎儿死亡。有人发现,孕妇情绪不佳时,胎动的频率和强度以及持续的时间都会增加和延长,说明胎儿窘迫不安。现代科学的发展,证明在妇女妊娠期间对胎儿反复实施良性刺激,可以促进胎儿大脑的良好发育。

孕妇不妨做一份胎教日记,把自己的心理状态、起居饮食、天气变化以及休息、娱乐等一一记上,还有胎动开始日期、胎动次数、胎教内容及胎儿反应也要记上,以备检查和科学安排胎教内容。



胎教源于爱

首先,受孕的那一刻正是男女感情达到高峰的一个瞬间。我国传统医学认为,男女交合时,必须心情良好,才能为孕育优生儿打下良好的基础。《景岳全书》指出,“男女交合应在时和气爽,情思清宁,精神闲裕”下进行,这样“得子非唯少疾,且聪慧贤明”。因此,准备怀孕的夫妻在选择好了最佳受孕的日子里,尽量培育夫妻间浓浓的爱意,制造温馨的氛围,培养甜蜜的感觉,为孕育一个健康优秀的宝宝打下基础。



其次,在妻子怀孕期间夫妻间和美浓密的爱意,能为胎儿成长提供一个优良教育的环境。研究表明,结婚后妻子对丈夫的依赖性较强,特别是在妻子怀孕之后,对丈夫的依赖表现得更为强烈,情绪也更为不稳,这种心理和情绪上的焦躁很正常。这时,丈夫如果能在这种特殊的日子给予妻子更多的关爱和体贴,就为家庭和睦奠定了基础,从而也为胎教创造了和美温馨的环境。正是从这个意义上说,只有爱才能实现最高层次的胎教。

再则,父母实施胎教时必须充满着爱心。母亲只有用充满爱的心灵去哺育胎儿,才能时刻关注胎儿的成长,并积极把爱付诸于行动,与胎儿进行积极的交流和沟通。同时,在这样一个充满爱心的孕育过程中,母亲才能深切感受到胎儿的点滴变化,体验到从未有过的母爱,情感逐步得到升华,并能缓解和转移烦躁与不安情绪,从而产生出一种对胎儿健康成长极为重要的母子亲情。正是这种感情,给意识萌芽中