



中国优生科学协会倡导读物
中国优生科学协会是国家最高级别学术团体



杨梦庚 陶红亮◎主编

吉林科学技术出版社

★ 生一个健康宝宝 ★
跟丈夫

一起做胎教

胎教是早期教育的起点，合理的胎教有助于开发孩子的情商和智商
增强对外部世界的感知以及适应能力，从而实现真正的健康、聪慧

本书提倡准爸爸积极参与到胎教过程中来
特别是那些常常因为忙于工作忽略了妻子和胎儿的丈夫
更要意识到自己在胎教过程中不可替代的地位

生一个健康宝宝

跟丈夫

一起做胎教



杨梦庚 陶红亮 ◎主编

吉林科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

跟丈夫一起做胎教 / 杨梦庚, 陶红亮主编. — 长春: 吉林科学技术出版社, 2008. 9
ISBN 978-7-5384-3967-0

I. 跟… II. ①杨…②陶… III. 胎教 - 基本知识
IV. G61

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第 137248 号

跟丈夫一起做胎教

主 编 杨梦庚 陶红亮

编 委 薛英祥 郝言言 薛翠萍 赵 艳 隋珂珂
王 宇 宋 送 苏文涛 陈 振 张 黎

责任编辑 解春谊

封面设计 一行设计 于 通

插图设计 于 通 王 舒 王廷华 苏秀英 邹吉晨
林 敏 刘亚超 李壮壮 王 平 梁 晶

出版发行 吉林科学技术出版社

印 刷 长春新华印刷有限公司

版 次 2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷

规 格 720mm×990mm

印 张 12

字 数 200千字

定 价 19.90元

书 号 ISBN 978-7-5384-3967-0

社 址 长春市人民大街4646号

邮 编 130021

传 真 0431-85635185

发行部电话 0431-85677817 85635177 85651759 85651628

编辑部电话 0431-85635186

储运部电话 0431-84612872

网 址 <http://www.jlstp.com>

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题, 可寄本社调换

胎教是早期教育的起点，在孩子的整个人生教育阶段起着举足轻重的作用。科学合理的胎教有助于开发孩子的情商和智商，增强对外部世界的感知以及适应能力，从而实现真正的健康、聪慧。胎教是一个循序渐进并持之以恒的发展过程，需要准爸爸和准妈妈的共同参与才能卓有成效。特别是那些常常因为忙于工作忽略了妻子和胎儿的丈夫，更要意识到自己在胎教过程中不可替代的地位，用更多爱心照顾好妻子的日常生活，用充满磁性嗓音的胎谈向宝宝表达爱与期待，用男人厚实的臂膀承担起关于家庭的责任。

本书是为准妈妈和准爸爸共同阅读度身打造的，旨在帮助所有即将为人父母者在孩子诞生前做好相关身体、精神等方面的准备，并适当开发孩子的智商和情商，为宝宝出生后的早期教育打下基础。这里特别提倡准爸爸积极参与到胎教过程中来，通过调节妻子的情绪，过愉悦的性生活，积极为孕妇补充各种营养物质，帮助准妈妈做好分娩前的准备等，实现家庭关系的和谐发展。夫妻之间、夫妻与胎儿之间恰到好处的沟通是非常重要的，我们必须意识到彼此的存在，从而制定出适合所有家庭成员发展的目标，进而将心连在一起，努力向既定目标迈进。

希望准妈妈阅读过这本书后，能将自己怀孕过程中的各方面需求如实告诉丈夫，而准爸爸除了要对妻子腹中的胎儿表现出更多关爱外，还要给准妈妈多些理解和支持。对女人而言，怀孕生子是人生中的一件大事，特别是预产期临近的时刻，内心往往充斥着紧张、激动、恐慌、期盼、焦虑、欣喜等各种情绪，此时妻子最需要丈夫陪在身边，但如果丈夫表现得茫然不知所措的话，就会给妻子的内心增加更多负担。因此，我们提倡丈夫参与到胎教过程中，通过和妻子一起了解女性怀孕方面的相关知识，做好小生命到来之前的所有准备，从而让夫妻双方无忧无虑的环境中尽情享受孩子带来的喜悦。

part 1

和丈夫一同经营胎教

★告诉你一个真实的胎教 12

- 12 为了孩子的未来，教育必须从胎教开始
- 13 重视胎教是人类历史的传承

★孩子需要和父母一起“玩耍” 15

- 15 父亲是家庭生活的支撑力量
- 15 父母在孩子的孕育成长过程中扮演着不同的角色

★丈夫用“疑心病”对妻儿全程监控 17

- 17 胎儿的触觉形成周期
- 17 胎儿的味觉、嗅觉形成周期
- 18 胎儿的听觉形成周期
- 18 胎儿的视觉形成周期
- 18 胎儿脑部的发育
- 19 身材变臃肿，帮助妻子克服怀孕期间的自卑心理
- 20 食欲增强，当心患上高血压、糖尿病
- 20 睡眠不好，情绪就会很糟糕

★胎教与优质性生活相辅相成 21

- 21 关心妻子的感受，过适合夫妻双方的性生活
- 22 精心照料妻子的高潮体验
- 23 用心掌握一些关于胎儿的知识

★妻子恶心呕吐丈夫不要茫然无助 24

★注意调节妻子的紧张心理...27

- 27 只有重视才会紧张
- 28 了解孕妇紧张的焦点
- 29 怀孕期间过度放松或者过度紧张的危害
- 29 妻子的紧张情绪需要在丈夫的帮助下调节
- 30 掌握一些缓解紧张情绪的小技巧

★协助妻子做好胎儿监护 31

- 31 妻子怀孕1个月
- 32 妻子怀孕2个月
- 32 妻子怀孕3个月
- 32 妻子怀孕4个月
- 32 妻子怀孕5个月
- 33 妻子怀孕6个月
- 33 妻子怀孕7个月
- 33 妻子怀孕8个月
- 34 妻子怀孕9个月
- 34 妻子怀孕10个月



★丈夫与胎儿建立亲密关系35

- 35 呼唤胎儿乳名建立起对父母的最初记忆
- 36 向孩子传递爱的信息
- 37 让胎儿感受到来自于爸爸的触感刺激

★应让丈夫有参与感38

- 38 将“不用了”转变成“我需要”
- 39 经营胎教是妻子和丈夫共同的责任
- 40 甜蜜的赞美会让彼此信心大增

part 2

胎教须知，告诉丈夫这些很重要

★做父亲的最佳年龄42

- 42 男人30正当年
- 43 丈夫比妻子大6岁左右为宜
- 44 50岁以后的男人要慎重生育

★如何选择怀孕的最佳季节 ... 45

★孕前宜进行遗传病咨询48

- 48 人体的各个系统几乎都有遗传性疾病倾向

- 49 预防遗传病从调节饮食开始

- 49 坚决杜绝近亲结婚

★规律生活创造良好生育环境 50

★帮助妻子摆脱失眠的困扰 ...52

- 52 孕妇失眠的原因
- 53 帮助妻子摆脱失眠的方法

★计划受孕是优生的基础55

- 55 从现实出发衡量夫妻双方经济条件
- 56 关于排卵日的计算
- 57 女性早上和下午5点左右容易受孕

★要优生，必须养精与补精58

- 58 烟酒是养精之大忌
- 59 节欲一天最容易受孕
- 59 规律的生活习惯是旺盛精力的必要条件
- 60 男人进补须慎重

★父亲的精子决定着婴儿的性别 60



part 3

怀孕期间享受性福

★照顾彼此感受，多多沟通是关键..... 64

- 64 孕妇压抑性欲对胎儿没好处
- 65 沟通要选对时机
- 66 共同学习性生活知识有助于增进和谐

★爱的情趣一定要有..... 67

- 67 营造浪漫氛围是培养“性”趣的第一步
- 68 来自于纪念日的特别记忆
- 68 男女皆为悦己者容

★用心对待怀孕期间的性冷淡..... 69

- 69 特别的时期丈夫要给予妻子充分的理解
- 70 丈夫要善于“诱惑”怀孕期间的妻子

★丈夫需要懂些色彩心理学...72

- 72 可爱且充满诱惑的粉色
- 72 橙色，充满温暖和希望的颜色

- 73 让心灵回归到蓝色的平静与淡然
- 73 米黄色，唤醒妻子的母爱
- 73 神秘的紫色，神秘的诱惑
- 74 热情似火的红色
- 74 黑色的权威与高贵

★了解基因革命，生出优质宝宝..... 75

part 4

胎教方案，现代胎教的科学方法

★丈夫的甜言蜜语远胜过妻子..78

- 78 忙碌只是借口，最初的胎谈只需3分钟
- 79 避免让孩子听到噪声
- 79 爱是胎谈的主要内容
- 80 胎谈是父亲讨孩子欢心的法宝
- 80 边和胎儿说话边对妻子进行腹部按摩最有效

★妻子的微笑是来自于心灵深处的力量..... 81

- 81 是微笑，不是假笑，也不是哈哈大笑
- 82 给妻子精神上的支持可以让她始终微笑

★语言胎教怎样与日常生活相渗透..... 83

- 83 准爸爸每天都要坚持胎教
- 83 胎教从自我介绍开始
- 84 胎教内容的连贯性
- 84 重视胎儿的学习能力

★胎儿的饮食倾向与母亲有关..... 87

★准妈妈要有良好的饮食习惯..... 88

- 88 良好的饮食习惯与胎儿大脑发育的关系
- 89 妻子怀孕过程中的最佳饮食习惯
- 90 质量是孕期膳食的根本

★丈夫在情绪胎教中的责任... 92

★没有什么比全家人在一起更温馨..... 95

- 95 胎儿需要爸爸妈妈的共同陪护
- 96 孕妇需要丈夫的精心呵护
- 97 丈夫需要和妻儿在一起

★在丈夫的帮助下学会放松... 97

- 98 学习放松从呼吸开始
- 98 配合冥想非常有效
- 99 放松时的注意事项

★丈夫的爱意抚摩有利于胎儿发育..... 100

part 5

影响胎儿的环境胎教

★宁静是最好的胎教..... 104

★清洁的空间，任何时候都宝贵..... 106

- 106 房间大扫除每周都要进行
- 107 不能让孕妇的生活环境留存任何死角
- 109 夏季要特别注意防蚊虫
- 109 清扫房间慎用消毒液

★准妈妈需要新鲜的空气... 110

- 110 如何才能吸收到更多负离子
- 111 走出新鲜空气的误区
- 112 远离那些来自于污染的危害
- 113 植物是最好的空气净化器

★准妈妈更需要温暖的阳光..... 113

- 114 清晨和傍晚的阳光最舒适
- 114 孕妇千万不要在正午接受曝晒
- 115 每天至少晒30分钟左右的太阳
- 115 冬天晒太阳对健康有帮助

★挤压腹部的服装会影响胎儿发育..... 116

- 116 过于紧绷的衣服不利于胎儿发育
- 117 孕妇装最好选择纯棉面料
- 118 准妈妈请暂时忘记那些塑型内衣

★不自然的振动会影响胎儿... 119

★孕妇一定要远离电磁波... 120

- 121 准妈妈应该远离的电磁波源
- 123 灰尘是电磁辐射的载体
- 123 仙人掌等植物可以削弱电磁辐射

★冷热不均对胎儿有影响... 124

★丈夫打鼾会影响胎儿发育... 125

★母亲的熟睡有助于胎儿发育..... 127

part 6

为宝宝提供最佳的 饮食营养保障

★母亲三餐的营养对胎儿发育极为重要..... 130

- 130 早餐是孕妇全天营养物质的基础
- 131 孕妇午餐既要重质又要重量

- 132 晚餐不要吃太多，避免肠胃负担
- 132 孕妇身边常备零食
- 133 宵夜适量吃，宜清淡

★孕妇的合理营养组合..... 134

- 134 酸碱搭配均衡
- 135 粗细搭配均衡
- 136 主副搭配均衡
- 136 荤素搭配均衡
- 137 孕妇要多吃蔬菜和水果

★促进胎儿大脑发育的食物... 138

- 138 健脑食品首选——豆制品
- 138 坚果可以让宝宝更聪慧
- 139 鱼肉是大脑发育的催化剂
- 140 谷物、麦类食品的神奇健脑功效

★谨防巨大儿和低体重儿出生的对策..... 140

- 141 营养均衡是预防巨大儿和低体重儿的主要对策
- 141 孕妇一定要远离那些垃圾食品
- 141 散步以及做适当的运动从而增强孕妇体质
- 142 准妈妈尽可能保持身心愉悦



早餐



★ 维生素——生命中不可缺少的营养素 142

★ 孕妇需要摄入的矿物质 ... 144

★ 准妈妈不宜多吃的水果和蔬菜 146

146 准妈妈不宜多吃菠菜

146 准妈妈不要多吃桂圆

★ 孕妇忌吃的肉类 147

147 准妈妈不要吃螃蟹

147 孕妇不要吃田鸡

147 准妈妈最好不要吃动物肝脏

148 孕妇吃鸡蛋要适量

148 准妈妈要远离罐头食品

part 7

推动智商、情商加速跑

★ 孕育神童从未孕开始 150

★ IQ与EQ的先天后天之争 ... 153

153 提高胎儿智商从胎教开始

154 孩子的情商与妈妈的情绪存在很大关系

155 注重先天遗传与后天培养相结合

★ 我们想生出活泼热情的宝宝的 155

156 活泼热情的人更容易成功

156 母亲的快乐就是宝宝的快乐

157 父亲的声音可以让宝宝很活泼

157 愉悦的性生活也有利于孩子变得活泼热情

★ 父母的修养对孩子的影响大 158

158 教育好孩子要从提高父母素质做起

159 善良的天性始终是人们的最高美德

160 父母应养成良好的生活习惯

160 努力加强自身的文化修养

161 积极提升自己的艺术鉴赏力

★ 求知欲从妈妈开始培养 ... 162

162 孕妇读书有助于胎儿的脑部发育

163 电视最好多看科普节目

163 学习音乐和绘画让孕妇变得更高雅

164 用心写下满是关爱的怀孕日记

★ 尝试那些让人愉悦的DIY ... 164

★ 准妈妈怀孕期间慎用药 ... 168



part 8

让我们彼此珍惜 感动瞬间

★ 1+1永远有大于2的力量 ... 172

- 173 妻子要善于和丈夫合作
- 174 丈夫要善于对妻子进行心理疏导
- 175 夫妻共同努力为胎儿创造最佳成长环境

★ 那些关于胎梦的解析 176

★ 警惕！母亲的抑郁症 178

- 179 抑郁是来自于身体的危险信号
- 179 焦虑是产前抑郁的首要表现
- 180 孕妇抑郁的主要原因
- 181 预防和缓解抑郁症从行动开始

★ 积极应对分娩时的阵痛 ... 182

- 182 消除那些来自于“假阵痛”的困扰
- 182 孕妇临近分娩时尽量保持镇定
- 183 丈夫陪产可以缓解分娩阵痛
- 183 产妇注意呼吸的有效调节
- 183 分娩时要不要喊出来

★ 选择剖宫产时的注意事项 184

★ 如何上好胎教最后一课 ... 187

- 187 只有坚持才会有成效
- 188 做好孕妇分娩前的准备工作
- 189 这一刻我们合影留念

★ 面对宝宝的胎动我们该作何反应 189

★ 迎接新生命的到来，你准备好了吗 190

- 191 毫不犹豫地选择母乳喂养
- 191 改变家居位置，保证孩子绝对安全
- 192 婴儿服舒适很重要
- 192 照料婴儿需要提前学习





Part 1

和丈夫一同 经营胎教

1

和丈夫一同经营胎教

胎教绝对不是准妈妈一个人的事，它是夫妻双方共同参与的过程。在这个过程中，丈夫既扮演着保护者的角色，又扮演着监督者的角色，甚至还有心理共鸣的角色。在对妻子和胎儿各方面情况与时俱进、了如指掌的同时，还要能够通过一定的方法和技巧让这一切演变得更好。任何时候丈夫都必须意识到自己无可替代的重要作用，并且积极承担起相应的职责。

No.1 告诉你一个真实的胎教

我国古代就大力提倡胎教。古人认为，母体中的胎儿能够感受到母亲情绪上的喜怒哀乐，并且接受其言行的影响。比如在一些古书中就有对女人怀孕期间相关要求的记载，指出孕妇必须要谨慎遵守各方面的礼仪，无论何时何地，都必须保持优雅的仪态，不能因为身体情况特殊，就不拘小节，这样母亲才能够给胎儿以积极的影响，促进孩子的成长发育。特别是在古代的皇室贵族中，越是出身高贵的女人就越是要注意自己在怀孕方面的言行举止。

为了孩子的未来，教育必须从胎教开始

什么是胎教？被问及这个问题时，很多人会有一些大致的概念，知道是现代教育的一部分，可就传统意义上的教育而言，孩子都还没有出生，父母又究竟能做些什么努力呢？也有人朦朦胧胧地意识到胎教过程中准爸爸和准妈妈都应非常重视胎儿，认为这是理所应当的，因为宝宝本身就是全家人的希望。可究竟该如何重视，怎样做才能够让孩子感受到父母对他的重视，人们头脑中的概念还是会显得混乱且没有头绪。

时下的一些孕妇杂志对胎教这件事常常多有涉及，可由于刊物的版面以及整体风格所限，还是难以让准爸爸和准妈妈从整体上把握胎教。并且很长一段时间，人们甚至错误地把胎教和整个早期教育阶段相混淆，认为胎教是在孩子出生后才要进行的事情。但现代医学研究发现，从精子和卵子相遇形成受精卵，到细胞的进一步分化形成胚胎，再继续发育成胎儿，这其中的任何一段时期都显得非常敏感，特别是母亲怀胎4个月左右，腹部微微隆起的时候，胎儿总是试图通过一切途径，感知外部世界传递给他的刺激。

如果此时父母传递给孩子的是爱意，是知识，是对生活积极乐观的情绪，那么孩子也会有相同的感受，这完全能够影响到孩子的智力发育。因此只要父母用心于胎教，尽可能为孩子做得更多更好，那么应该说，胎教是绝对能够对孩子起到良性影响的。这一点已被临床医学实验所证实，与没有进行过胎教的孩子相比，从母亲计划受孕就开始实施胎教，这样出生的孩子对周围环境具有更强的适应能力，思维敏捷、反应较快。

重视胎教是人类历史的传承

其实，人类在很久以前就已经意识到了胎教的重要性，并且随着人类历史以及医学的发展，胎教的理念以及方法也得以代代传承。时至今日，胎教已经成为了一门理论与实践密切结合的系统科学，胎教的重要性也越来越为更多家庭所接受，诸如孕妇装、孕妇杂志以及胎教用品等，甚至跻身时尚的行列，一度形成新的消费热点。



现代胎教是人类以往孕育后代的实践经验和现代医学发展的结晶，它将前人的经验去粗取精，去伪存真，通过科学的理论对人们的经验进行考证，从而形成真正的智慧。我国在胎教方面的研究也是非常突出的，诸如几年前，在日本举办的一个关于人类生养后代研究的学术活动上，来自我国的医师就提出了关于胎教的中国历史考证。这份报告上说，在我国云南省出土的一块墓碑上，就记载有女性怀孕时的注意事项及对于孩子出生后的期望。虽然这是数千年前的文字资料，却非常详细地涉及到了胎教的一

些知识，特别是对怀孕的注意事项描述得非常详细。研究人员通过与现代医学资料对照，发现差别甚微。

此外，墓碑上诸如一些胎儿器官分化方面的描述几乎与现代医学研究完全相同，专家学者在惊讶之余也意识到早在我国古代，人们对胎教就已经有了一定程度的认识，特别是在胎儿发育以及母体的变化情况方面，虽然没有今天精密的仪器以及数据资料作为参照，但长期细致入微的观察也让人们对怀孕分娩积累了不少的经验，并希望通过自己的观察总结出一定的规律，进而保证孕妇和胎儿的平安。虽然由于社会生产力所致，古人的很多意识具有某种程度的局限性，关于胎教的部分资料有一些相对迷信的地方，但我们仍可以从中对人类智慧的积淀和传承可见一斑。如果没有这些早期的观察和猜测作为基础，那么今天的人们也就不会对胎教这件事有更多把握。归根结底，这一切的最终目的都是期望生下健康聪慧的婴儿。孩子就是父母永远的希望，应该说无论何时何地，这都是全人类共同的愿望。

日本的很多风俗习惯和我国存在极大的相似性，他们历史上的较长时间都以中医为传统，后来随着学习西方思想的影响，1850年后，日本开始相信西方医学，并逐渐形成西医为主的医学格局。由于当时西方医学的研究水平有限，所以日本民间很多关于胎教的说法都被认为是迷信，只是随着后来的不断发展，人们才意识到，传统经验中的部分内容还是非常值得借鉴的，特别是胎教内容中关于胎儿与母亲有联系的观点，以及孕妇在怀孕期间需要谨慎言行等，都成为了后来人们关注胎教研究的焦点。

小贴士

普天下的父母都希望自己的宝宝聪明、健康、漂亮、善良、活泼、热情。特别是在社会飞速发展的今天，竞争日益激烈，父母则更希望自己的孩子能够智力超群，拥有与众不同的才能，以便长大成人后在自己的人生中始终立于不败之地。而人才的培养不是短时间内就能完成的，它是一个漫长的过程，特别是对于子孙后代的教育必须从胎儿做起。胎儿具有惊人的学习和感知外部世界的能力，如何通过胎教开发胎儿的这一能力，愈来愈引起人们的广泛关注。

No.2 孩子需要和父母一起“玩耍”

法国启蒙运动思想家伏尔泰曾经说过：“对于亚当而言，天堂是他的家，然而对于亚当的后裔而言，家是他们的天堂。”每个人来到这个世界，第一时间面对的人就是他的父母，第一个接触的概念就是“家”，世界上最好的胎教不是那些五花八门的技术手段，而是在第一时间把父母完整的爱传递给自己的孩子，让尚在母亲腹中的胎儿感受到“家”的温馨。

父亲是家庭生活的支撑力量

纵观人类社会的发展历程，从过去到现在，由于男性生理上的力量性特征所致，父亲始终是每个家庭的支撑力量。有人把父亲比作家庭的顶梁柱，有人把父亲比作妻子和儿女的依靠，总之，没有谁能取代父亲在一个家庭中的地位，特别是女人孕育分娩以及孩子出生这一生命历程的重大时刻，对于辛苦怀孕的妻子来说，还有什么能比得上有一个深爱着自己的男人陪在身边来得安稳、踏实？

从远古时期的生殖崇拜，到现代科学化、系统化的胎教理念，人们无时无刻都在关注着孩子的出生，因为他是生命得以继承和延续的根本，是人类以及社会的希望。与此同时，我们也意识到了初为人母的不易，女人从怀孕到分娩所经历的辛苦是男人们终其一生难以体会的，但作为爱情路上的忠诚伴侣，男人们却可以通过自己的力量来帮助妻子度过这一段人生最辛苦，但也是最难忘、最甜蜜的岁月。与以往任何时期相比，关怀、爱抚以及贴心的夫妻生活，在此时更能给人的心灵带来无限愉悦，而母亲腹中的胎儿是能够感受到这一切的，它能感受到爸爸对妈妈、对自己的爱，同时也能感受到这个家庭的和谐和温暖。

父母在孩子的孕育成长过程中扮演着不同的角色

父母从宝宝孕育之初就开始努力寻找着自己的角色，不过慈父严母或者严父慈母在此时定位都显得为时过早，更多的时候，父亲所体现的是专

业护理人员的角色，而母亲的任務則是安心懷孕、安心分娩。

有些家庭因為丈夫要賺錢養家，常常會為妻子請一位職業護理人員，或者把照顧妻子和胎兒的任務委託給自己的母親或者岳母，以為那樣會更加專業和安全。殊不知胎兒孕育過程中，父親角色的缺失或者弱化，對於孩子的發育和成長是極其不利的，甚至會對小生命來到這個世界後的人生造成影響。因為媽媽與胎兒是心體相連的，懷孕的辛苦以及體型的巨大變化，常常會讓准妈妈感到煩躁不安，甚至喜歡無端猜疑，而此時如果老公不在身邊就會讓她顯得更加無助，壞脾氣也便如洪水猛獸般爆发了。

這一切，胎兒是都可以感受到的，媽媽心裡覺得難受，寶寶也會跟着不舒服，而如此脆弱的生命又怎能承受傷痛帶來的影響？特別是對胎兒心、腦的影響尤其嚴重，很有可能就會让小生命面臨夭折的威脅。因此說，只有懷孕中的母親心情舒暢，腹中的胎兒才會健康成長，而准爸爸所扮演的角色是絕對不可或缺的。

美國霍普金森大學的心理學家曾經組織科研人員，通過超聲波對尚在母親腹中的胎兒進行研究，發現在孕婦妊娠32周時，腹中胎兒的行為便幾乎與新生兒沒什麼兩樣了，各方面的感知隨着妊娠周期的不斷推進而逐步完善。如果在這個過程中，胎兒由於母親的委屈而也引發傷感，那麼孩子出生後性格上也往往會有一定的缺陷，而在母親懷孕過程中有貼心父愛陪伴的胎兒，出生後則比較自信和樂觀。

小贴士

心理學上將“家庭”的概念界定為具有穩定情感聯繫的人們的共同體，在中國普遍表現為三口或者五口之家，多數靠血緣維系，家庭成員之間通過彼此鼓勵、彼此支持實現整個家族的壯大和發展。讓胎兒從孕育之初就感受到家庭的和諧與完整，對培養其對家庭的熱愛以及承擔相應的責任有極大的幫助，同時這也是胎兒孕育成長的本質需要。而其中，父親的力量起到了關鍵性的主導作用，往往以榜樣和秩序的維護者的形象出現：在准妈妈懷孕期間的主要責任就是照顧、關心以及保護好自己的妻兒。