

零歲百科

給孩子第一個完美的365天



215756

零歲百科

定價 140元

RISING-1990年元月

1990年元月 第二版發行

主編：黃墩嚴

文編部：范淑璟、黃秀涼、周淑霞
于蘇英、黃蕙菱、盧春旭

美編部：簡秀美、閻啓慧、關西琳

攝影組：蕭宗熙

翻譯部：葉德芬

發行所：瑞昇文化圖書事業有限公司（局版台業字第3343號）

地址：台北市長順街107巷12號 發行人：黃墩岩

電話：3021707・3022027 FAX：3069547

製版：興旺彩色電子分色

印刷：皇甫彩藝印刷有限公司

◎1990 PRINTED

215756

G61
~

零歲百科

基礎



給孩子第一個完美的365天



10300452



STC 128

零
類
百
種

餘
卷
子
集
一
回
宗
美
幽
天

基
人



出版序

近年來，零歲教育的重要性格外受到重視，主因在於：邁入現代化的國人也都已瞭解到，嬰、幼兒時期的教育是決定孩子將來的重要課題。這方面的進展，確是一項突破，也是個可喜的現象。

嬰、幼兒時期的教養的確對孩子影響深遠。父母的教育觀念、方法，甚或本身的言談舉止，都是影響孩子日後發展的重要因素。例如孩子感冒時，許多父母都會在求醫後便算了事，而忽略了致使孩子感冒的主、客觀因素；孩子夜啼不休時，父母也只會驚慌的加以撫慰，而不試著去瞭解造成夜啼的原因……。

本書即針對這些實際的問題，將紛雜的育兒觀念予以分析歸納，整理出一套對雙親有益的育兒方針，並提出正確的應對之策，方法簡易而效果卓著，是任何父母都不能錯過的好書。

序

俗話說：「江山易改，本性難移」，亦即一個人自小養成的性格，終生難以改變。由此可見幼兒教育的重要性。

隨著觀念的進步，人們愈益重視幼兒的教育，近年來，不少幼教專家更高聲呼籲零歲教育的重要性，例如目前在育兒方面極受注目的「親子關係」，就是其中一項重要的環節。

母親如果常以開朗的心情對待幼兒，自然就能培育出孩子開朗的性格；反之，母親如果經常斥罵、發牢騷，就會造就孩子神經質的個性。另有報告指出，當幼兒生病時，只要母親仍以平常的沈著舉止來對待，幼兒的病情必能快速痊癒。

總之，幼兒就是從吃奶、被母親擁抱、聽母親說話等日常接觸中，逐漸養成特定的性格，從中體會各種感覺，並藉此發展潛在的能力。

當然，幼兒的發展並非全部取決於零歲時期，但是，這個時期却為將來奠定很重要的基礎，本書的內容並不侷限於零歲時期，也提出很多與將來有關的事

項，其用意就在於此。不過，本書有意特別強調零歲教育的重要性，雖然在零歲兒身上看不出立即的影響結果，却是將來步入幼兒期、兒童期時，培育出優秀兒童的重要基礎。

本書除了詳細介紹零歲時期的重要性外，尚針對母親常有的問題，分爲促進頭腦、心理和身體發展等三部分詳加說明。

不過，在此所要討論的，並非如何讓幼兒學習英文、電腦……等早期教育以造就天才兒童。書中也一再強調，每個幼兒均有與生俱來的個性，成長方式也因人而異，所以每位家長都應尊重幼兒的個性與差異，才能讓幼兒的頭腦、心理和身體均衡發展。

近幾年來，由於職業婦女的增加，將育兒工作託給婆婆或托兒所的情形漸趨普遍，縱使如此，最了解幼兒個性的，仍非母親莫屬。

本書雖然談了各種培育幼兒的要領，然而，若想培育出一位正常、活潑的孩子，最重要的仍是母親的言語、笑臉與關懷，這些才是真正促進幼兒發展的最佳營養劑。

營養。

目錄

出版序

序

第一章 啓發幼兒頭腦的教育方法

大而異，所以爲母親的言語造就一個聰明的頭腦

參覽天下兒童

書中出一再說明，兒童教育以言與土則來而問甘，知其式友也因

不嚴，並此而要

如何教育小孩早點學會說話

範圍，心與眼良對雙

如何教育小孩說話正確清晰

本書制下精簡

如何避免小孩口吃

童師更更基點

如何教育小孩喜愛書本

兒童上書不出立明地讀書結果，兒童學來世人以兒童，兒童眼和，教育出對表景

前，其用意皆在對讀。不嚴，本書有意於此，既顯其教育的重要點，雖然至要點

32

30

25

20

19

4

3

如何培育手巧的小孩

67

如何培養小孩的運動能力

58

如何提高幼兒的記憶力

57

如何培養幼兒的思考力

56

如何培養有創造力的小孩

48

如何培養求知慾旺盛的小孩

45

如何培育富感性的小孩

42

如何培育音感好的小孩

40

如何教育小孩喜愛音樂

35

如何教育小孩喜愛繪畫

34

第二章

發展幼兒心智的教育法

母親的笑容培育出開朗溫和的心

如何培育笑口常開、個性開朗的小孩	70
如何培育性格溫和的小孩	77
如何培育積極的小孩	81
如何培育有獨立心的小孩	86
如何培育聽話的小孩	87
如何教育小孩區分好壞	90
如何培育沈著冷靜的小孩	94
如何培育胸襟寬大的小孩	97

如何培育樂觀進取的小孩	102
如何避免幼兒產生神經質的性格	104
如何培育耐性強的小孩	106
如何避免孩子過於懦弱	107
如何避免孩子任性縱情	110
如何使孩子與父親更親近	111
如何培育可以照料自己的小孩	112
如何培育懂得打招呼的孩子	113
如何培育會自動收拾玩具的孩子	114
如何培育可以單獨玩耍的孩子	115
如何培育珍惜東西的孩子	116
如何改善幼兒夜啼的毛病	117

如何改善幼兒啼哭不休的毛病	124
如何改善幼兒撒嬌哭鬧的毛病	126
如何改善幼兒跟前跟後的毛病	127
如何改善幼兒要人抱的毛病	130
如何改善小孩的惡習	135
如何糾正幼兒吮手指的毛病	136
如何糾正幼兒隨便亂咬的毛病	137
如何糾正幼兒撞頭等易造成傷害的壞習慣	139
如何糾正幼兒揪頭髮、挖耳朵等神經質的習性	140
如何避免小孩欺負寵物或幼兒	141
如何改善幼兒踢被子的毛病	142
如何避免幼兒認生	143

如何培育能與朋友融洽相處的小孩	145
如何培育早睡早起的小孩	149
如何教導孩子排便與排尿	152
如何改善幼兒在浴缸中大便的毛病	155
幼兒不愛洗澡怎麼辦	160
如何培育愛乾淨的孩子	166
如何使孩子及早學會刷牙	169
如何改善幼兒用奶瓶才要喝奶的習慣	172
如何讓幼兒養成良好的飲食習慣	173
如何培育不偏食的孩子	180
如何改善幼兒討厭吃肉的毛病	183
不要讓幼兒的味覺趨於遲鈍	184

第三章

促進幼兒身體發育的養育法

185

母親的關照可塑造健康強壯的孩子

如何培育不易生病的孩子

186

如何培育不易感冒的健康孩子

187

如何改善幼兒容易發燒的體質

197

如何治療幼兒脾氣暴躁的毛病

198

如何治療幼兒下痢的毛病

199

如何治療幼兒便秘的毛病

200

如何治療幼兒的鼻塞

201

如何強化幼兒的支氣管

203

如何治療幼兒打鼾	212
如何治療幼兒打嗝	214
如何培養臉色紅潤的孩子	215
如何改善幼兒容易嘔吐的體質	216
如何預防幼兒肥胖的體質	217
如何治療幼兒過敏的體質	218
如何治療幼兒的特異反應性體質	219
如何使幼兒習慣斷奶食品	223
如何改善幼兒厭惡牛奶的現象	231
如何改善幼兒厭惡鮮奶的現象	238

如何使幼兒順利斷奶·····	239
如何改善幼兒食慾不振的現象·····	240
如何使孩子的皮膚健康·····	244
如何避免孩子長疹子·····	245
如何治療幼兒凍傷·····	248
如何治療幼兒皮膚龜裂、凍傷·····	250
如何使孩子不易長痱子·····	251
如何治療幼兒口水疹·····	252
如何治療幼兒尿布疹·····	253
如何改善幼兒手脚冰冷的體質·····	258

如何培育出體力充沛的孩子·····	259
如何培育可穩健步行的孩子·····	260
如何培育出骨骼健壯的孩子·····	264
如何培育出姿勢良好的孩子·····	265
如何使孩子擁有一頭烏黑秀髮·····	266
如何培育出頭形美觀的孩子·····	267
如何治療幼兒斜視·····	272
如何培育不會近視的孩子·····	273
如何治療幼兒倒睫毛·····	275
如何加強幼兒下顎的力量·····	276