

为湖南卫视金鹰卡通倾力打造亲子教育图书
的中国好爸爸刘春伟,再次推出最新力作
——育儿心经系列



育儿心经系列丛书

宝贝不哭

刘春伟◎著

送给80、90后菜鸟爸爸和菜鸟妈妈最温馨的育儿指南。
让0-3岁的宝宝快乐成长。

BABY, DON'T CRY



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

宝贝不哭

刘春伟 著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

宝贝不哭 / 刘春伟编著. -- 北京: 北京
联合出版公司, 2014.4
(育儿心经系列丛书)
ISBN 978-7-5502-2797-2

I. ①宝… II. ①刘… III. ①婴幼儿心理学—基本知
识 IV. ①B844.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 064819 号

宝贝不哭

责任编辑: 管 文
封面设计: 谷 宇
版式设计: 杨寿峰
责任校对: 张丽娟

北京联合出版公司出版
(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)
北京朝阳印刷厂 新华书店经销
字数 80 千字 1000 毫米 × 710 毫米 1/24 4 印张
2014 年 05 月第 1 版 2014 年 05 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-5502-2797-2
定价: 24.80 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究
本书若有质量问题, 请与本社图书销售中心联系调换
电话: 010-64243832

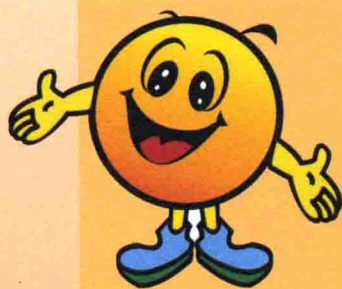
目 录

CONTENTS

1. 宝宝哭闹知多少

宝宝为什么哭闹	8
不要觉得孩子“难缠”	10
哭闹与性格的养成	12

2. 走进孩子的世界



宝宝的“独立运动”	16
宝贝的快乐与忧伤	19
孩子也有自尊心	20
天生“刁蛮”怎么办	22
男孩子怎么管	24
给单亲孩子多一点关爱	26
注重体验教育	28
孩子“四要”、“四不要”	30

3. 宝宝哭闹总有因

寻找原因巧应对	34
预防哭闹有技巧	36
给孩子点自由空间	38
不能随意纵容	41
好脾气如何养成	42
陪孩子一起玩点小游戏	44

4. 与孩子一起解决问题

孩子不爱洗澡、吃饭?	52
入园时哭闹怎么办	57
做客时哭闹怎么办	59
孩子胆小黏人怎么办	62
无理取闹怎么办	64



5. 科学的育儿之道

正确对待孩子的哭闹	68
积极引导和鼓励	70
惩罚孩子需谨慎	73
尊重孩子的质疑精神	79
小心陷入误区	81



6. 宝贝哭闹巧应对

减少孩子发脾气的妙招	86
家长们要学会自我调节	87
最佳的亲子沟通方式——拥抱宝宝	89
五大黄金守则	91
应对孩子哭闹有绝招	93



宝贝不哭

刘春伟 著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

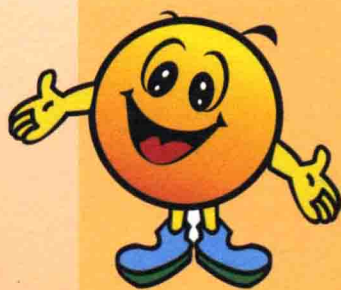
目 录

CONTENTS

1. 宝宝哭闹知多少

宝宝为什么哭闹	8
不要觉得孩子“难缠”	10
哭闹与性格的养成	12

2. 走进孩子的世界



宝宝的“独立运动”	16
宝贝的快乐与忧伤	19
孩子也有自尊心	20
天生“刁蛮”怎么办	22
男孩子怎么管	24
给单亲孩子多一点关爱	26
注重体验教育	29
孩子“四要”、“四不要”	30

3. 宝宝哭闹总有因

寻找原因巧应对	34
预防哭闹有技巧	36
给孩子点自由空间	38
不能随意纵容	41
好脾气如何养成	42
陪孩子一起玩点小·游戏	44

4. 与孩子一起解决问题

孩子不爱洗澡、吃饭?	52
入园时哭闹怎么办	57
做客时哭闹怎么办	59
孩子胆小黏人怎么办	62
无理取闹怎么办	64



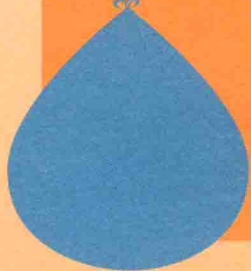
5. 科学的育儿之道

正确对待孩子的哭闹	68
积极引导和鼓励	70
惩罚孩子需谨慎	73
尊重孩子的质疑精神	79
小心陷入误区	81



6. 宝贝哭闹巧应对

减少孩子发脾气的妙招	86
家长们要学会自我调节	87
最佳的亲子沟通方式——拥抱宝宝	89
五大黄金守则	91
应对孩子哭闹有绝招	93



写在宝宝不哭的前面

喜、怒、哀、乐本来是人的正常的情绪表现，成年人都喜欢高兴的事，认为孩子哭泣就是不好的事情。其实不然，孩子哭闹有很多情况，也不全是无理取闹。家长大可不必闻“哭”色变，手忙脚乱。对于孩子哭闹要分清情况，具体对待。

宝宝刚出生就会哭，这是与生俱来的本领，不用学习，但是这种哭是正常的生理反应，与宝宝的情绪无关。之后宝宝就开始了各种哭闹。原因有很多种：肚子饿了，想睡觉了，生病了，不喜欢吃饭，不喜欢洗澡，不想去幼儿园，被吓到了等等，有的甚至就是故意无理取闹，家长们一定要弄清孩子哭闹的原因，不要一概而论。

孩子哭闹的时候，家长往往也会很激动，会生气，既而会采取不理智的行为对待孩子的哭闹。这样只会让事情恶性循环，并不能解决问题。那么，我们应该怎样对待孩子的哭闹呢？

作为父母，都希望自己的孩子快快乐乐地成长，但是，小孩子哭哭闹闹本来就是很正常的事情，家长们一定要面对现实，要正确对待。不要抱怨孩子爱发脾气，也要控制自己的情绪，因为大人的行为和情绪对孩子的影响很大，甚至会影响孩子的一生。

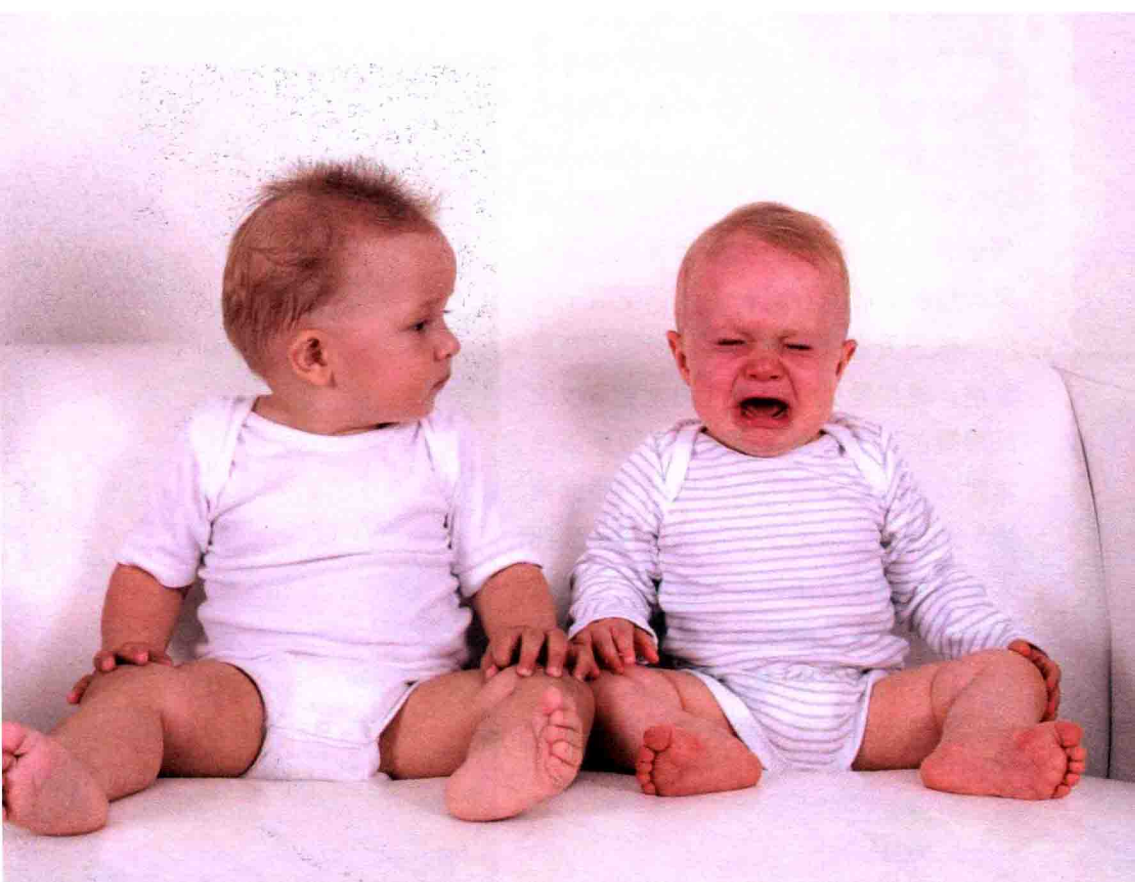
本书详细地介绍了各种性格类型的孩子，孩子哭闹的原因以及应对方法，还介绍了家长们正确的育儿之道，让家长们面对孩子的哭闹不再束手无策。



ABOUT CHILD'S TANTRUM

1. 宝宝哭闹 知多少

- ◆ 宝宝为什么哭闹
- ◆ 不要觉得孩子“难缠”
- ◆ 哭闹与性格的养成



宝宝为什么哭闹

小孩子的哭闹和成人不太一样，成年人有一定的自控能力，忍耐性强，可以自己调节情绪；孩子情绪的特征是冲动性，不能忍耐和克制，需要家长帮助调节和安抚。

孩子的哭闹有多种类型。有愤怒型，就是生气的时候会尖叫、跺脚、会乱踢乱打。有忧伤型，就是伤心地时候会哭着躲到墙角，要么就是为了怕别人看见而跑开。他们有的是因为挫败和怨愤而哭闹，有的是因为惊恐而哭闹。

其实，发脾气是一种互动的行为，而不是纯粹的反应性活动。小孩子发脾气是需要观众的，当他们独自一人的时候就很少发脾气。多数孩子都是在家里对着家长哭闹，但是有些在公共场所反而闹得更凶，他们觉得这样就能得到最大的关注，但是这种情况往往会令家长感到尴尬、心烦。

孩子爱发脾气的年龄一般是在六岁之前，通常是从小孩 18 个月大到 3 岁之间表现的尤为严重，到了五六岁也很是常见，之后就逐渐消失。也有“难缠两岁”的说法，很多家长都认为孩子大哭大闹的问题多集中在两岁阶段，但其实有些小孩从 1 岁开始就大肆哭闹，而这个问题可能会一直延续到孩子 5 岁之后。

孩子发脾气是一种发泄，有时候也



是需要的。因为孩子慢慢长大，有了自己的思维意识，虽然还没有独立的能力，但是有了独立的想法。或许他还不能自己吃饭，但是他却想去尝试这些事情。

或许他不想洗澡，但是家长要求孩子必须洗澡。他的情绪肯定会受到影响。脾气暴躁的当时就爆发出来，性格柔弱一点的可能只是自己默默哭泣。这个时候家长一定要冷静对待，不能以暴制暴。

孩子发脾气有很多种表现方式，有的很容易觉察到，比如生气时直接大喊大叫，大哭大闹的孩子，而有的就是闷着头不说话，其实眼泪已经在眼里打转转了。

孩子发起脾气时，严重的会出现脸色发青、呕吐的情况，更有甚者会闭气直至几乎晕厥，但在造成任何损伤前，身体的自然条件反射会令孩子重新调整呼吸，所以对此你倒不用担心太多。

孩子偶尔发一次脾气并不是什么大事，因为他们有时难免会受到挫折。但是，如果孩子总是发脾气，那就可能是疲劳或饥饿引起的，也可能是父母让他们做的事情超出了他们的能力。如果孩子由于这种原因发脾气，父母就应该忽略表面现象，去解决真正的问题。有些父母觉得孩子发脾气只是故意为难他们，其实并不尽然。

尽管有些孩子确实是在耍手段，但他们绝大多数的发脾气是一种情绪失控时的表达。哭闹是小孩对挫败、无助、怨愤等感觉的复杂反应，因为他们欠缺应对这些情感的技巧，所以只能通过哭闹来表达。

孩子爱发脾气的习惯是可以纠正的。当然需要家长的全力配合。孩子发脾气时要采用正确的方法和态度，不要让孩子产生恐惧和逆反心理。这样慢慢地孩子长大后，会减少发脾气的次数，等到他能用语言个家长交流的时候，问题就更好解决了。

在英文中，“tantrum(大哭大闹)”一词往往被定义为“坏脾气的一时爆发，使性子”。很明显，这样的情绪发泄在每个年龄段的人群中都会发生。但在育儿书里，该词多特指幼童乱发脾气，大哭大闹，发怒，情绪无法控制。通常从小孩18个月大到3岁之间，这种乱发脾气、哭闹的行为尤为严重，到了五六岁也很是常见，之后就逐渐消失。

不要觉得孩子“难缠”

不管孩子的脾气是好是坏，他总会时不时的发脾气，这是孩子发泄不满情绪的正常现象。也许有些父母的耐心和技巧多得能让孩子不发脾气，但这样的父母毕竟是太稀有了。

很多家长会说：“这孩子太不听话了，我说的话没一句听的。”而且管教起来还很难，孩子软硬不吃。是孩子真的不听话？还是哪里有压迫，哪里就有反抗？

孩子发脾气的时候，父母大可不必跟着闹情绪，心态要适当放松，不要一味地认为孩子就是在跟自己作对，认为孩子很“难缠”，而要相信孩子。

小孩子都是很天真的，没有那么多的坏心眼，孩子的内心都是有良好愿望的，只是在行为上有自己独特的表现形式。要尽量从积极的角度去引导孩子，不要过多地加以限制，家长先改变对孩子发脾气行为的反应模式，孩子的反应很可能就会发生了变化了。

另外，家长们要学会换位思考，不管孩子哭闹的原因是什么，都要耐心倾听，不要上来就不分青红皂白地批评孩子。这样孩子会觉得自己受到了尊重和重视，会减少内心的抵触情绪，反而愿意跟家长进行沟通，即使是他自己走错了，也会乐意承认错误，接受批评。

小孩子发脾气一般是以为吸引别人注意开始，而最后往往是以悲伤哭泣收场，还需要家长的安抚。

脾气暴躁的孩子如果没有得到正确的引导，很可能会影响其以后的人际交往甚至婚姻等问题。那么家长就不要以巴掌来管教孩子，这样只会恶性循环。因为孩子内心还是很脆弱的，他们只是在寻求一种安全感，一种被重视的感觉。



有研究认为，两岁大的幼儿中，每5个就有1个每天会大发脾气至少两次。“难缠两岁”这个说法的流行，表明了很多家长都认为孩子大哭大闹的问题多集中在两岁阶段，但其实有些小孩从1岁开始就大肆哭闹，而这个问题可能会一直延续到孩子5岁之后。



哭闹与性格的养成

性格是人的个性心理特征的重要方面。每个人的性格都是一个构造独特的世界，蕴藏着巨大的能量。世界上没有完全相同的两片树叶，更没有完全相同的两个人。人的性格是千差万别的，每个人都是与众不同的。

一个人的性格决定他会有怎么样的未来。但是人的性格是可以改变的，命运是可以由自己把握的。

性格因素很大程度上决定了孩子是否会现情绪的失控爆发，研究显示，孩子如果在5岁后出现反社会行为，成年后因暴力而被定罪的几率就会很高。性格暴躁难以管教的孩子成人后刑事犯罪的几率也很高。

