

贝博士 | 冠军宝贝
成长书系

资深早教专家 · 幼儿心理学研究团队 → 倾情打造

中国儿童 心理百科

洪宝瑟 余晓昀 主编

读懂孩子心 掌握孩子健康快乐成长的密码
专为中国父母打造的心理育儿宝书



孕产育儿类
畅销图书

权威内容 + 贴心指导 = 实惠实用 万千新手父母大爱礼物

中国关心下一代家长教育工程 指定用书

中国家长教育研究所 推荐读物

PCbaby
太平洋亲子网

网络支持

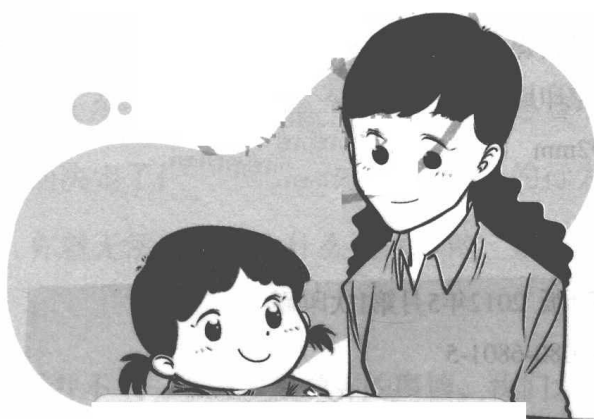
江苏卫视幼教频道 特别推介

华夏出版社

中国儿童 心理百科

洪宝瑟 余晓响 主编

读懂孩子心 掌握孩子健康快乐成长的密码
——专为中国父母打造的心理育儿宝书——



华夏出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国儿童心理百科 / 洪宝瑟, 余晓昀主编. — 北京: 华夏出版社, 2012.5

ISBN 978-7-5080-6801-5

I. ①中… II. ①洪…②余… III. ①儿童心理学
IV. ①B844.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第000607号

出品策划:  华夏盛轩

网 址: <http://www.huaxiabooks.com>

中国儿童心理百科

作 者: 洪宝瑟 余晓昀

责任编辑: 黄珊珊

装帧设计: 蒋宏工作室

图片来源: 华盖创意(北京)图像技术有限公司

出版发行: 华夏出版社

(北京东直门外香河园北里4号 邮编: 100028)

经 销: 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷: 北京通州皇家印刷厂

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 19

字 数: 290千字

版 次: 2012年5月第1版 2012年5月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5080-6801-5

定 价: 38.00元

本版图书凡印刷、装订错误, 可及时向我社发行部调换

前言

为人父母大概是世界上最困难的一份工作，而且只许成功不许失败，它要求父母必须保持十二分的耐心，并且具有高超的技巧。可是，孩子却自出生那刻起就成为一个独立的个体，尽管他只是个柔弱的婴儿，完全依赖成人的照顾才能生存，他也绝对不会服从任何人的意志。

等到再长大一些，孩子能够做出无数令你抓狂的事：当他不肯好好吃饭时，你是不是想干脆饿着他？当孩子犯下可怕的错误时，你是不是想狠狠打他一顿？任何理智到了孩子面前都会缴械投降，冲动随时都将占领你的大脑。然而冲动过后，你并不会感到成功，只能沮丧地品尝着失败。

到底应该怎么做？每对父母都曾经问过自己，也试图寻找答案。然而，育儿没有统一规则，孩子和孩子各不相同，放在别的孩子身上有效的办法，也许对你的孩子根本起不到作用，因此教育的成功必须有一个前提，那就是做到对孩子充分的了解。

你必须先了解自己的孩子。虽然他身体里有你的一部分基因，虽然你亲自哺育了他，但他却是世界上独一无二的一个个体，他的内心当中有你所不知道的部分东西。这部分东西决定了他的想法，并且主导着他的行为，如果你不能深入地了解他的内心，你就无法理解他为什么要这样做，或者为什么不按照你说的那样做。

了解孩子的内心世界并不是一件很容易做到的事情，我们大部分家长都不具备心理学的专业知识，也没有洞悉他人想法的天赋，那么，我们该怎么办呢？

你可以通过孩子的行为方式来捕捉他的心理轨迹。

比如作为合格的父母，当孩子出现某些行为异常时应该立刻能够发现；再比如，当孩子开始故意和你对着干的时候，你就应该想到他已经长大了。

当然了，新生儿和幼儿的心理发育存在着巨大差异，因此在孩子的每一个成长阶段中，你都会遇到各种各样的难题。但有一点可以肯定，孩子的任何行为都不是没来由的，都受到本能或内心驱使。例如新生儿的哇哇大哭，大部分是出于满足自身的需求。即使是看似“无理取闹”行为的背后，也是表达了孩子的欲望和渴望。

怎样阅读本书

在本书目录部分，我们列举出从新生儿期到儿童期的成长过程中，最常出现的各种行为和状况，以及新手父母急需了解的种种问题。

在讲述行为的章节中，会先描述具有该种行为的孩子所表现出的共同特征，你还能够阅读到影响或形成该种行为的可能的心理因素，以帮助你更充分地理解孩子的行为。并且在每一章中，我们都会给新手爸爸妈妈实用的建议，这些建议十分关键，往往是一段内容的核心部分。

针对新手父母养育孩子方面遇到的各种困境，我们还提出可以采取的解决方法，你可以尝试着按照这些帮助来矫正、调节自己的育儿策略。

只有你深入地了解孩子的内心，才能体会他的感受、理解他的行为，也才能采取适当的态度并且实现教育目的。如果你总是为了孩子这样或者那样的问题而烦恼的话，不妨抽一点时间来读读这本书。

儿童令人着迷，

儿童非常重要。

这两个理由要求每位父母（乃至非父母）都应该对孩子多一些了解。

是否存在“正确的”抚养、教育孩子的方法？

怎样能帮助孩子充分挖掘潜能？

哪些问题需要矫正，而哪些只需要顺其自然发展？

儿童的智力是否可以预测？

.....

一切关于孩子心理的困惑，答案尽在书中。

《中国儿童心理百科》愿与您共同陪伴孩子成长。



目 录



妈妈最关心的50个问题

- ① 宝宝知道我爱他吗？ / 001
- ② 怎么对付“夜哭郎”？ / 001
- ③ 宝宝又哭又闹是不是生病了？ / 001
- ④ 如何让夜间喂奶更轻松？ / 002
- ⑤ 宝宝日夜颠倒怎么办？ / 002
- ⑥ 断奶为何这么难？ / 002
- ⑦ 为什么宝宝爱咬东西？ / 003
- ⑧ 为什么宝宝总是黏着妈妈？ / 003
- ⑨ 宝宝几岁能和大人分开睡？ / 003
- ⑩ 半夜把尿还是用尿不湿？ / 004
- ⑪ 宝宝不会爬要紧吗？ / 004
- ⑫ 学走路是不是越早越好？ / 004
- ⑬ 宝宝什么时候会有“自我”的认知？ / 005
- ⑭ 太好动是不是“多动症”？ / 005

- ⑮ 宝宝为什么任性、蛮不讲理？ / 005
- ⑯ 为什么宝宝不与别人玩？ / 006
- ⑰ 宝宝生气时抓头发、抓自己的脸怎么办？ / 006
- ⑱ 宝宝不好好吃饭，是不是肚子不饿？ / 006
- ⑲ 宝宝离不开奶瓶怎么办？ / 007
- ⑳ 开口晚是不是发育太慢？ / 007
- ㉑ 怎么教育偷拿东西回家的宝宝？ / 007
- ㉒ 宝宝为何爱胡闹？ / 007
- ㉓ 宝宝怕黑，睡觉时能不能开灯？ / 008
- ㉔ 如何制止孩子尖叫？ / 008
- ㉕ 宝宝有颗“玻璃心”，怎么办？ / 008
- ㉖ 怎么对付“捣蛋大王”？ / 008
- ㉗ 孩子不愿去幼儿园怎么办？ / 009
- ㉘ 孩子为什么会打人？ / 009
- ㉙ 为什么孩子爱“顶嘴”？ / 009
- ㉚ 孩子问到“性”了怎么回答？ / 010
- ㉛ 孩子只爱听好话，怎么办？ / 010
- ㉜ 孩子做事太粗心，怎么办？ / 010

- ③③ 孩子被人欺负要不要教他还手? / 011
- ③④ 孩子犯错时该不该打? / 011
- ③⑤ 孩子为何越来越“皮”? / 011
- ③⑥ 孩子写作业时爱磨蹭, 怎么办? / 012
- ③⑦ 孩子为何说脏话、怪话? / 012
- ③⑧ 孩子太迷电视、电脑怎么办? / 012
- ③⑨ 孩子上课坐不住、不听讲怎么办? / 013
- ④① 孩子撒谎该怎么教育? / 013
- ④① 孩子对什么都无所谓, 怎么办? / 013
- ④② 孩子学什么都是“三分钟热度”怎么办? / 014
- ④③ 孩子是“门背后的霸王”, 怎么办? / 014
- ④④ 性格叛逆的孩子怎么教育? / 014
- ④⑤ 孩子在班上被同学排斥, 怎么办? / 015
- ④⑥ 孩子想象力差怎么办? / 015
- ④⑦ 教过的东西孩子总是记不住, 怎么办? / 015
- ④⑧ 孩子听话是“左耳进、右耳出”, 怎么办? / 015
- ④⑨ 成绩太差是脑子笨吗? / 016
- ⑤① 教出好孩子需要什么条件? / 016



Chapter1 新生儿期 (0~28天)

· 新生儿的感受

1. 新生儿能看到东西吗? / 020

视力很弱/还不能认出妈妈/能看到模糊的光/会盯着对比明显的物体看

2. 新生儿能听到声音吗? / 022

耳道中残留的羊水影响听力/宝宝最熟悉妈妈的声音/要让宝宝多听不同的声音

3. 新生儿能尝出、闻到味道吗? / 024

喜欢妈妈身上的气味和母乳的味道/拒绝吃母乳是因为“乳头错觉”/让宝宝喝白水

4. 宝宝知道我爱他吗? / 027

宝宝的皮肤能感觉到轻柔的抚摸/大人的拥抱令宝宝感到安全/同新生儿讲话并不是无意义的

· 新生儿的啼哭

5. 宝宝为何啼哭? / 033

哭是对不舒服的直接反应/“哭”是新生儿的语言/宝宝一哭妈妈就会“奶惊”

6. 宝宝为什么哭得没完没了? / 035

找到孩子哭的真正原因/宝宝也会因为肚子疼而哭闹/吃奶就哭是口腔问题

7. 怎么对付“夜哭郎”? / 038

夜啼的原因与心理、抚养方式和生理有关/“老祖母经验”/体谅妈妈的辛苦

8. 宝宝又哭又闹是不是生病了? / 041

不正常的哭声预示着疾病/哭出来的“疝气”/适当的哭是锻炼

• 新生儿的睡眠

9. 宝宝一天睡多久才正常？ / 044

每个宝宝睡多睡少不一样/叫醒熟睡的宝宝有窍门/睡眠少的宝宝可能是没吃饱

10. 如何让夜间喂奶更轻松？ / 047

让夜里喂奶更轻松/夜里喂几次由喂养方式决定/宝宝长大后夜里就不再喝奶了

11. 宝宝日夜颠倒怎么办？ / 049

生理特性使宝宝容易日夜颠倒/先保证足够的睡眠，再调整睡眠规律/良好睡眠习惯养出来

12. 睡着后为什么会有表情？ / 052

睡着时笑或哭都很正常/突然举起双手是“惊跳”现象/睡眠状态反应健康情况



Chapter2 婴儿期 (1~12个月)

• 婴儿的感觉

1. 断奶为何这么难？ / 058

月龄越大越难断奶/宝宝哭闹是害怕与妈妈分开/坚持就能断掉/妈妈也要调整心态

2. 宝宝为什么总吃手？ / 061

吃手是宝宝安慰自己的方式/进入幼儿期仍然吃手与习惯、情绪有关/
采用积极的方式帮助孩子改掉吃手

3. 为什么宝宝爱咬东西？ / 064

咬东西是心理需求/长牙时也会咬东西/挑合适的物品让宝宝去咬

• 婴儿的啼哭

4. 为什么宝宝不让妈妈抱？ / 067

不让妈妈抱？只是暂时的/宝宝同能让自己感到满足的人亲近/与宝宝相处重在质量，不在时间



5. 为什么宝宝总是黏着妈妈？ / 069

黏着妈妈是“分离焦虑”/宝宝过度依赖妈妈/不能忍受与妈妈分开/让宝宝明白你只是暂时离开

6. 宝宝爱哭怎么办？ / 071

常常因为不高兴和小意外而哭/家长被“眼泪攻势”击倒的后果很严重/

“哭”是宝宝获取关注的手段

• 婴儿的睡眠

7. 宝宝几岁能和大人分开睡？ / 075

宝宝必须独自睡/不愿自己睡的习惯是大人纵容的结果/习惯与父母同睡的幼儿不必强迫他改

8. 半夜把尿还是用尿不湿？ / 077

有的宝宝不愿被把尿/夏天不用尿不湿也可以/尿不湿不会让宝宝养成坏习惯/

羞辱宝宝不是解决问题的办法

9. 趴着睡好不好？ / 080

宝宝多大会翻身/趴着睡有窒息的危险/趴着睡也有不少好处/不会翻身的宝宝要帮他翻身

• 婴儿的行为

10. 宝宝不会爬要紧吗？ / 083

爬行不是发育的必经阶段/聪明和爬行没有直接关系/帮助宝宝练习爬行/

别以任何理由限制宝宝爬行

11. 学走路是不是越早越好？ / 085

宝宝学走路有早也有晚/鼓励宝宝练习走路/恰当使用学步车/一双好鞋帮助宝宝学步/

保证宝宝活动安全

12. 宝宝爱玩“躲猫猫”吗？ / 088

和爸爸妈妈一起玩，好有趣/大人的反应鼓励宝宝玩下去/宝宝从“躲猫猫”中学习/

这个游戏能让宝宝感到快乐

13. 宝宝为什么乱扔东西？ / 091

扔东西是发育的必经阶段/喜欢从阳台扔东西的宝宝要引导纠正/满足宝宝扔的愿望/
发脾气时扔东西别理睬他

Chapter3 幼儿期 (1~2岁)

• 1~2岁幼儿的感觉

1. 宝宝为什么不喜欢搭积木？ / 096

宝宝玩积木有很多好处/不喜欢玩积木的宝宝，是因为还没发现乐趣/
让宝宝自己玩，从游戏中找到快乐

2. 不认识颜色是不是色盲？ / 098

色盲是种遗传病/宝宝不认识，就对颜色无兴趣/色弱也是遗传的/从幼儿时期开始保护视力

3. 宝宝能从镜子里认出自己吗？ / 101

宝宝能认出镜子里的自己，说明他有了自我意识/“我”与别人不一样/
“我的”东西不是别人的/父母应教育孩子学会约束“自我”

• 1~2岁幼儿的行为

4. 太好动是不是“多动症”？ / 105

好动是孩子的天性/多动不一定是“多动症”/宝宝坐不住与年龄有关/注意力可以训练

5. 宝宝为什么任性、蛮不讲理？ / 109

宝宝用发脾气来左右你/不听话的宝宝是大人惯出来的/宝宝任性？关键在教育/
对付任性的办法是对宝宝说“不”

6. 宝宝不许别人动自己的玩具，是不是太自私？ / 112

宝宝的“占有欲”出自本能/不为宝宝表现“自私”而难堪，但也别去纵容他/
“自私”妨碍宝宝融入集体/帮助孩子克服“自私”



7. 为什么宝宝不与别人玩？ / 115

交际能力欠缺的宝宝不与别人玩/父母要帮助孩子克服交际困难/

多和外界接触，锻炼宝宝的交际能力/家长的过度保护，使孩子无法获得交往经验

• 1~2岁幼儿的习惯 •

8. 宝宝生气时抓头发、抓自己的脸怎么办？ / 118

宝宝大多因为不满而生气/无条件满足宝宝，那是纵容他的坏脾气/

从一开始就要坚决拒绝/你不理睬，他就停止“自虐”/把说教放在后面

9. 宝宝不好好吃饭，是不是肚子不饿？ / 121

宝宝不吃饭并非他不饿/吃得够不够多？谁说了算？/离开餐桌就不能再吃/

宝宝不吃不强迫/专心吃饭，不受干扰

10. 宝宝咬人怎么办？ / 124

出牙期的宝宝会咬人/被咬过的孩子也会咬人/语言能力差、弱小的宝宝容易咬人/

从原因入手，纠正咬人的行为/严肃处理孩子咬人的错误

11. 宝宝离不开奶瓶怎么办？ / 127

吃着奶瓶让宝宝感到满足/带不带奶瓶去幼儿园，要看宝宝的具体情况/

让孩子戒掉奶瓶的办法是一步一步来/当孩子感到满足时，对奶瓶的依赖心理就会减少

• 1~2岁幼儿的语言 •

12. 开口晚是不是发育太慢？ / 130

开口早晚与智力没关系/影响宝宝说话的非正常原因/即使宝宝听不懂，也要尽量与他对话/

让宝宝与同龄人多交流对宝宝学说话有利

13. 宝宝发音不准、口齿不清怎么办？ / 132

发音不准从拼音开始矫正/口齿不清与缺少发音练习有关/让孩子学说方言不是坏事/

同孩子说话应规范用语



Chapter4 幼儿期 (3~4岁)

• 3~4岁幼儿的感觉

1. 该不该允许宝宝到处乱画? / 138

乱涂乱画是一个必经阶段/应慎重对待宝宝的“大作”/给宝宝创造涂鸦的条件/
问问他“你画的是什么”

2. 宝宝很怕虫子怎么办? / 140

恐惧来自孩子的经历和想象/害怕是自我保护的本能/带领孩子走进昆虫世界/
笑话他或逼他去摸虫子是不恰当的做法

• 3~4岁幼儿的行为

3. 怎么教育偷拿东西回家的宝宝? / 144

宝宝分不清物品的所有权/“明知故犯”有原因/一旦发现及时处理/正确、恰当的处置非常重要

4. 为何宝宝总把玩具弄坏? / 147

求知欲驱使宝宝拆开玩具看个究竟/“拆”不是破坏,是学习/故意损坏玩具才需要制止/
拿些便宜的玩具或旧物品让孩子去拆

5. 宝宝为何爱胡闹? / 149

孩子不会无缘无故地胡闹/当孩子胡闹时,再生气也不能表现出来/
你不理睬他,胡闹就不起作用/等孩子不闹了再来说教

• 3~4岁幼儿的情绪

6. 宝宝怕黑,睡觉时能不能开灯? / 152

宝宝怕黑很正常/改掉开灯睡觉的习惯/对要人陪着睡的宝宝说“不”/
按照固定的睡前程序去做,不需要威胁

7. 如何制止孩子尖叫? / 154

尖叫是为了满足需求/尖叫是孩子发泄情绪、表达自己的方式/
大人的过激反应,强化了宝宝的尖叫行为/让尖叫失效的秘诀是不理睬



· 3~4岁幼儿的性格 ·

8. 宝宝有颗“玻璃心”，怎么办？ / 158

“玻璃心”让父母很担心/孩子感情太脆弱便会一直幼稚下去/

对孩子保护过度，使他长出“玻璃心”/教孩子不做滥好人、接受现实并学会处理问题

9. 怎么对付“捣蛋大王”？ / 160

淘气是孩子的天性/淘气有无知和故意之分/没有危险就让孩子去试试看/淘气不是借口/

教育淘气的孩子不打也能行

· 3~4岁幼儿的社会能力 ·

10. 孩子不愿去幼儿园，怎么办？ / 163

刚上幼儿园的孩子都会哭/他害怕离开妈妈，不适应环境/宝宝有情绪很正常，偶尔让他发泄一下

11. 孩子为什么会打人？ / 166

孩子为什么打人分情况/家教对孩子的影响很大/别用“打屁股”来惩罚孩子“打人”/

愤怒不是错，但是要正确表达

· 3~4岁幼儿的想象力 ·

12. 哪儿来这么多“为什么”？ / 169

爱思考的孩子问题多/准确、清楚地回答孩子/不方便回答的问题先回避，以后再讨论/

培养孩子从书中寻找答案/鼓励孩子质疑一切

13. 孩子的想象力差怎么办？ / 172

别让孩子被标准答案束缚/鼓励孩子观察生活，为想象提供素材/尊重并且相信孩子的想象