



不但要**夸奖**，而且要**矫正**；
不但要**言教**，而且要**身教**。

闵乐夫 中国著名家庭教育专家，中国家庭教育学会理事，北京家庭教育研究会副秘书长，潜心研究家庭教育40余年，在全国开展1000多场讲座，被家长和媒体称为“青少年成长的导航员”！



中国家长

最关心的

80个成长问题

闵乐夫 / 主编
肖泽炜

ZHONGGUO JIAZHANG ZUI GUANXIN DE
80 GE CHENGZHANG WENTI

❀ 幼儿版

北京出版社 出版集团
北京少年儿童出版社



中国家长

最关心的

80个成长问题

闵乐夫 / 主编
肖泽炜

ZHONGGUO JIAZHANG ZUI GUANXIN DE
80 GE CHENGZHANG WENTI

❁ 幼儿版

北京出版社 出版集团
北京少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国家长最关心的 80 个成长问题: 幼儿版 / 闵乐夫, 肖泽炜
主编. —北京: 北京少年儿童出版社, 2006

ISBN 7-5301-1791-2

I. 中… II. ①闵… ②肖… III. 学前儿童—家庭教育—问答 IV. G78-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 103691 号

中国家长最关心的 80 个成长问题(幼儿版)

ZHONGGUO JIAZHANG ZUI GUANXIN DE 80 GE

CHENGZHANG WENTI

闵乐夫 肖泽炜 主编

*

北京出版社出版集团 出版

北京少年儿童出版社

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100011

网 址: www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新华书店经销

三河市天利华印刷装订有限公司印刷

*

880 × 1230 32 开本 7 印张 150 千字

2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷

印数 1—10 000

ISBN 7-5301-1791-2/G·885

定价: 15.00 元

质量投诉电话: 010-58572393



阎乐夫，北京教育科学研究院家庭教育研究与指导中心主任，中国家庭教育学会理事，北京家庭教育研究会副秘书长。从事中小学教育的实践和理论研究已有40余年，是中国著名的家庭教育专家和青春性教育专家。代表著作有《小学生学习方法指导》《中小学生心理咨询》《男孩/女孩青春期悄悄话》等。



肖泽炜，毕业于华中师范大学幼儿教育专业，目前从事幼儿教育与心理方面的研究。曾参与“九五”规划国家级重点课题研究及编写工作，参与编写《中小学作文辅导系列教材》（副主编）等等。



策 划：刘子君 李天舒 刘建霞
 责任编辑：刘建霞 马姗姗
 责任校对：李佳庆
 美术编辑：苗华妮
 封面设计：求 松拉图
 责任印制：王建华 李 钢

《中国家长最关心的 80 个成长问题》

编委会名单

主 任	宋贵伦	张文启		
副 主 任	张兆民			
委 员	王彦京	孙 颖	冀永义	李海荣
	闵乐夫	孟 佳	褚长萍	肖泽炜
	杨忠健	刘晋芳	赵澜波	康增民
	王新民	杨 林	张利利	

序

家庭是孩子的第一个课堂，父母是孩子的第一位教师。但是自古做父母难，今日做父母就更难。

因为孩子的生活环境发生了变化：由于绝大多数是独生子女，所以生活条件越来越好了；由于多种传媒的发展，孩子的信息渠道越来越多了；由于社会多元价值观的影响，孩子们的内心越来越复杂了……这一切使得今日的孩子遇到了许多过去孩子没有遇到过的问题。

还因为今日的父母也与过去的父母不同了：由于绝大多数父母只有一个孩子，所以他们无法亲身积累教育子女的经验；由于带有片面性的人才观在社会上还有相当的影响，使家长们在如何帮助孩子成长成才方面产生许多困惑……这一切也使得今日的父母遇到许多过去父母们没有遇到过的问题。

因此，我们的家庭教育既要继承我国家庭教育的优良传统，又必须具有强烈的时代感，要认真研究新情况、新问题，并且不断总结新的经验，探索新的方法。

当前，家长对子女的期望与行动存在反差，物质投入与精神投入存在反差，教育行为与教育效果存在反差是家庭教育普遍存在的矛盾，同时也是使许多家长产生极大的困惑甚至痛苦的原因。因此，这一代自身没有教育子女经验的年轻父母，对分别处于不同年龄段的子女，从教育内容到教育方法，从养育到教育，都提出了一系列问题，希望得到科学的回答。做一个好的家长，当然首先必须努力提高自身的素质，以自己的言行子女做出表率，但另一方面，又确实需要学习家庭教育的知识，努力提高科学的家庭教育水平。因此，社会有责任加

强对家庭教育的指导，为所有做父母的人提供帮助。

这套《中国家长最关心的 80 个成长问题》，就是为孩子的父母和长辈们服务的书。它是北京市社会科学界联合会，在多年来举行社会科学普及周的基础上，组织专家们编写的。这套丛书试图回答在家庭教育过程中遇到的许多实际问题，以帮助家长们在教育子女的实践过程中进行思考。

感谢闵乐夫同志主持了这项编写工作，感谢许多专家的参与。希望这套丛书能陪伴做父母的人度过人生中这一段苦恼而又快乐的时光。

北京市社会科学界联合会主席



2006 年 9 月 1 日



主编的话

◎ 闵乐夫

您拿起这本书，我猜：您可能是位家长，或者是位教师，要么您既是家长，又是教师。好极了，这套丛书就是为您编写的。

您会发现，时代前进步伐越来越快，生活环境越来越复杂，未来社会对人的素质要求也越来越高，因此，孩子们健康成长成才的难度也越来越大。他们今后的生存、发展将是怎样，您一定有些担忧。

您还会发现，当今青少年中厌学、辍学、网痴、出走、少女怀孕、杀父弑母等调查和个案频频见诸报端，为家长们敲响警钟。父母们众口一词：孩子难管；老师们异口同声：学生难教。如何让孩子一路顺利平安，您一定存有焦虑。

中国父母总习惯把养育儿子当成一件苦差，强调“一把屎一把尿把你拉扯大”，强调的是付出和辛苦，其实还有另一面，养育儿女是上天赐予父母的快乐和享受。您享受着和孩子相处的温馨时光吗？您享受着和孩子共同成长的快乐吗？也许您会说：“我享受她和我吵架！”“我享受他无止尽地要零花钱！”“我享受他补考还不及格！”“我享受寻遍网吧找不见他的痛苦！”

其实，孩子的成长是有规律的，亲子相处是有技巧的，家庭教育是讲究科学的，因材施教是要父母不断学习摸索的。也许您会说，这些我都知道，家庭教育的书我也买过，比如考上清华北大的高考状元们的经验、被哈佛看中的中国女孩的经历等等。他们的经验只适用他们，放到我孩子身上那个就不灵。他们的父母的确有快乐有享受，我有的只是无奈、无助！

那么，就请允许我用这套丛书来帮助您吧！

您可能听说过，北京市社会科学界联合会自2001年以来，每年举办一次“北京社会科学普及周”活动，向大众宣传普及社会科学知识。几年来，百余名专家学者开设讲坛，数以万计的听众聆听讲座。这项活动已经成为社科联开展科普的成功品牌，成为北京市民文化生活中的亮点。与科普周讲座相配套的工作，就是自2003年起，每年编辑出版一本书：《人文之窗》《健康枕边书》《解读心灵——心理健康手册》。今年的科普周，确定推出什么主题的书籍呢？社会科学界联合会的同仁认准的主题，正好和您的需求完全一致：家庭教育。

于是，我就荣幸地成为这丛书的主编，我们几位家庭教育的专家和一线教师怀着宣传家庭八荣八耻的责任感，怀着构建和谐社会和谐家庭的良好愿望，着手丛书的撰写。我们本着科学性与适用性、理论性与实践性、整体性与层次性相结合的原则，采用问答式为您提供服务。我们自信，只要翻开目录，总有一问适合您。

好了，预祝您成为教子有方的成功家长，预祝您在付出辛苦的同时，深切体验到：养育子女是上天赐予您的快乐和享受。



目 录



第一篇 饮食与卫生

新生儿期，父母会遇到宝宝吃饭不乖、不爱喝水、总流口水、出汗多等问题。孩子的成长需要各种各样不同的营养，父母应合理搭配孩子的膳食，同时培养孩子良好的卫生习惯，让孩子在愉快的气氛中成长。

问题1	为什么母乳喂养最好？	3
问题2	宝宝消化不良怎么办？	5
问题3	宝宝不吃辅食怎么办？	7
问题4	宝宝吃饭不乖怎么办？	9
问题5	哪些食物能够健脑？	12
问题6	宝宝不爱喝水怎么办？	14
问题7	宝宝不喜欢吃蔬菜怎么办？	16
问题8	让宝宝定时大便好不好？	19
问题9	宝宝出汗多怎么办？	21
问题10	宝宝总流口水怎么办？	23
问题11	宝宝总爱吃手怎么办？	25
问题12	如何给宝宝洗澡？	27
问题13	如何为宝宝选择服装？	29
问题14	家里有宠物，父母要注意什么？	31

第二篇 生长发育与健康

宝宝突然叹气了，宝宝睡觉总蹬被子等等，这些问题总是困扰着年轻的父母，掌握孩子成长的规律和特点，是非常必要的，尤其是认真、细腻地处理宝宝在成长发育中的问题，将会有益于宝宝的

问题 15	宝宝什么时候刷牙合适?	37
问题 16	宝宝患蛀牙了怎么办?	39
问题 17	宝宝拉肚子怎么办?	41
问题 18	宝宝发烧怎么办?	43
问题 19	宝宝咳嗽怎么办?	45
问题 20	宝宝长痱子怎么办?	47
问题 21	宝宝湿疹反复发作怎么办?	49
问题 22	宝宝尿床怎么办?	52
问题 23	宝宝晕车怎么办?	54
问题 24	宝宝在家体检应注意什么?	56
问题 25	夏天给小宝宝剃光头好吗?	58
问题 26	宝宝体质差怎么办?	60
问题 27	宝宝是个“夜哭郎”怎么办?	62
问题 28	宝宝昼夜睡眠颠倒了怎么办?	64
问题 29	宝宝不肯单独睡怎么办?	66
问题 30	宝宝总蹬被子怎么办?	69
问题 31	如何防范宝宝坠床?	71
问题 32	宝宝为什么会“叹长气”?	73
问题 33	如何让宝宝笑口常开?	75
问题 34	宝宝意外伤害如何预防?	78
问题 35	如何对宝宝进行体格锻炼?	80
问题 36	宝宝前囟什么时候才能闭合?	82
问题 37	宝宝什么时候用枕头合适?	84
问题 38	孩子什么时候开始用筷子合适?	87

第三篇 认知与动作

3岁以后是宝宝智力发育的关键期,孩子开始数数了,孩子开始观察身边的事物了,随着问题的出现,父母要切记,培养宝宝的思维力、记忆力、注意力等需要耐心,绝对不可操之过急,应在轻松的环境下引导孩子发展!

问题 39	怎么教宝宝数数?	91
问题 40	如何引导孩子看书?	93
问题 41	如何为宝宝选择合适的图书?	95
问题 42	怎样让孩子学会观察身边的事物?	97
问题 43	怎么让宝宝的大脑转得快?	99
问题 44	如何让孩子认东西又快又牢?	101
问题 45	如何让孩子注意力更集中、更持久?	103
问题 46	如何让宝宝有创造力?	105
问题 47	怎样让宝宝学会注意安全?	107
问题 48	宝宝老闹着出门怎么办?	109
问题 49	多大的宝宝可以做被动操?	112
问题 50	怎样训练宝宝爬行?	114
问题 51	怎样帮助孩子做益智运动?	116
问题 52	如何为宝宝选择合适的玩具?	118
问题 53	父母怎么和宝宝共同游戏?	120

第四篇 语言交往与品德培养

培养良好的品德与交往能力,是婴幼儿启蒙教育的一个重要方面。如何让宝宝早开口?宝宝不合群怎么办?童年期的语言与品德培养,可使孩子将来更主动地把握人生的幸福和成功。

问题 54	宝宝学说话,父母应怎么引导?	127
问题 55	怎样才能让宝宝早开口说话?	129
问题 56	应该培养孩子掌握哪些说话技巧?	131
问题 57	宝宝什么时候开始学外语合适?	133
问题 58	孩子说话“结巴”怎么办?	135
问题 59	宝宝为何与父母进行心理较量?	138
问题 60	宝宝怕生,不肯跟外人说话怎么办?	140
问题 61	宝宝不合群怎么办?	142
问题 62	有个“黏人”的孩子怎么办?	144
问题 63	如何带着宝宝去串门?	147
问题 64	孩子不懂礼貌怎么办?	149
问题 65	宝宝在幼儿园里很霸道,父母怎么办?	151
问题 66	宝宝在幼儿园里总受“欺负”,父母怎么办?	153

问题 67	宝宝特别犟怎么办?	155
问题 68	宝宝为什么越来越不好调教?	158
问题 69	如何增强宝宝的自信心?	160
问题 70	在超市怎么管住孩子的手?	162
问题 71	孩子需要尽早自立吗?	165
问题 72	宝宝爱“眼馋”怎么办?	167
问题 73	宝宝经常“人来疯”怎么办?	169

第五篇 教育观念与方式

父母都渴望培养出成功的孩子,但教育观念不一致怎么办?美好的心灵不是天上掉下来的,成功的孩子不是一日造就的。父母只有抓住关键期,保证教育观念的统一和方式的科学,才可以引领孩子迈向成功。

问题 74	孩子不愿意上托儿所怎么办?	175
问题 75	孩子入托前应做好哪些准备?	177
问题 76	如何给小宝宝上保险?	179
问题 77	做父母需要再学习吗?	182
问题 78	为什么早教要从0岁开始?	184
问题 79	除了读书,宝宝还需要什么?	186
问题 80	宝宝在幼儿园应该学习哪些本领?	188
问题 81	宝宝成长需要创设什么样的环境?	190
问题 82	如何对待好奇心强的宝宝?	193
问题 83	如何合理地“惩罚”孩子?	194
问题 84	父母在孩子面前说话时应注意什么?	197
问题 85	如何正确对待孩子提出的要求?	199
问题 86	家长承诺的事一定要兑现吗?	201
问题 87	两代人的教育不一致,让宝宝钻空子怎么办?	203
问题 88	“三岁看老”这话可信吗?	206

后 记

209

第一篇

饮食与卫生

新生儿期，父母会遇到宝宝吃饭不乖、不爱喝水、总流口水、出汗多等问题。孩子的成长需要各种各样不同的营养，父母应合理搭配孩子的膳食，同时培养孩子良好的卫生习惯，让孩子在愉快的气氛中成长。





为什么母乳喂养最好？

曾经发生

家里的新生命已经诞生了，可是茜茜妈妈却不想给孩子喂奶，因为她怕母乳喂养后乳房形状改变，怕身材改变，也怕影响工作，等等，而且觉得产后自己哺乳太累了。开始喂的时候，孩子不好好吃，这让茜茜妈妈对母乳喂养就更没信心了，但家人却一致认为母乳喂养是最好的，该怎么说服茜茜妈妈呢？



专家点评

母乳是婴儿最理想的食品和饮料，初乳是产妇分娩后一周内分泌的乳汁，颜色呈淡黄色，黏稠状。初乳营养丰富，能增加孩子的抗病能力，能保护婴儿健康成长。初乳还能帮助孩子排出体内的胎粪，清洁肠道。因此，即使母乳再少或者极不情愿给婴儿喂奶的母亲，也一定要把初乳喂给孩子。

母乳喂养有以下几个特点：

1. 母乳营养成分充足，含有适合婴儿生长发育需要的各类营养素，而且随着婴儿月龄的增长，母乳成分也会随婴儿的需要而改变。母乳中的蛋白质和脂肪质量好，利用率高，容易被婴儿消化吸收。母乳含抗感染的活性白细胞、免疫抗体和其他免疫因子，尤其含有大量免疫球蛋白，这些免疫物质就像抗生素一样，可以保护婴儿不受细菌感染，不易发生肺炎等疾病。
2. 母乳中含有较其他乳制品含量更多的婴儿生长发育所需要的乳糖、维生素，能够被宝宝充分吸收的铁、水分，以及易吸收的比例合适的钙、磷。
3. 母乳的温度适宜、清洁卫生、无菌，并可随时供给婴儿，不受