

YINGYOUERXINLIJIEDU

婴幼儿 心理解读

● 父母必读的育儿宝典 ●

- 宝宝在想什么？他的举手投足想要表达什么？
- 如何与咿呀学语的他建立良好的沟通？
- 本书以案例+分析的形式为您解开难题。
- 丰富的食疗小贴士让您找到解决问题的对症良方。

以实证研究为依据

帮助家长真正了解婴幼儿个性心理

孙铨 孙钧◎编著



YINGYOUERXINLIJIEDU

婴幼儿 心理解读

● 父母必读的育儿宝典 ●

孙铨 孙钧◎编著



中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿心理解读/孙铨,孙钧编著. —北京:中国社会出版社,
2007.10

ISBN 978 - 7 - 5087 - 1804 - 0

I. 婴... II. ①孙...②孙... III. 婴幼儿心理学 IV. B844.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 156847 号

书 名: 婴幼儿心理解读

编 著: 孙 铨 孙 钧

责任编辑: 侯 钰

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电 话:(010)66051698 电 传:(010)66051713

邮购部:(010)66060275

经 销: 新华书店总店北京发行

印刷装订: 北京市优美印刷有限责任公司

开 本: 145mm × 210mm 1/32

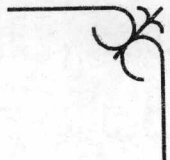
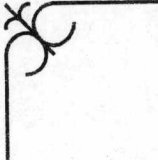
印 张: 6.375

字 数: 100 千字

版 次: 2008 年 1 月第 1 版

印 次: 2008 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 12.50 元



前 言

婴幼儿的心理问题已成为家长的难题，成为家庭中的重点问题。

本书采用“案例 + 分析”的结构，形式符合一般读者的阅读习惯。书中大量列举婴幼儿普遍存在的各种典型案例，分析发生问题的原因，指出克服和改进的具体措施。为年轻父母提供了科学的处理方式，为家长们指出了正确有效的引导方法。

鲜活的案例，深刻生动，说理深入浅出，浅显易懂，是关于婴幼儿心理问题的大众读物，是对婴幼儿心理问题的研究和总结，是年轻父母的良师益友，是家长了解婴幼儿心理的健康枕边书。

由于婴幼儿个体情况千差万别，所以书中的许多食疗小贴士仅供参考。具体运用时，最好请有经验的专业人士针婴幼儿的具体状况，作具体的指导，不可乱用。

目 录

A 乳儿期 (0~1 岁)

刚出生无心理活动	(2)
乳儿心理健康标准	(2)
乳儿的视觉和听觉	(3)
乳儿的注意力和记忆力	(3)
小贴士: 不宜给半岁前婴儿喂蛋清	(4)
乳儿思维的萌芽	(4)
小贴士: 秋季腹泻试试胡萝卜汤	(5)
乳儿的情绪	(5)
乳儿的气质个性差异	(6)
心理, 从喂奶开始	(6)
小贴士: 不宜过早加喂果汁	(7)
乳儿的动作发展	(8)
小贴士: 小儿便秘食疗方	(9)
如何同乳儿游戏	(11)
小贴士: 幼儿腹泻食疗	(12)
乳儿的记忆特点	(13)
小贴士: 食疗调治儿童厌食	(15)
重建亲子依恋, 改善恋物情结	(17)
小贴士: 遗尿食疗方	(19)
乳儿的心理保健	(20)
粘人不是坏习惯	(21)

小贴士：感冒食疗方·····	(21)
头三个月别喂豆奶·····	(21)
幼儿怕生的对策·····	(22)
小贴士：厌食食疗方·····	(23)
孩子属哪种类型·····	(23)
宝宝不高兴该怎么办·····	(24)
小贴士：哮喘食疗方·····	(24)
0~1岁儿童的心理特点·····	(25)
小贴士：儿童过敏的饮食治疗·····	(26)
宝宝爱玩自己的声音·····	(27)
与镜子的亲密接触·····	(27)
小贴士：小儿维生素A缺乏症食疗·····	(29)

B 婴儿期 (1~3岁)

婴儿心理健康标准·····	(32)
小贴士：小儿发热食疗·····	(32)
自己玩，培养自主能力·····	(33)
如何应对大哭大闹·····	(34)
小贴士：断奶的孩子膳食搭配·····	(35)
“色”宝宝其实很单纯·····	(35)
为什么怕上幼儿园·····	(36)
重视“心理胚胎期”·····	(37)
小贴士：小儿腮腺炎食疗·····	(39)
用表情引导小宝宝·····	(39)
两岁宝宝逆反很正常·····	(40)
小贴士：小儿痢疾食疗·····	(41)
溺爱会造成孩子自闭·····	(42)
小贴士：小儿营养不良性水肿食疗·····	(42)
孩子，你的害羞我能懂·····	(43)

说话早晚与智力无关	(45)
(1) 小贴士: 小儿厌食症食疗	(45)
理解孩子的执拗	(46)
小贴士: 小儿流行性感冒食疗	(46)
婴儿的饮食问题	(48)
(1) 小贴士: 小儿营养不良食疗	(48)
3 岁的贝贝还会“说谎”?	(50)
婴儿玩什么玩具好	(50)
婴儿烦躁不安怎么办	(51)
(1) 小贴士: 小儿肝炎食疗	(52)
原谅贝贝一次	(53)
小孩子的“自私”	(54)
婴儿为何喜欢咬人	(55)
(1) 小贴士: 小儿麻疹的食疗	(56)
婴儿听音乐不能过度	(57)
让宝宝乖巧可爱	(57)
仔细倾听孩子说话	(58)
(1) 小贴士: 小儿盗汗的食疗	(59)
教会孩子道歉认错	(59)
迷恋规矩的年龄	(60)
幼儿独立性格的培养	(60)
(1) 小贴士: 防治儿童近视的食疗方	(61)
吓唬孩子害处多	(62)
胆小任性爱哭怎么办	(63)
(1) 小贴士: 肥胖儿童食疗方	(64)
怎样看待孩子的“不听话”	(65)
幼儿注意力不集中怎么办	(66)
(1) 小贴士: 弱视儿童食疗方	(67)
两岁儿童的心理特点	(68)
(1) 小贴士: 小儿慢性胃炎的食疗法	(68)

3 岁儿童的心理特点	(69)
(2) 小贴士: 小儿风寒咳嗽的食疗	(70)
(04)	
(04)	
(84)	
C 学前期 (4~6 岁)	
(84)	
学前儿童心理问题成因	(74)
恃强凌弱与电视有关	(75)
关于品行障碍问题	(76)
(1) 小贴士: 儿童水痘的食疗	(76)
学前儿童攻击性行为	(76)
(1) 小贴士: 儿童排铅食疗法	(78)
呵护孩子的独立性	(78)
4 岁儿童在想些什么	(79)
乖孩子为何发飙	(80)
两年不和陌生人说话	(80)
孩子为何会说谎	(81)
(2) 小贴士: 儿童鼻炎食疗调理小方法	(82)
孩子说谎该如何矫治	(83)
孩子把别人的东西带回了家	(85)
平等相处, 做孩子的朋友	(87)
有耐心, 鼓励孩子提问	(87)
(1) 小贴士: 儿童便秘食疗方	(88)
言而有信, 说话算数	(89)
爱找大人毛病的贝贝	(89)
不拿自己孩子和别人比	(90)
经常批评不可取	(91)
孩子为何也有忧郁	(92)
(1) 小贴士: 儿童明目食疗法	(92)
别误解孩子的自信心	(93)
过分安静的喜与忧	(93)

孩子的“棱角”不可磨平	(94)
孩子也有罪恶感	(94)

D 注意事项

老人带孩子的问题	(98)
小贴士：儿童口疮与食疗	(98)
学前儿童“拿东西”不算偷	(99)
三种水果，不宜贪吃	(100)
小贴士：防治儿童暑热症的食疗方法	(101)
手指多运动头脑更聪慧	(102)
母亲的态度影响孩子的性格	(102)
孩子出现怪癖该怨谁	(103)
小贴士：儿童健脾去湿食疗方法	(104)
不计胜负的快乐	(105)
孤僻不合群对孩子的影响	(105)
学习困难、行为偏离可能是病	(106)
小贴士：儿童多发性抽搐的药膳食疗	(106)
电视中的暴力对儿童的影响	(107)
爱看电视的孩子易变孤独	(108)
母性意识对孩子的成长有影响	(108)
警惕孩子的强迫性神经症	(109)
小贴士：儿童补血食疗方——菠菜枸杞粥	(110)
乐观品性可以培养	(111)
允许孩子自然流露各种情绪	(111)
小贴士：小儿急性结膜炎（红眼病）食疗方	(112)
心理不成熟的孩子易委屈	(112)
谨防儿童心理焦虑症	(113)
导致孩子养成坏习惯的三大主因	(115)
和宝宝说话五大注意事项	(116)

夸奖有助提升孩子自信	(118)
哭与孩子的心理健康	(118)
麻烦背后是探索	(119)

E 方法思路

测测宝宝心理健康指数	(122)
单亲怎样照顾孩子	(123)
小贴士：儿童溃疡食疗有效	(124)
避免孩子患病后的性格改变	(125)
等待情绪“弱化”	(125)
我的我的都是我的	(126)
暂时离开孩子时该怎么做	(127)
让孩子心理健康的几点建议	(127)
当孩子觉得委屈时	(128)
对付赖床	(129)
与撒谎的孩子进行心理战	(130)
小贴士：肺炎后儿童康复食疗方	(132)
四个步骤对待孩子耍赖	(133)
玩具能矫治心理问题	(134)
怎样对待孩子的对抗行为	(135)
教残疾孩子克服自卑	(136)
改造过分依赖的宝贝	(138)
小贴士：儿童支气管炎食疗	(139)
两种儿童常见的恐惧	(140)
给孩子遭遇挫折的机会	(143)
走进孩子心灵的最佳方式	(144)
给孩子积极的心理暗示	(145)
宝宝易受“没人理”的伤	(147)
五招令孩子不再任性	(148)
打造孩子的幽默感	(149)

让孩子说出心里话	(150)
----------------	-------

F 难题疑问

孩子为何坐不住	(154)
关于儿童的嫉妒心理	(154)
小贴士：儿童不能多吃的 16 种食品	(156)
婴儿为什么爱吮吸手指	(158)
害羞怕生心理的成因	(159)
如何消除孩子害羞怕生情结	(160)
孩子常见的告状动机	(161)
在“争吵”中成长	(162)
孩子的疯劲背后是落寞	(163)
离婚，儿童精神健康的危机	(163)
离异家庭孩子不良情绪调节	(164)
小贴士：儿童缺锌食疗法	(165)
重组家庭面临的问题	(166)
影响儿童心理发育的因素	(167)
小贴士：缺铁性贫血食疗方	(168)
屏气、撞头、眨眼是病吗	(169)
儿童十大值得警惕的问题行为	(172)
小贴士：缺钙食补	(172)
独生子女缺什么	(173)
小贴士：幼儿疳积食疗方——大米胡萝卜粥	(174)
情绪不稳，孩子是否很焦虑	(175)
如何降低孩子的焦虑	(177)
小贴士：幼儿尿床食疗	(179)
别拿多动症吓唬自己	(179)
为什么要尊重孩子	(180)
小贴士：幼儿缺铁的原因与食疗	(181)
幼儿期心理卫生内容	(181)

孩子为什么喜欢别人的注意 (183)

小贴士：幼儿腹泻食疗方——茯苓大枣粥 (184)

孩子为何喜欢“重复” (184)

小贴士：幼儿食疗止咳 (185)

婴幼儿孤独症的表现 (185)

小贴士：幼儿伤食食疗方——槟榔饮 (186)

孩子爱碰不该碰的东西怎么办 (187)

幼儿心理问题的主要原因 (187)

什么是真正的快乐 (188)

体会孩子尊严的五种方法 (189)

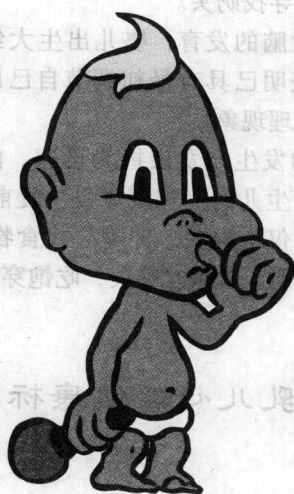
不喜欢和小朋友一起玩，要紧吗 (191)



A 乳儿期



(0~1岁)



最实补性

夫微能口中人塞迎会宜。惟又非能单简些一官具也儿主疏
且虽；来感举平头强可宜相辨，天十二部。西家陆士掌年五始聚
一坐可鞋支曲骨，且个四；置份的能能能可量代良自替武，切
以，知且个十；来感故可鞋支曲骨，来感坐自般能迎，且个六；将
能迎，知且个二十；立故自能能迎，知且个一十；行列能味手能迎
。去普能人限由

孩子出生后第一年是生长的第一个高峰期，也是学说话的准备期。一周岁时会叫妈妈、爸爸等，开始用词语与人交往。新生儿只有两类基本情绪——愉快或不愉快。周岁时，基本具有愤怒、惧怕、厌恶、快乐、兴高采烈等情绪。乳儿期，除了注意营养，还应增强情感联系，尽可能为乳儿的耳、眼、手、身提供恰当的刺激，促进感官功能发育。



刚出生无心理活动

刚出生的婴儿不具备心理活动，只有本能反射，也叫非条件反射。给刚出生的婴儿喂奶时，必须把奶头放进嘴里，婴儿才吸吮；放在嘴边，婴儿并不会寻找奶头。

随着神经系统 and 大脑的发育，婴儿出生大约两周左右的时候，开始主动寻找奶头。表明已具有最初调节自己以适应环境的能力，这是新生儿最简单的心理现象。

新生儿心理现象的发生与发展极为迅速。由于生活水平提高，孕产妇营养条件好，新生儿的心理现象发生提前，心理发育更加迅速。出生不到一周，不仅会摇头、伸嘴寻找食物，而且有愉快不愉快的情绪，对湿尿布厌恶，饥饿时啼哭，吃饱穿暖后愉快。



乳儿心理健康标准

❖ 动作发展

新生儿应具有一些简单的动作反射。应会吮吸塞入口中的奶头，握紧放在手掌上的东西。满二十天，俯卧应可把头平举起来；足月时，凭借自身力量可移动所躺的位置；四个月，借助支撑可坐一分钟；九个月，应能独自坐起来，借助支撑可站起来；十个月时，应能用手和膝爬行；十一个月时，应能独自站立；十二个月时，应能由别人拉着走。

※ 语言发展

新生儿最初的语言是哭声。新生儿应能通过哭声，向成人表达饥饿、排泄、疼痛或其他身体感觉。大约从第四个月起，应能开始咿呀学语，能把声母和韵母连结成一串音节。

※ 认知能力的发展

新生儿只局限在条件反射上，比如轻轻拍击脚底，大脚趾伸展，其他脚趾呈扇型展开。四个月，应表现出越来越“聪明”的行为。会发出微笑，能把来自不同感官的信息结合起来，如把愉快的脸和愉快的声音联系起来，把愤怒的脸同愤怒的声音联系起来。七至十二个月，应能认识以前见过的刺激，记忆开始形成。

生后一个月，能对说话声有反应，对人脸特别注意。两个月左右，开始发出微笑。四个月时，对陌生人产生恐惧。半年后能明显依恋环境中特定人物的迹象，首要依恋目标是母亲。婴儿对母亲的依恋到满一时达到第一个高峰，这个时候母亲的出现会给婴儿带来很大的安全感。



乳儿的视觉和听觉

出生两天的儿童就可以分辨人脸和模型。乳儿似乎天生对人感兴趣，凝视人脸的时间几乎两倍于其他东西。两到三个月的时候，兴趣开始复杂化，开始喜欢看有曲度的物体。乳儿对声音的反应很早就有。来自左边的声音，到达左耳比到达右耳的时间快千分之几秒，六个月左右的乳儿就能分辨这千分之几秒的差异。



乳儿的注意力和记忆力

从第三个月开始，由于条件反射的出现，儿童开始能集中注意某个事物。五、六个月能够比较稳定地注视物体，但持续时间不长。八到十二个月即将满一时，由于动作特别是手和行走的动

展,以及言语的产生,开始有永久性的记忆。如在这以前和孩子“藏猫儿”,躲开看不见时,孩子就不再找了,以为不存在了。周岁左右时,玩“藏猫儿”,叫一声然后躲起来,孩子会用眼睛到处寻找。五六个月的乳儿就认识妈妈,从最开始认识妈妈和身边的亲人开始,逐渐认识周围的人和物。



小贴士:不宜给半岁前婴儿喂蛋清

半岁前婴儿的消化系统发育还不完善,肠壁的通透性较高,这时不宜喂蛋清。鸡蛋清中的蛋白分子较小,有时能通过肠壁直接进入婴儿血液中,使婴儿机体对异体蛋白分子产生过敏反应,导致湿疹、荨麻疹等疾病。因此,半岁前的婴儿不能喂蛋清,应只吃蛋黄。

另外,鲜鸡蛋存放时间过久,质量会起变化,产生贴皮蛋、散黄蛋、霉蛋,这样的蛋最好不要给婴幼儿吃。

贴皮蛋分红、黑贴皮,这种蛋大头处气室较大,在气室的边缘处和贴皮处有霉菌寄生。黑贴皮蛋都是散黄蛋,并有异味。

由于在运输、销售等过程中,剧烈震荡造成蛋黄膜破裂而形成的散黄蛋,无异味,蛋液仍较稠,可给小儿食用,但已不能储藏。由于贴皮蛋有霉菌或细菌侵入,产生毒素及废气,形成散黄,这种贴皮蛋已不能食用。

寄生有霉菌的蛋称为霉蛋。在灯光下透照,蛋内有黑色斑点或斑块。主要原因是包装材料潮湿或遭雨淋,或包装材料不清洁所致。在气温高或湿度大的环境中,霉菌极易通过蛋壳气孔进入蛋内,形成斑点状菌落。这种蛋有毒素,千万不可给婴幼儿吃。



乳儿思维的萌芽

出生后半年,是感觉和知觉的发展时期。三个月的乳儿可以看到物体的大致表象,六个月可以追视滚动或行走的物体,大约一岁左右,逐步形成认识物体的永久性能力。

刚生下来没有思维,只有一些无条件反射。虽然在整个乳儿时期,从心理的产生到各种心理过程的发展,确实有非常大的变化,但还是没有真正思维现象的出现。

人的思维和第二信号系统即言语相联系,乳儿只能说是思维产生的准备时期,或者,最多只能说是逐步出现思维的某些萌芽表现。直到一岁左右,儿童才逐步形成认识能力。



小贴士:秋季腹泻试试胡萝卜汤

胡萝卜对治疗腹泻有一定作用。将胡萝卜制成泥,再加水成汤。500克胡萝卜制成汤1000毫升。由于所含热能较低,每1000毫升约为300千卡,含脂肪仅0.2%,又呈碱性,含有果胶,有使大便成形和吸附细菌及毒素的作用,所以腹泻初期,如以胡萝卜汤治疗,效果不错。

另外,苹果纤维较细,对肠道刺激小且呈碱性,含有果胶,有吸附作用,所含鞣酸有收敛作用,且含的热能、脂肪均较低,也符合治疗腹泻的原则。食用时将苹果洗净切成两半,用汤匙轻轻将苹果肉刮成泥,边刮边喂给病儿。



乳儿的情绪

新生儿时期,消极情绪较多。两个月以后,积极情绪逐渐增加,吃饱又温暖的时候,可以看到活泼微笑的表情。特别对妈妈或亲近的人,有一种特有的表情。五六个月后,对于颜色鲜艳而发声的玩具特别感兴趣。为了培养儿童良好的情绪状态,经常跟儿童交往,多提供适当的玩具。

如果没有活动的自由,没有适当的玩具,不和成人互动,即使满足生理需要,也不会有良好的情绪状态,例如呆滞、爱哭等等,对身心发展不利。